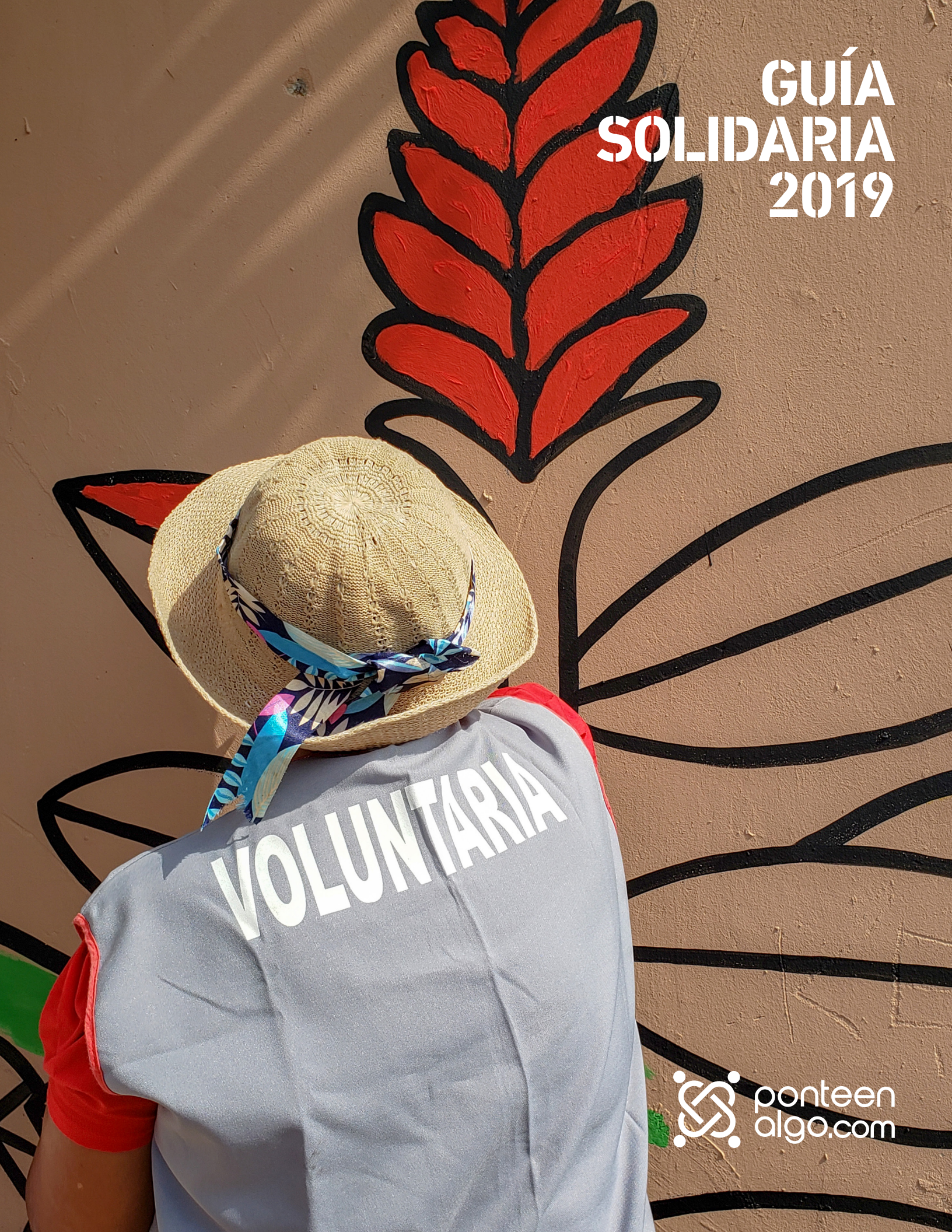


GUÍA SOLIDARIA 2019



VOLUNTARIA



ponteen
algo.com

Foto Portada
Carolina Freire

En Esta Página
Dando Grandes Pasos para Erradicar la Pobreza
Gabriel Chanis

Foto Contraportada
¡Nos ayudamos!
Nicolás Psomas Araúz

La **Guía Solidaria** te ofrece un directorio de 175 organizaciones sociales, cívicas y ambientales con las que puedes colaborar como donante o voluntario, contribuyendo tu tiempo, talento y habilidades. Al hacerlo, estarás aportando a la construcción de un país más equitativo y solidario.

Las organizaciones en este Guía forman parte de **www.ponteenalgo.com**, portal virtual donde puedes encontrar sus contactos, eventos, noticias, necesidades de donación, y oferta de voluntariado durante todo el año.

La **Guía Solidaria** te orienta acerca del tipo de donaciones que puedes ofrecer o del tipo de voluntariado que puedes realizar en las diferentes organizaciones, las cuales han sido agrupadas por categoría: ambiente y animales, arte y cultura, democracia y derechos humanos, desarrollo social y comunitario, discapacidad, educación, mujer, niñez y juventud, y salud.

DONACIONES

Las donaciones que hagas llegar a las organizaciones en esta Guía pueden ser tan diversas y múltiples como sus necesidades. Los objetos en buen estado que tengas en tu casa o empresa, y que ya no usas, pueden ser de gran utilidad para otros.

Algunas ideas para donar son:

- **Útiles escolares:** lápices, plumas, uniformes, crayones, marcadores, pintura, pinceles, libros de texto, goma, papel, cuadernos, reglas, mochilas, loncheras, diccionarios, atlas, cuentos, videos infantiles, tiza, borradores, pizarrones
- **Entradas** a piscinas, museos, exposiciones, conciertos, obras de teatro, eventos deportivos, entre otros
- **Juguetes:** rompecabezas, muñecas, naipes, ajedrez, pelotas de todo tipo, arcos y mallas de futbol, títeres, peluches, bicicletas, patines, columpios, entre otros
- **Instrumentos musicales**
- **Equipo de oficina:** escritorios, sillas, computadoras, proyectores, impresoras, calculadoras, teléfonos, fotocopadoras, escáner, entre otros
- **Material de construcción:** puertas, pintura, brochas, herramientas, entre otros
- **Artículos personales:** ropa de cama (sábanas, colchas, almohadas), prendas de vestir para todas las edades, pañales, champú, jabón, jabón de lavar, pasta de dientes, entre otros
- **Alimentos secos y botiquines de primeros auxilios**

Si eres una empresa, algunas ideas para donaciones son:

- Ofrecer patrocinio o difusión a las actividades de las organizaciones
- Ofrecer servicios de fotocopiado o impresión
- Apadrinar programas que se alineen con sus estrategias de responsabilidad social
- Prestar locales para reuniones o eventos
- Dedicar un porcentaje de sus ventas a beneficio de una organización
- Otorgar becas de estudio

Sobre las donaciones

Responderemos a tus consultas y facilitaremos los contactos, pero no recibimos aportes ni los hacemos llegar a las organizaciones. Debes hacer tus donaciones directamente a las organizaciones de la Guía. Si por algún motivo la organización que escogiste no necesita de tu ofrecimiento, no te desanimes. Vuelve a llamar en la fecha que te propongan o revisa la sección de www.ponteenalgo.com/donaciones para conocer otras opciones.

VOLUNTARIADO

Ser voluntario es una de las experiencias más gratificantes que existe ya que, con cada acción solidaria, nos convertimos en agentes de cambio. También implica honrar los compromisos que adquirimos y ser respetuosos de las normas de las organizaciones donde realizamos el trabajo voluntario.

