

Última actualización: **lunes, 20 de abril 2020**

Guía Comunitaria de Recursos de la Ciudad de Toledo ante el COVID-19



Que nadie se nos quede atrás, olvidado o sin posibilidad de hacer o saber en la misma medida que el resto. No necesitamos héroes o heroínas, sino ciudadanas y ciudadanos comprometidos y responsables. Esta crisis es la tarea comunitaria más importante que hemos tenido entre manos. Lávatelas a menudo y no pierdas de vista que pronto nuestras calles volverán a llenarse de vida

Introducción a la Guía

Ten en cuenta que salir de tu vivienda y entrar en contacto con el exterior siempre genera un **riesgo**, no solo para ti, sino para la gente de alrededor. Un riesgo que puede aumentar la curva de contagio de manera exponencial y poner a nuestro sistema sanitario en el colapso.

Por ello lo mejor para todas y todos es seguir el lema de #YoMeQuedoEnCasa.

Por suerte, actualmente las redes sociales y multitud de herramientas virtuales nos permiten seguir fomentando las relaciones comunitarias para que los recursos de nuestra ciudad puedan seguir acompañando a las personas y colectivos que residen en él. Esta guía supone un esfuerzo informativo por mantener esta atención adaptada a la situación actual.

Esto no hubiera sido posible en otras pandemias de nuestra historia. Pero ahora, sí lo es. Para poder hacernos más fuerte como comunidad, es importante conocer lo que todas/os estamos haciendo para superar esta crisis, quién y cómo lo llevamos a cabo.

Este es el objetivo de esta guía: *que conozcamos mejor con qué contamos y dónde podemos acudir en el caso de requerir de algún recurso, o si conocemos a alguien que pudiera necesitarlo.*

Dicen que la información es poder, pero en estos tiempos, puede ser además vital.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN A LA GUÍA

PAUTAS Y RECOMENDACIONES.....	3
-------------------------------	---

DESCRIPCIÓN Y PRESENTACIÓN DE LOS RECURSOS.....	7
---	---

1. HOSPITALES, CENTROS DE SALUD, RECURSOS SANITARIOS Y FARMACIAS.....	8
2. SERVICIOS SOCIALES Y RECURSOS MUNICIPALES.....	15
3. RECURSOS Y ENTIDADES DE EMPLEO Y VIVIENDA.....	17
4. RECURSOS Y ENTIDADES DE INTERÉS GENERAL.....	24
• Asociaciones y recursos de trabajo comunitario.....	26
• Asociaciones vecinales con iniciativas ante el Covid-19.....	27
• Espiritualidad y apoyo social.....	27
• Recursos de atención psicológica.....	28
• Educación y Covid-19.....	29
• Recursos sobre diversidad funcional en la crisis.....	32

PAUTAS Y RECOMENDACIONES (A-B-C-D-E) a tener en cuenta

A.- Un vistazo inicial al marco legal...

Para ayudarnos a proporcionar posibles ayudas a nuestros vecinos y vecinas

1. Durante la vigencia del estado de alarma las personas únicamente podrán circular por las vías o espacios de uso público para la realización de las siguientes actividades, que deberán realizarse individualmente, salvo que se acompañe a personas con discapacidad, menores, mayores, o por otra causa justificada.

- A.** Asistencia a centros, servicios y establecimientos sanitarios.
- B.** Adquisición de alimentos, productos farmacéuticos y de primera necesidad.
- C.** Desplazamiento al lugar de trabajo para efectuar su prestación laboral, profesional o empresarial, siempre y cuando sea en las actividades permitidas por el gobierno.
- D.** Retorno al lugar de residencia habitual.
- E.** Asistencia y cuidado a mayores, menores, dependientes, personas con discapacidad o personas especialmente vulnerables.
- F.** Desplazamiento a entidades financieras y de seguros.
- G.** Por causa de fuerza mayor o situación de necesidad.
- H.** Cualquier otra actividad de análoga naturaleza que habrá de hacerse individualmente, salvo que se acompañe a personas con discapacidad o por otra causa justificada.
- I.** Cualquier otra actividad de análoga naturaleza.