Ser voluntario significa dedicar tiempo a actividades realizadas a beneficio de otros sin recibir una remuneración y sin ser obligado.

Sigue estos pasos para tener una experiencia de voluntariado exitosa:

1 PREGÚNTATE

- ¿Qué realidades te preocupan o interesan?
- ¿Qué causas te apasionan?
- ¿Qué habilidades tienes para ofrecer? Toma en cuenta todos tus conocimientos y habilidades.
- ¿Qué te gusta hacer?
- ¿Cuánto tiempo tienes disponible?

2 ELIGE

Busca organizaciones en esta Guía cuya misión, programas y necesidades coinciden con tus intereses.

3 COMUNÍCATE

Comunícate con la organización que te interesa a través de los contactos que aparecen en la Guía para expresar tu interés en ser voluntario. Una vez te hayas comunicado con la organización, coordina una visita para sostener una entrevista con el encargado de voluntariado.

4 VISITA

Durante la visita conoce la labor de la organización: su misión, población beneficiaria, programas, estructura y políticas hacia los voluntarios. Pregunta en qué áreas requieren el apoyo de voluntarios. Haz preguntas sobre lo que te interesa saber y propón un periodo de prueba.

5 EVALÚA

Según tu disponibilidad de tiempo, habilidades y lo que te gusta hacer, explora junto al encargado de voluntariado qué tipo de labor voluntaria puedes realizar. Discutan la labor voluntaria de manera que ambos tengan claro los objetivos de la misma, el tiempo que le dedicarás y la duración.

Una vez llegas a un acuerdo con la organización, establezcan la fecha de inicio, asegurándote de conocer quien dentro de la organización te estará supervisando y brindando apoyo.

Muchas organizaciones llevan a cabo misiones delicadas. Comprende que te pueden solicitar que te comprometas a respetar normas propias de la institución, o te solicitarán llenar un formulario de aplicación, brindar referencias o facilitar tu hoja de vida.

Al momento de iniciar tu labor voluntaria ten en cuenta:

- No te comprometas más allá de lo que puedes dar. Si te vas a ausentar del voluntariado, hazlo saber a las organizaciones. Necesitan saber si pueden contar contigo.
- La mayoría de las organizaciones tienen mucho trabajo y poco personal. Por esta razón, no interpretes un primer contacto insatisfactorio como falta de interés. Ten paciencia y comprensión.
- Si por el momento la organización que escogiste no está en condiciones de acogerte o no pudieron llegar a un acuerdo sobre la labor voluntaria, no te desanimes. Consulta si puedes mantenerte en su base de datos para que se comuniquen contigo en caso de que surjan otras oportunidades de voluntariado en el futuro. Siempre puedes visitar www.ponteenalgo.com donde podrás encontrar oportunidades de voluntariado que dan a conocer periódicamente las diferentes organizaciones que aparecen en esta Guía.

ADULTOS MAYORES



Asociación Luz y Vida
info@asociacionluzyvida.org
www.asociacionluzyvida.org
232-4893
Brinda atención integral a adultos mayores en situación de abandono en Panamá y Darién, y ofrece alimentación y apoyo a personas en situación de calle.

Hogar Bolívar de Ancianos
hogarbolivar@gmail.com
www.hogarbolivar.com
224-1138
Brinda atención, protección y seguridad a adultos mayores en situación de abandono, dependencia y pobreza extrema.

Hogar de Ancianos San Pedro Nolasco
pafatima@cwpanama.net
228-7090
Alberga a adultos mayores que por diferentes factores no pueden valerse por sí mismos, ya sea por enfermedad, situación económica o abandono familiar.

DONACIONES

Alimentos secos, ropa en buen estado, material y equipo de limpieza, mobiliario, toallas, sábanas, toallas húmedas, útiles y equipo de oficina, sillas de ruedas, materiales para talleres de arte, entre otros.

VOLUNTARIADO GENERAL

Voluntarios para apoyo logístico y administrativo, recaudación de fondos, coordinación de voluntarios, acompañamiento y desarrollo de actividades para adultos mayores, entrega de alimentos, manejo de redes sociales, entre otros.

HABILIDADES

Talleristas, comunicadores, abogados, trabajadores sociales, geriatras, médicos, nutricionistas, dentistas, fisioterapeutas, psicólogos, desarrollo web, y apoyo informático, entre otros.

AMBIENTE & ANIMALES



Asociación Amigos de la Tierra (AFTA)
amigosdelatierrapma@gmail.com
690-56251
Trabaja por la conservación y protección de la biodiversidad, y la educación ambiental en las comunidades.

Fundación Suiza de Cooperación para el Desarrollo Técnico (SWISSCONTACT)
hortencia.barria@swisscontact.org
390-6519
Promueve el desarrollo económico, social y ambiental de Panamá.

Asociación Nacional para la Conservación de la Naturaleza (ANCON)
ancon@ancon.org
www.ancon.org
314-0060
Conserva la biodiversidad y los recursos naturales de Panamá para beneficio de las presentes y futuras generaciones.

Asociación Panamá Verde
juntadirectiva@panamaverde.org
Impulsa proyectos de acción comunitaria en los ejes de juventud, ambiente y desarrollo.

Biomuseo
consultas@biomuseo.org
www.biomuseo.org
830-6700
Centro interpretativo dedicado a Panamá que explora la relación entre su biodiversidad y su cultura administrado por la Fundación Amador.

Caminando Panamá
caminandopanama@gmail.com
www.caminandopanama.org
Fomenta un espíritu comunal de apreciación del patrimonio natural y cultural nacional a través del uso y manejo adecuado de los senderos de Panamá.

Ecofarms Panamá
Volunteer@ecofarmspanama.org
www.ecofarmspanama.org
6929-2195
Trabaja por conservar y restaurar la selva tropical del valle del río Mamoni.

Fundación Avifauna Eugene Eisenmann
kavila@avifauna.org.pa
www.pipelineroad.org
6676-0432
Protege las aves de Panamá y sus hábitats a través de la educación ambiental y el turismo sostenible.

Fundación Arvita Reforestación
info@arvita.org
www.arvita.org
202-9850
Promueve el fortalecimiento de la población y economía rural mediante la creación, restauración y conservación de bosques.

Fundación Costa Recicla
costarecicla@gmail.com
www.costarecicla.org
6818-0547
Concientiza y forma a la comunidad en la importancia de la protección del medio ambiente.

Fundación de Acción Social por Panamá (FAS Panamá)
faspanama2003@yahoo.com
www.faspanama.org
317-0631
Ejecuta iniciativas de manejo ambiental de desechos sólidos, y promueve y construye espacios de participación comunitaria y ciudadana en pro del ambiente.

Fundación Eco Creando
ecocreandopanama@gmail.com
306-3100
Trabaja por generar un cambio de hábitos en los panameños para que sean más amigables con el medio ambiente educando y generando soluciones que faciliten el proceso.

Fundación Marviva
info@marviva.net
www.marviva.net
317-4350
Impulsa la conservación y el uso sostenible de los recursos marinos y costeros en el Pacífico Tropical Oriental.

AMBIENTE & ANIMALES



Fundación para la Protección del Mar (PROMAR)

Fundacion_promar@yahoo.com

www.promarpanama.org

6673-9251

Promueve la conservación de los ecosistemas marinos y el uso sostenible de sus recursos.

Fundación San Francisco de Asís

info@fundasis.org

www.fundasis.org

267-1502

Mejora la calidad de vida de los animales domésticos por medio de herramientas que ofrezcan la atención veterinaria y la participación social sostenible.

Fundación Tortuguías

info@tortugas.org

www.tortugas.org

202-0202

Trabaja por la conservación de las tortugas marinas en Panamá.

Marea Verde

info@mareaverdepanama.org

6678-0770

Busca crear pasión por un Panamá limpio y motivar al cambio de hábitos en el manejo de los desechos.

Parque Municipal Summit

parquesummit@gmail.com

232-4850

Jardín botánico del Municipio de Panamá que alberga animales silvestres nacionales que han sido rescatados.

Proyecto Ecológico Azuero

info@proecoazuero.org

www.proecoazuero.org

995-2995

Conserva el ecosistema y promueve comunidades sanas, facilitando decisiones informadas y acciones sostenibles.

Spay Panama

doctor@spaypanama.org

www.spaypanama.org

261-5542

Trabaja por poner un alto al matado y sobrepoblación animal.

ARTE & CULTURA



CanadaPLUS Foundation

foundationcanadaplus@gmail.com

6615-5666

Establece la promoción de planes y programas culturales y sociales no tradicionales.

Fundacion de Artes Escénicas de Panamá

info@faepanama.org

www.faepanama.org

264-4560

Trabaja a favor de la promoción, profesionalización y difusión del teatro y la danza.

Fundación Crescendo

fundacioncrescendopanama@gmail.com

6070-3836

Desarrolla y promueve la cultura musical en Panamá.

Fundación Danilo Pérez

administracion@fundaciondaniloperez.org

www.fundaciondaniloperez.org

211-0272

Ofrece tutorías, formación y estimulación musical a niños y jóvenes talentosos como medio para el desarrollo de sus potencialidades.

Fundación El Caño

mayo.julia@gmail.com

www.fundacionelcano.org

317-0068

Organización con una fuerte motivación científica, cultural y social que trabaja en beneficio de Panamá y su patrimonio arqueológico.

Fundación Espacio Creativo

enlaces@fec.org.pa

www.fec.org.pa

377-1375

Cultiva, apoya y promueve el arte de la danza contemporánea y las artes escénicas en Panamá.

Fundación IFF Panamá

info@iffpanama.org

www.iffpanama.org

203-2365

Apoya la realización del Festival Internacional de Cine de Panamá y las actividades culturales y educativas desarrolladas en cada edición.

ARTE & CULTURA



Fundación Mua Mua

fundacion.muamua@gmail.com

228-7177

Protege, conserva y da a conocer la importancia y valor de la artesanía como parte de la personalidad cultural de nuestro país.

Fundación Olga Sinclair

mercadeo@fundacionolgasinclair.org

www.fundacionolgasinclair.org

830-7782

Impulsa la cultura y el talento de niños y jóvenes a través de la expresión artística, y promueve la unión sociocultural a través del amor por el arte.

Fundación SembrArte

sembrarte.panama@gmail.com

6214-6814

Produce experiencias creativas que generan un cambio de conciencia sociocultural por medio de la participación colectiva en la transformación del entorno comunitario.

Fundación Sinfonía Concertante de Panamá

info@funsincopa.org

<https://www.funsincopa.org/>

260-0645

Trabaja en iniciativas que apoyen el desarrollo de la cultura, el arte y la educación en Panamá.

Punto Inicial Plataforma Cultural

voluntariadopipc@gmail.com

www.puntobohemio.com

306-3181

Promueve el apoyo y la formación de artistas emergentes, creando nexos entre el público y la vez mejorando la calidad de vida y promoción humana.

Semillas de Arte y Conciencia

yenisol@arteyconciencia.org

www.arteyconciencia.org

250-4061

Promueve el talento de niños y jóvenes a través de la cultura y el arte, concienciando, humanizando y sensibilizando, por un planeta mejor.

DONACIONES

Útiles y equipo de oficina, equipo tecnológico y audiovisual, instrumentos musicales en óptimas condiciones, implementos de arte, papelería, locales para eventos y festivales.

VOLUNTARIADO GENERAL

Voluntarios para apoyo logístico, organización de eventos y festivales, recaudación de fondos, difusión, voluntarios para clases de canto, baile, teatro, danza, pintura, y música, pintura de murales, tutorías de ciencias, español y matemáticas, entre otros.

HABILIDADES

Administración de redes sociales, desarrollo web, fotógrafos, creación de videos, estrategias de comunicación, voluntarios de diferentes disciplinas artísticas, gestores culturales, gestión de bases de datos, entre otros.

DEPORTE



Asociación de Football Americano de Panamá

gosorio@panamaflagleague.com

www.affpanama.com

6140-6542

Fomenta el deporte del football americano en todo el país, y brinda la oportunidad a todos los jóvenes especialmente de escasos recursos.

Asociación Panameña de Patinaje

rober@panamapatin.com

www.panamapatin.com

6775-0054

Promueve el desarrollo de todas las disciplinas de deportes sobre ruedas en Panamá.

Club BMX Panamá

clubmxpma@yahoo.com

www.clubbmxpathana.org

6671-9844

Promueve el Bmx en Panama a nivel internacional.

Fundación Manos Extendidas

fundacionmanose@gmail.com

Utiliza el baloncesto para brindar a jóvenes herramientas para fomentar su desarrollo personal y rendimiento académico.

Fundación Monica Licona

fundacionmonicalicona@gmail.com

www.fundacionmonicalicona.org

221-9081

Promueve un cambio en la cultura vial de Panamá, creando conciencia en todos los usuarios de las vías públicas.

Fundación Panama Ultimate Frisbee

fundacionpanamaultimate@gmail.com

6214-6814

Promueve el desarrollo del Ultimate en Panamá, con un enfoque educativa y de formación deportiva integral.

Fútbol Con Corazón

mnavarro@fcc.futbol

www.fccpty.futbol

6317-2164

Mejora la calidad educativa de las futuras generaciones utilizando el poder de convocatoria del fútbol y sus posibilidades pedagógicas como herramienta.



Patronato Gimnasio Kiwanis

gimnasiokiwanis@yahoo.es

228-7749

Proporciona a la niñez y juventud un moderno centro deportivo y cultural dedicado a promover la salud física y la cultura.

DONACIONES

Implementos para entrenamiento deportivo, balones, patines, uniformes, premios, bebidas, tarimas, toldas, espacios para eventos, entre otros.

VOLUNTARIADO GENERAL

Manejo de redes sociales, apoyo logístico, recaudación de fondos, difusión, organización de eventos, tutores, apoyo en prácticas de diferentes disciplinas deportivas, entre otros.

HABILIDADES

Fotógrafos, creación de videos, desarrollo web, abogados, entrenadores de diferentes disciplinas deportivas, diseño gráfico, traductores, fisioterapeuta

Fundación Democracia y Libertad

info@museodelalibertad.org

www.museodelalibertad.org

310-0748 ó 310-0749

Promueve una sociedad más responsable, participativa, empoderada, inclusiva, vigilante de sus derechos y que construye un país plenamente libre y democrático.

Fundación para el Desarrollo de la Libertad Ciudadana

libertad@libertadciudadana.org

www.libertadciudadana.org

223-4120

Contribuye al perfeccionamiento y profundización del sistema democrático, mediante la permanente participación ciudadana.

Centro de Iniciativas Democráticas

demoiniciativas@hotmail.com

www.cidempanama.org

213-1310

Promueve la democracia representativa a través de una amplia participación ciudadana.

Fundación para el Desarrollo Solidario y Sostenible

fudessos@gmail.com

www.fudessos.org

385-4530

Promueve la solidaridad y la conciencia social entre los seres humanos.

DONACIONES

Mobiliario, equipo tecnológico, equipo audiovisual, papelería, útiles y equipo de oficina.

VOLUNTARIADO GENERAL

Apoyo logístico, recaudación de fondos, promoción en redes sociales, apoyo en archivos, mantenimiento de página web.

HABILIDADES

Desarrollo de aplicaciones tecnológicas, abogados, contadores, estrategia de comunicación, entre otros.

4Ever Caring Foundation

emarin@4emagic.com

396-4000

Contribuye a la promoción del bien común, al fortalecimiento de la educación, la cultura, la protección de nuestro entorno y medio ambiente.

Asociación de Damas Salesianas (ADS)

info@adspanama.org

www.adspanama.org

831-7713

Gerencia programas de asistencia social dirigidos a la población en situación de pobreza.

Asociación de Vecinos y Amigos del Casco Antiguo

director@avaca.org.pa

www.avaca.org.pa

6642-9089

Protege, promueve y mejora la calidad de vida en el Casco Antiguo de Panamá.

Cámara Panameña de Desarrollo Social

info.capadeso@gmail.com

www.capadeso.org

Red de organizaciones no gubernamentales, sin fines de lucro, que promueven el desarrollo social de Panamá.

Club Activo 20-30 de Panamá

info@activo20-30.org

www.activo20-30.org

270-2030

Asociación cívica que trabaja por la niñez más necesitada de la República de Panamá.

Club de Leones de Balboa

clubdeleonesbalboa@gruposyahoo.com

www.e-clubhouse.org/sites/balboa

Club cívico integrado por jóvenes orientado a la mejora continua de la comunidad.

Club Kiwanis Las Perlas

rrhh@clubkiwanislasperlas.org

www.clubkiwanislasperlas.org

261-1730

Desarrolla programas en pro de la niñez en situación de pobreza, contribuyendo a su formación con el apoyo de la comunidad.



Club Rotaract de Panamá

clubrotaractdepanama@gmail.com

www.clubrotaractdepanama.org

6453-4364

Asociación cívica formada por jóvenes profesionales dispuestos a ayudar a las comunidades, por medio del liderazgo a través del servicio comunitario.

Club Rotaract Panamá Nordeste

panamanordeste@gmail.com

6739-5355

Programa de Rotary International orientado a jóvenes de 18 a 30 años que se dedica a la formación de profesionales líderes en su trabajo y comunidad.

Fundabondad

fundabondad@gmail.com

6233-7666

Tiende la mano al más necesitado.

Fundación Antonio Tagaropulos

ljovane@itag.com.pa

395-3485

Promueve la participación ciudadana como medio para la construcción de nuevos caminos y oportunidades.

Fundación ASSA

yvelasquez@assanet.com

300-2704

Brinda ayuda económica, en beneficio de los niños y jóvenes de áreas rurales con calificaciones sobresalientes.

Fundación CoMunidad

f.comunidad@mail.com

www.fcomunidad.org

260-5238

Contribuye al cambio de modelos de desarrollo tradicional por un enfoque integrador desde la sustentabilidad.

Fundación Dona Felicidad

info@donafelicidad.org

www.donafelicidad.org

6060-3273

Desarrolla jornadas de salud, deporte y sana diversión a centros y comunidades necesitadas de Panamá para aportar al mejoramiento de su calidad de vida.

Fundación Sus Buenos Vecinos

fundacionsusbuenosvecinos@bgeneral.com

www.fundacionsusbuenosvecinos.org

303-5307

Da continuidad al compromiso social de Banco General, desarrollando programas sociales en alianza con organizaciones sin fines de lucro.

Fundación Toribia Rodriguez de Escudero

toribia.raicesdeesperanza2017@gmail.com

fundaciontoribiarodriguezdeescudero.org

381-5238

Desarrolla programas y proyectos educativos, sociales y de salud que promueven el desarrollo integral de personas que están en situación de riesgo social.

Fundación Trencó

fundacion@trenco.com.pa

206-0088

Orientada a impactar positivamente en los sectores de ambiente, educación y deporte.

Fundación Visión

eligeser@fundacionvision.org.pa

www.fundacionvision.org.pa

227-2018

Apoya y ejecuta programas con enfoque integral, orientados a la reducción de la violencia por la vía de la prevención.

Fundación Voluntad

contacto@voluntadpanama.org

www.voluntadpanama.org

263-3224

Fomenta e impulsa el desarrollo comunitario, promueve y apoya la creación de empresas comunitarias autosustentables.

Global Brigades Foundation of Panama

panamaoffice@globalbrigades.org

www.globalbrigades.org

394-5473

Mejora la calidad de vida de las comunidades, respetando la cultura local y el medio ambiente.

Organización de Ayuda Integral para el Desarrollo

tbordelon@odaaid.org

www.Odaid.org

6670-0650

Contribuye al desarrollo integral y sustentable de las comunidades, a través del fortalecimiento de las capacidades individuales e institucionales.

Soka Gakkai Internacional de Panamá

Relacionespublicassgip@gmail.com

www.sgipanama.com

261-1225

Promueve la paz, la cultura y la educación basadas en los ideales del Budismo de Nichiren Daishonin.

TECHO - Panamá

voluntariado.panama@techo.org

www.techo.org/panama/

317-1997

Busca superar la pobreza en los asentamientos de Latinoamérica, a través de la acción conjunta de sus pobladores y jóvenes voluntarios.

Vicariato Apostólico de Darién

vicadarienproyectos@gmail.com

232-0183

Dedicada a la evangelización y el bienestar de las personas de la Provincia del Darién.

Voluntarios de Panamá

voluntariosdepanama@gmail.com

www.voluntariosdepanama.org

6771-1190

Motiva y moviliza a los panameños a ser agentes de cambio en su comunidad a través del voluntariado en organizaciones no gubernamentales.

DONACIONES

Medicamentos, alimentos secos, artículos de higiene personal, útiles y equipo escolar, libros, cuentos, sábanas, toallas, sillas de ruedas, equipo tecnológico y audiovisual, entre otros.

VOLUNTARIADO GENERAL

Apoyo logístico, organización de eventos, recaudación de fondos, apoyo en giras médicas y colectas a nivel nacional, entre otros.

DISCAPACIDAD



EDUCACIÓN



EDUCACIÓN



Fundacion Integra Vidas
tomatis.panama@gmail.com
www.tomatispanama.com
831-1191

Brinda atención a niños y jóvenes que han sido diagnosticados con algún tipo de discapacidad y/o necesidad educativa especial y requieren abordaje terapéutico para lograr potencializar sus destrezas.

Down Panamá
downpanama@gmail.com
279-3252
Promueve una sociedad que valore y respete a las personas con síndrome de Down.

Fundación Carmen Conte Lombardo
fundcarmencontel@gmail.com
www.fundacioncarmencontel.es.tl
991-0728
Brinda a las personas con discapacidad de la provincia de Coclé, asistencia de rehabilitación física integral con la finalidad de superar sus limitaciones y lograr la integración social y laboral.

Fundación Laboral para Jóvenes y Adultos con Discapacidad
fljadis@gmail.com
236-9237
Brinda atención de manera integral y sistemática a jóvenes y adultos con discapacidad.

Fundación Pro Integración
funproi@cwpanama.net
www.funproi.org
264-5707
Trabaja para mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad.

Fundación Soy Capaz
fundacionsoycapaz@yahoo.com
www.fundacionsoycapaz.org.pa
226-4227
Promueve la independencia de jóvenes con autismo, orienta y apoya a sus familias y sensibiliza a la sociedad para su integración social.

Fundación Te Tengo en Cuenta
info@tetengoencuenta.org
www.tetengoencuenta.org
6112-2509
Contribuye a una sociedad equitativa, inclusiva y ambientalmente concientizada.

Olimpiadas Especiales Panama
voluntarios@oepanama.org
www.oepanama.org
221-5314
Dedicada a la integración de personas con discapacidad intelectual por medio del entrenamiento y la competición deportiva durante todo el año.

Patronato Luz del Ciego
luzciego@yahoo.es
www.patronatoluzdelciego.org
226-8099
Realiza acciones socioeducativas, de rehabilitación funcional y de prevención de problemas visuales, para elevar la calidad de vida de las personas con discapacidad visual.

DONACIONES
Artículos de limpieza, equipo y mobiliario de oficina, sillas de ruedas, prótesis, equipo para entrenamiento deportivo, lentes, equipo médico, entre otros.

VOLUNTARIADO GENERAL
Voluntarios para apoyo logístico, organización de eventos, difusión, recaudación de fondos, instructores de informática y arte, entrenadores deportivos, manejo de redes sociales, voluntarios para acompañamiento y recreación, entre otros.

HABILIDADES
Fonoaudiólogos, fisioterapeutas, médicos, profesores de disciplinas deportivas, estimuladoras, terapia ocupacional, diseño gráfico, trabajadores sociales, diseño y desarrollo web, abogados, comunicadores, entre otros

Fab Lab EcoStudio
info@ecostudio.ngo
www.ecostudio.ngo
317-0787
Promueve la innovación, emprendimiento y cultura creativa de 'learning by doing' mediante acceso a herramientas de fabricación digital y manual en Panamá.

Fundación Eduardo Morgan (FUNDAMORGAN)
info@fundamorgan.org
www.fundamorgan.org
265-7777
Promueve la educación y el acceso a la justicia, con el objetivo de contribuir a la construcción de una sociedad más justa y con mejor calidad de vida.

Asociación Religiosos Mercedarios
pafatima@cwpanama.net
www.mercedariospanama.org
228-7090
Promueve la educación integral de niños y jóvenes a través de centros educativos y programas sociales.

Asociación de Amistad Argentino Panameña
info@unaempresaunaula.org
www.unaempresaunaula.org
6615-2031
Promueve el desarrollo de escuelas públicas bajo el proyecto "Una Empresa, Un Aula".

Asociación Panameña de Debate
info@aspadepanama.com
www.aspadepanama.com
Promueve el debate para fortalecer la democracia y la educación panameña.

Explora Centro de Ciencias y Arte
info@explorapanama.org
www.explorapanama.org
230-3066
Promueve el conocimiento entre niños y jóvenes por medio del aprendizaje y el interés por la investigación.

Blind Date with a Book PTY
blinddatewithabook.pty@gmail.com
6678-1305
Promueve la lectura en Panamá y le da una segunda vida a los libros.

CoSPAe
info@cospae.org
www.marcaturumbo.com.pa
260-2428
Contribuye a elevar la competitividad del país mediante la demostración de modelos de formación exitosos y aportes consistentes a las políticas públicas y prácticas educativas.

CPTLN Panamá - Cristo Para Todas Las Naciones
cptlnpanama@gmail.com
www.cptlnpanama.org
260-3464
Desarrolla programas para niños, jóvenes y adultos, y produce recursos de orientación basados en temas de la vida diaria.

EMPRETEC PANAMA
info@empretecpanama.org
www.empretecpanama.org
377-7717
Desarrolla programas para el desarrollo de una conducta emprendedora de éxito, promovido por Naciones Unidas.

Enseña por Panamá
lorena.valencia@ensenaporpanama.com
www.ensenaporpanama.com
6661-1008
Mejora la calidad de la educación y reduce las desigualdades en Panamá mediante la formación de líderes excepcionales comprometidos.

Fondo Unido de Panama - United Way
info@fondounidodepanama.org
www.fondounidodepanama.org
398-3705
Contribuye a construir la capacidad comunitaria necesaria para mejorar la calidad de vida de las poblaciones más vulnerables de Panamá de una manera eficiente y sostenible.

Fundación Educación Vial
educacionvialpanama@gmail.com
www.fevial.org
399-5245
Promueve la educación vial en las escuelas y a la sociedad civil en general.

Fundación Educativa Juan Pablo II
infoFEJPS@gmail.com
www.fejps.org
226-2627
Ofrece becas educativas en colegios privados a jóvenes de escasos recursos con interés y habilidades para completar estudios secundarios.

Fundación GABRIEL LEWIS GALINDO
Clorislana@fglg.org.pa
www.fglg.org.pa
204-4070
Impulsa y realiza cambios para mejorar la calidad de la educación en Panamá.

FUNDACIÓN IDEAS MAESTRAS
info@ideasmaestras.com
www.ideasmaestras.com
6112-0358
Iniciativa de emprendedores panameños con el objetivo de apoyar la consolidación del ecosistema de emprendimiento.

Fundación Judío Panameña
contacto@fundacionjupa.org
www.fundacionjupa.org
321-1593
Ayuda, educa y capacita a través de organizaciones no gubernamentales y programas propios, a personas necesitadas en Panamá.

Fundación para la Promoción de la Excelencia Educativa
info@excelenciaeducativa.org.pa
www.excelenciaeducativa.org.pa
302-3670
Dedicada a resaltar la excelencia educativa en las escuelas del país.

Fundacion ProEd
info@fundacionproed.org
www.fundacionproed.org
6862-3675
Desarrolla y capacita a educadores profesionales para que inspiren el aprendizaje de sus estudiantes.

Fundación Unidos Por la Educación
unidos.educacion@gmail.com
www.unidosporlaeducacion.com
Promueve la participación ciudadana y el compromiso con la educación para implementar políticas de Estado en educación.

Fundación Valórate
info@fundacionvalorate.org
www.fundacionvalorate.org
317-1598
Apoya a niños y niñas con dificultades de atención y aprendizaje que presentan problemas académicos, sociales y familiares.

Fundación Roba Morena
robert@robamorena.com
www.robamorena.com
Ser agente motivador para que tomemos acción con el fin de mejorar la sociedad.

FUNDESTEAM
info@fundesteam.com
www.fundesteam.org
317-0379
Promueve y desarrolla programas educativos que inculquen interés en las ciencias, la tecnología, la ingeniería, las artes y las matemáticas.

Glasswing International
klevel@glasswing.org
www.glasswing.org
209-4417
Fomenta una mayor participación de la sociedad en la mejora de la calidad de vida.

Instituto Panameño de Educación por Radio (IPER)
infopanama@iperpanama.org
www.iperpanama.org
399-0119
Facilita la educación formal a jóvenes y adultos a través de un sistema de educación a distancia eficiente, inclusivo y participativo.

Instituto Panameño de Derecho y Nuevas Tecnologías (IPANDETEC)
ipandetec@gmail.com
www.ipandetec.org
320-4330
Promueve el uso y regulación de las TIC y la defensa de los derechos humanos en el entorno digital.

Junior Achievement de Panama
junior.achievement@japanama.org
www.japanama.org
229-5060
Impulsa programas educativos basados en desarrollo del espíritu emprendedor, preparación para el trabajo y educación financiera.

DONACIONES
Mobiliario, útiles y equipo de oficina, espacios publicitarios, tableros, cuadernos, mochilas, materiales didácticos, papelería, espacios publicitarios, espacios para eventos, becas, libros, cuentos, útiles escolares y para uso en el aula, equipo tecnológico y audiovisual, entre otros.

VOLUNTARIADO GENERAL
Apoyo logístico, organización de eventos, recaudación de fondos, habilitación de espacios educativos, apoyo para desarrollo académicos y profesional, mentorías, manejo de redes sociales, difusión, tutorías de diferentes materias y disciplinas artísticas, tutorías en informática, entre otros.

HABILIDADES
Traducciones, diseño y desarrollo web, profesionales de todas las ramas para prestar apoyo académico en diferentes materias y orientación vocacional, fotógrafo, creación de videos, abogados, contadores, entre otros.

Asociación Pro Artesana Panameña
proartesana2@gmail.com
263-0466
Trabaja a favor de la capacitación, desarrollo y mercadeo de la artesanía panameña.

Centro de la Mujer Panameña (CEMP)
cemppanama@gmail.com
www.centromujerpanama.org
235-1350
Trabaja por el empoderamiento de las mujeres y la construcción de una sociedad más justa y sin violencia.

Fundación Calicanto
administracion@fundacioncalicanto.org
www.fundacioncalicanto.org
228-0351
Dedicada a salvar el patrimonio histórico y humano del Casco Antiguo por medio de programas y acciones sociales, educativas y de conservación.

Transformadoras
info@transformadoras.org
6678-2045
Empodera a mujeres para que puedan salir de la pobreza y construir un nuevo camino.

Voces Vitales Panama
eventos@vocesvitalespanama.org
www.vocesvitalespanama.org
317-3100
Impulsa la participación de la mujer y promueve su educación, salud y el acceso equitativo a las oportunidades.

DONACIONES
Útiles escolares, libros, cuentos, materiales didácticos, equipo informática y audiovisual, ropa para mujeres, juguetes, espacios publicitarios, equipo y útiles de oficina, papelería, alimentos no perecederos, entre otros.

VOLUNTARIADO GENERAL
Voluntarios para apoyo logístico y administrativo, recaudación de fondos, difusión, apoyo a organización de talleres vocacionales, académicos, o de informática, manejo de redes sociales, talleres de liderazgo, entre otros.

HABILIDADES
Abogados, psicólogos, trabajadores sociales, instructores de inglés, informática y diversas profesiones, diseño gráfico, fotógrafos, creación de videos, diseño y desarrollo web, entre otros.

Aldeas Infantiles SOS Panamá
amigosos@aldeassos.org.pa
www.aldeasinfantiles.org.pa
282-0244
Trabaja por el derecho de los niños a vivir en familia.

Asociación De Muchachas Guías Panamá
guiaspanama@gmail.com
225-0591
Ayuda a las niñas, jóvenes y adultas a desarrollar su potencial como ciudadanas responsables del mundo.

Asociación Nacional de Scouts de Panamá
adultos@scoutspanama.com
www.scoutspanama.com
261-4036
Contribuye a la educación de los jóvenes, mediante un sistema de valores basado en la Promesa y la Ley Scout.

Asociación Pro Juventud de San Felipe (APROJUSAN)
administracion@aprojusan.org
www.aprojusan.org
228-9699
Brinda atención integral y educativa a los niños en riesgo social en San Felipe.

Asociación Pro Niñez Panameña
asoc.proninez@gmail.com
www.proninezpanama.org
226-8360
Trabaja en el desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes en condiciones de mayor vulnerabilidad social a través de programas y proyectos que mejoren su entorno escolar, la calidad de su educación y alimentación y desarrollen su creatividad y habilidades para la vida.

AIESEC
desarrollosocial@aiesec.org.pa
www.aiesec.org.pa
306-3100
Brinda a jóvenes entre 18 y 30 años la oportunidad de desarrollarse como líderes responsables y emprendedores mediante experiencias internacionales de desarrollo personal y profesional.

Barrios Panamá
barriospanama@gmail.com
www.barriospanama.org
6723-0006
Empodera a niños, niñas y adolescentes a través del deporte, la psicología y la educación.

Casa Esperanza
cepanama@gmail.com
www.casaesperanza.org.pa
282-4200
Garantiza la disminución del trabajo infantil y la educación de la niñez y la adolescencia, en condición de pobreza, liderizando la defensa de sus derechos.

Centro de Alcance por Mi Barrio Las 500
centrolas500@gmail.com
224-5184
Dedicada al trabajo de prevención entre la juventud.

Centro de Alcance por mi Barrio San Pancracio
snpancracio@gmail.com
267-1370
Dedicada a minimizar el riesgo de violencia en todas sus expresiones.

Ciudad del Niño
ciudadnino@cwpanama.net
www.ciudaddelnino.org
254-8344
Comprometida con la promoción, defensa y ejercicio de los derechos de los niños en situación vulnerable.

Fundación Ayudando a Vivir
fundacionayudandoavivirfan@gmail.com
396-4819
Favorece el desarrollo y crecimiento integral de niños y jóvenes en su entorno por medio de proyectos sociales en el corregimiento de la 24 de diciembre.

Fundación Caravana del Niño Jesús
funcanije@hotmail.com
6667-9019
Promueve el desarrollo integral de la niñez panameña.

Fundación Los Niños Tenemos Derecho a Soñar
lostinostenemosderechoasonar@gmail.com
381-0151
Ayuda a los niños que se encuentran en riesgo social a cumplir sus sueños mediante el arte, la música y afines.

Fundación Pide un Deseo Panamá
pideundeseo@makeawishpanama.org
www.makeawishpanama.org
270-7127
Concede deseos a niños entre 3 y 18 años con una enfermedad que amenace sus vidas para enriquecerlas con esperanza, fortaleza y alegría.

Fundación Pro Niños de Darién
mercadeo@darien.org.pa
www.darien.org.pa
264-4333
Trabaja por disminuir la desnutrición infantil a través de actividades interrelacionadas con los programas de nutrición, salud, educación, producción y desarrollo comunitario.

Fundación Unidos por la Niñez
funpanama@cwpanama.net
www.unidosporninez.org
232-6679
Divulga, defiende y cuida en materia de derechos humanos, los Derechos de la niñez, de la mujer y la familia.

Fundación Nutricional Teresa de Jesús
fundanuteje@gmail.com
www.fundacionnuteje.org
221-8353
Combate la pobreza a través de la nutrición física, espiritual e intelectual de nuestros niños, adolescentes y jóvenes de Panamá.

Fundación Amaneceres
info@fundacionamaneceres.org
www.fundacionamaneceres.com
226-8189
Promueve el desarrollo de los adolescentes, fortaleciendo su autoestima y sus capacidades, a través de programas preventivos.



Fundación Yo Pinto Una Sonrisa
enriquiera@yopintounasonrisa.org
www.yopintounasonrisa.org
 6777-7740
 Fortalece el autoestima de la niñez panameña, aportando a una generación capaz de enfrentar los retos necesarios para avanzar como país.

Hogar de la Infancia
jeniffercoromoto@hotmail.com
 262-5010
 Promueve la educación Bethlemita, que concibe a la persona como ser único con conciencia que ha sido creado a imagen y semejanza de Dios.

Cámara Junior de la Ciudad de Panamá
info@jcicdp.org
www.jcicdp.org
 360-5463
 Ofrece oportunidades de desarrollo que preparan a los jóvenes para crear cambios positivos.

Fundación Jesús Luz de Oportunidades
administracion@jesusluzdeoportunidades.org.pa
www.jesusluzdeoportunidades.org.pa
 394-2535
 Trabaja por la transformación y resocialización de jóvenes involucrados en el pandillerismo y en riesgo social.

Fundación El Arca
fulvia@fundacionelarca.org.pa
www.fundacionelarca.org.pa
 360-2027
 Desarrolla programas en beneficio de la niñez panameña, dirigidos a las áreas de difícil acceso y extrema pobreza.

Juntos Podemos
info2@juntospodemos.com.pa
www.juntospodemos.com.pa
 225-2476
 Ayuda a la comunidad de Curundú sin distinción de raza, género, etnia o religión.

Misión País Panamá
misionpanama@gmail.com
www.misionpaispanama.org
 6633-5360
 Promueve una juventud que viva y exprese el amor a Jesucristo con alegría y gratitud, sirviendo a la Iglesia y a la sociedad.

Fundación Cambio Creativo
fundacambiocreativo@gmail.com
 290-4482
 Plataforma educativa, social y espiritual que busca empoderar a comunidades en riesgo social dentro de la República de Panamá.

Movimiento Nueva Generación
info@movimientonuevageneracion.org
www.mng.org.pa
 211-6121
 Trabaja en la prevención integral, dirigido a la niñez y adolescencia que se encuentra en situación de vulnerabilidad a la violencia, drogas y pandillas, a través de actividades sociales, culturales y deportivas.

Orfelinato San José de Malambo
hogarmalambo@hotmail.com
 259-3621
 Brinda atención de niñas, niños y adolescentes en riesgo social.

Red Nacional de Apoyo a la Niñez y la Adolescencia
rednyapanama@gmail.com
 344-9498
 Contribuye a la promoción de los derechos de la niñez, fortaleciendo a las organizaciones que atienden niños, niñas y adolescentes.

Transición a la Vida
info@transicionalavida.org
www.transicionalavida.org
 385-3201
 Acompaña a los jóvenes en riesgo social que vienen de orfelinatos a realizar una transición exitosa a la vida adulta a través de herramientas de desarrollo personal y profesional.

YMCA Panama
voluntariado@ymcapanama.org
 262-9335
 Promueve el desarrollo integral de la persona mediante el desarrollo de proyectos y actividades educativas, culturales y sociales.

DONACIONES
 Mobiliario, equipo tecnológico y audiovisual, ropa y calzado en buen estado, uniformes escolares, mochilas, cuadernos, útiles escolares, útiles de oficina, alimentos secos, equipos deportivos, material didáctico, juguetes, papelería, libros, utensilios de cocina, herramientas para huertos escolares, material para talleres de arte o música, insumos de higiene personal, toallas, sábanas, material de limpieza, entre otros.

VOLUNTARIADO GENERAL
 Voluntarios para apoyo logístico, organización de eventos, difusión, manejo de redes, tutorías académicas y reforzamiento escolar, mentoría, voluntarios para talleres de informática, deporte, arte y recreación, mejoras y habilitación de espacios físicos, organización de actividades recreativas y de aprendizaje, entre otros

HABILIDADES
 Voluntarios de las ramas de la psicología, trabajo social, profesionales de todas las ramas para prestar apoyo académico en diferentes materias y orientación vocacional, instructores deportivos, estimulación temprana, fotógrafo, creación de videos, abogados, contadores, entre otros



Banco de Alimentos Panama
info@bancodealimentospanama.com
www.banalimentospty.com
 292-0162
 Recoge alimentos excedentarios de comercios y empresas y los distribuye a organizaciones sociales de Panamá.

Cocydon
apoyo@cocinandoydonando.org
www.cocydon.org
 6419-8758
 Contribuye y ayuda a las personas que se encuentran en situación de necesidad en las calles y en otros puntos estratégicos.

Patronato del Servicio Nacional de Nutrición
coord.mercadeo@patronatodenutricion.org
www.patronatodenutricion.org
 317-6111
 Combate la pobreza y la desnutrición a través de granjas auto sostenibles.

Nutre Hogar
nutrehogar@cwpanama.net
www.nutrehogar.org
 232-0179
 Implementa programas de prevención y recuperación nutricional en la Comarca Ngabe Buglé.

DONACIONES
 Alimentos secos, útiles y equipos de oficina, herramientas para huertos, semillas, material didáctico, juguetes, papelería, equipo tecnológico y audiovisual, materiales de limpieza, mobiliario, ropa en buena estado para bebés, niños y adultos, pañales, fórmula para infantes, entre otros.

VOLUNTARIADO GENERAL
 Apoyo en granjas autosostenibles y huertos, difusión, empaque y distribución de alimentos, actividades de recaudación de fondos, apoyo logístico en eventos, apoyo administrativo, brindar charlas educativas, manejo de redes sociales, coordinación de voluntarios, entre otros.

HABILIDADES
 Profesionales de la salud, estimulación temprana, nutricionistas, médicos, enfermeras, trabajadores sociales, ingenieros agrónomos, comunicadores, diseño y desarrollo web, diseño gráfico, fotógrafos, creación de videos, gestión de base de datos, abogados, contadores, diseño de proyectos, entre otros



AID FOR AIDS Panamá
panama@aidsforaids.org
www.aidsforaids.org/panama
 317-1583
 Trabaja por mejorar la calidad de vida de las personas que viven con VIH y Sida.

ANPEMUF
info@anpemufa.org
www.anpemufa.org
 838-7713
 Vela porque las personas con esclerosis múltiple logren mantener una integración positiva con su entorno, enseñando a pacientes y familiares a enfrentar los retos de la enfermedad.

APLAF
agonzalez.secretariaejecutiva@aplafa.org
www.aplafapanama.org
 317-0432
 Ofrece servicios de salud y educación integral en salud sexual y reproductiva, y defendiendo y promueve los derechos sexuales y reproductivos.

Asociación de Amigos y Voluntarias del Instituto Oncológico Nacional (ADAVION)
presidencia@adavion.com
 6001-0888
 Brinda ayuda a los pacientes enfermos con cáncer del Instituto Oncológico Nacional.

Asociación Nacional Contra el Cáncer
Ancecsecre@cwpanama.net
 225-4322
 Trabaja por la prevención y detección temprana del cáncer en Panamá.

Asociación Panameña de Ayuda al Niño Quemado
apaniquem@gmail.com
 225-0431
 Ofrece de forma gratuita, la rehabilitación integral del paciente con secuelas de quemaduras minimizando las limitaciones funcionales y estéticas para mejorar su calidad de vida.

Asociación Fundación Piero Rafael Martínez De La Hoz
proyectosespeciales@duelo.org
www.duelo.org
 227-7498
 Brinda atención, sensibilización y re-educación permanente de la comunidad y profesionales, sobre el proceso de duelo.

Cuerpo de Voluntarias del Hospital del Niño
voluntariashdeln@gmail.com
 227-6076
 Brinda amor, ayuda y consuelo a los niños que son atendidos en el Hospital del Niño y a sus familiares.

Doctor Yaso Panama
panama@doctoryaso.com
www.doctoryaso.com
 6088-7545
 Alivia el sufrimiento de niñas, niños y adolescentes hospitalizados.

Fundacáncer
info@fundacancerpanama.org
www.fundacancerpanama.org
 388-7334
 Organiza y dirige programas de prevención, protección y educación para orientar a la población sobre el diagnóstico temprano del cáncer y brinda apoyo al paciente del Instituto Oncológico Nacional.

Fundación Casa Hogar el Buen Samaritano
Chebs_@hotmail.com
www.chebspanama.org
 220-5815
 Concientiza y sensibiliza a la sociedad de que el SIDA es un problema que nos atañe a todos sin distinción de nación, etnia, credo, u orientación sexual.

Fundación Casita de Mausi
casitamausi@gmail.com
www.casitademausi.org.pa
 392-5757
 Ofrece albergue temporal a pacientes con cáncer.



Fundación Esperanza de Vida para Disautonomía

disautonomiapanama@gmail.com
269-9754

Ofrece asistencia y orientación médica a beneficio de los pacientes que sufren o padecen disautonomía.

Fundación Latidos

administracion@latidospanama.org
www.latidospanama.org
263-5329

Mejora la calidad de vida de niños y niñas con cardiopatías congénitas.

Fundación Luces

fundacionlucespa@gmail.com
www.fundacionluces.com
227-4547

Trabaja por mejorar la calidad de vida de pacientes con epilepsia y sus familias.

Fundacion Oir es Vivir

contacto@fundacionoiressvivir.org
www.fundacionoiressvivir.org
317-0562

Trabaja por brindar salud auditiva a personas de escasos recursos en Panamá.

Fundación Probitsida

probitsida@gmail.com
www.probitsida.org
225-9119

Trabaja en la prevención del VIH, así como en la promoción y defensa de los derechos humanos y dignidad de las personas infectadas y afectadas por el VIH-Sida en Panamá.

Fundación Psoriasis de Panamá

psoriasispanama@gmail.com
www.psoriasispanama.org
800-3855

Brinda apoyo y orientación a las personas que padecen de Psoriasis y Artritis Psoriásica.

Fundacion Kilometros x Alegria

kilometrosxalegria@gmail.com
391-3747

Mejora las condiciones de vida de las personas que padecen la enfermedad del cáncer y enfermedades congénitas cardíológicas.

FundAyuda

mkahn@fundayudapanama.org
www.fundayudapanama.org
306-7600

Ayuda a educar a la población sobre la detección temprana del cáncer de mama y brinda soluciones de salud a personas de escasos recursos para mejorar su calidad de vida.

Panamerican Social Marketing Organization (PASMO)

dvasquez@pasmo.org
397-8772

Contribuye de manera sostenible a la salud de poblaciones en contextos de vulnerabilidad.

Operación Sonrisa

mberberian@operacionsonrisa.org.pa
232-7405

Realiza cirugías gratuitas para corregir labios y/o paladares y otras malformaciones en niños.

Sangre Panamá

voluntarios@sangrepanama.org
www.sangrepanama.org
6212-9723

Promueve y educa sobre la importancia de la Donación Voluntaria de Sangre en Colegios, Universidades y Empresas.

Asociación Hogares Crea de Panamá

hogarescrea@hotmail.com
390-8221

Trabaja por la prevención y tratamiento de la drogodependencia.

Cruz Blanca Panameña

info@cruzblancapanamena.org
cruzblancapanamena.org
394-3002

Ofrece acciones de prevención y tratamiento del uso indebido de drogas a jóvenes y adultos.

Fundación Infantil Ronald McDonald de Panamá

contactenos@casaronald.org.pa
www.casaronald.org.pa
303-2670

Mantiene a las familias con niños enfermos cerca de ellos y de la atención médica que necesitan.

DONACIONES

Mobiliario, útiles de oficina, sábanas, material y equipo de limpieza, equipo médico, sillas de ruedas, ropa en buen estado para bebés, niños y adultos, equipo tecnológico y audiovisual, pañales de niño y adulto, alimentos secos, toallas, toallas húmedas, vasos, bebidas como café y té, papelería, entre otros.

VOLUNTARIADO GENERAL

Personas que deseen apoyar y compartir con pacientes y sus familiares, difusión, actividades de recaudación de fondos, apoyo logístico en eventos y caminatas, apoyo administrativo, brindar charlas educativas, manejo de redes sociales, coordinación de voluntarios, entre otros.

HABILIDADES

Profesionales de la salud, estimulación temprana, nutricionistas, fisioterapeutas, médicos, enfermeras, trabajadores sociales, psicólogos, comunicadores, diseño y desarrollo web, diseño gráfico, fotógrafos, creación de videos, gestión de base de datos, abogados, contadores, diseño de proyectos, entre otros.

ALGUIEN NECESITA TU TALENTO DÓNALO

VOLUNTARIO CLASES DE FÚTBOL

BUSCAR



 **ponte en algo.com**
Tu enlace con las buenas causas



OTRAS FORMAS DE AYUDAR

Durante el año hay muchas formas de hacer tu aporte a Panamá.

DÍA DE LAS BUENAS ACCIONES

Es un día global que desde 2007 une a millones de personas de 100 países para hacer buenas obras en beneficio de otros y del planeta. En Panamá, el Día de las Buenas Acciones es organizado por Fundación JUPA, B'nai B'rith y Voluntarios de Panamá y contribuye a movilizar a miles de voluntarios hacia cientos de causas y organizaciones. Participa uniéndote a quienes ayudan a construir un Panamá un país más solidario y registra tu buena acción en www.buenasaccionespty.com.

GRAN DÍA NACIONAL DE LA REFORESTACIÓN

Celebrado el primer domingo de junio, el Gran Día Nacional de la Reforestación es organizado por la Alianza por el Millón de Hectáreas, una iniciativa público-privada cuyo objetivo es reforestar un millón de hectáreas en 20 años. Conoce más en www.alianzaporelmillon.org y participa uniéndote a los miles de voluntarios que contribuyen a un Panamá más verde y sostenible.



LIMPIEZA NACIONAL DE PLAYAS, MARES Y RÍOS

Organizado cada año en septiembre por una alianza público-privada en el marco del Mes de los Océanos, la Limpieza Nacional de Playas, Costas y Ríos suma a miles de voluntarios a lo largo del país para crear conciencia y tomar acción por la conservación de los océanos. Súmate en cualquiera de los diferentes puntos designados y toma acción por el planeta.

DÍA DEL VOLUNTARIADO FAMILIAR

Organizado por Voluntarios de Panamá, el Día del Voluntariado Familiar es celebrado en noviembre. Es un día anual de servicio que motiva a las familias a unirse y trabajar juntas a beneficio de la comunidad, fomentando en los niños y jóvenes la participación ciudadana y transmitiendo valores de solidaridad, cooperación, empatía y el deseo de compartir.



QUIÉNES SOMOS

PONTEENALGO.COM



La **Guía Solidaria**, al igual que su versión digital, www.ponteenalgo.com, facilita la conexión entre las personas que quieren ayudar con las organizaciones que lo necesitan. Es posible gracias a:

VOLUNTARIOS DE PANAMÁ



Voluntarios de Panamá

Organización sin fines de lucro que motiva, capacita y moviliza a los panameños a ser agentes de cambio a través de la promoción y desarrollo del voluntariado. Representa en Panamá a Points of Light Foundation y a la Asociación Internacional de Esfuerzos Voluntarios (IAVE). Conócenos en www.voluntariosdepanama.org o llámanos al 6771-1190.

Los textos y formato de esta Guía son reproducidos con el permiso de Fundación Soles, autores de la Guía de Acción Solidaria publicada en Chile.

Íconos de The Noun Project: Walking Aid, Luis Prado; Paw Print, Aldric Rodríguez; Earth Environment, Atif Arshad; Painting, Vectors Market; Music, Anil; Soccer Ball, Artem Kovyazin; Community, Adrien Coquet; Wheelchair, Jens Tärning; Education, Creative Stall; Woman, Aha-Soft; Baby, Yo Szczepanska; Nutrition, Fatemah Manji; Health, Iconographer.



Voluntarios
de Panamá