2. Igualmente, se permitirá la circulación de vehículos particulares por las vías de uso público para la realización de las actividades referidas en el apartado anterior o para el repostaje en gasolineras o estaciones deservicio.

3. En todo caso, en cualquier desplazamiento deberán respetarse las recomendaciones y obligaciones dictadas por las autoridades sanitarias.

EN GENERAL, ES ILEGAL SALIR A LA CALLE, PERO PUEDES USAR TU SALIDA A COMPRAR PARA ABASTECER A ALGUIEN DEPENDIENTE O FAMILIARES A TU CARGO.

NO NOS OLVIDEMOS DE LA SOLIDARIDAD EN ESTOS TIEMPOS.

B.- Hablando de SOLIDARIDAD...

Ten en cuenta que:

CUIDAR DE TI Y DE LOS DEMÁS ES UNA CUESTIÓN DE SALUD PÚBLICA AHORA

- Recuerda llevar a cabo todas las precauciones sanitarias de contención y limpieza si tienes que atender a personas o colectivos vulnerables en esta crisis sanitaria.
- El lavado de manos y cara es imprescindible antes y después de cada acción. Nuestros sanitarios y farmacéuticos nos inciden mucho en que es más efectivo lavarse las manos a menudo que llevar guantes constantemente (y menos si son siempre los mismos).
- Infórmate bien antes de comenzar una iniciativa individual o colectiva para fabricar materiales de protección: si no son efectivos, nuestros profesionales sanitarios no podrán emplearlos y habremos perdido un tiempo extraordinario en ello. Las mascarillas deben cumplir con unos criterios de seguridad si se realizan con un fin de uso profesional.
- ***Nuestras farmacias y personal sanitario de Centros de Salud nos advierten que el uso de guantes y mascarillas podría estar generando una falsa sensación de protección. Sólo son eficaces si las utilizamos correctamente.***
- Unos guantes contaminados también son transmisores de la enfermedad. Son de usar y tirar y hay que tener mucho cuidado al quitarlos.
- Con guantes tampoco podemos tocar la piel desprotegida (no vestida), ojos, nariz, orejas.
- Se recomienda lejía para desinfectar:
(0.1 de cantidad o un tapón de lejía por litro de agua para superficies).
- Puede ser más efectivo el lavado de manos reiterado y el aumento de pautas de higiene y desinfección en los hogares con lejía que el uso de guantes y mascarillas, y además estos materiales escasean en el mercado (y son vitales para el personal sanitario).
- Profesionales de Pediatría de nuestros Centros de Salud nos insisten en **que tanto niños como adultos deben mantener las mismas medidas de seguridad**. Aunque afecte en menor medida a la población infantil, juegan un papel importante en la transmisión.

C.- LOS COMERCIOS DE PROXIMIDAD, agentes de salud comunitaria

- Los **COMERCIOS** de alimentación y de productos de primera necesidad suponen, junto con las farmacias, puntos fundamentales de información y comunicación en esta crisis. Las compras han pasado a ser uno de los únicos momentos en donde las personas conectan con el exterior y se relacionan, por lo que pueden ser **claves en la identificación de situaciones y en la socialización de los recursos comunitarios existentes**.
- Además de este papel socializador, muchos de estos comercios han realizado **cambios en sus horarios** y en su atención, incluyendo a veces en sus servicios la posibilidad de realizar **encargos que facilitan las compras** y evitan las largas esperas o la acumulación de personas en el establecimiento.
- En muchos casos cuentan, de forma excepcional, con un servicio de entrega a domicilio. Pregunta en tu establecimiento más cercano si tienen estas medidas o anímalos a ponerlas en marcha. Todos/as podemos operar como agentes de salud en cada contexto.

D.- Si vas a realizar COMPRAS, cumple con la distancia mínima de 1 o 2 metros. ¡Y desinfecta bien lo tocado!

Pasos para hacer tu compra y la de alguna persona que lo necesite en tu vecindario:

<i>Antes de la compra</i>	<i>Durante la compra</i>
1. La vecina o vecino llama o hablamos con ella, preferiblemente por teléfono o con la distancia adecuada. Desinfecta si no has tocado con guantes. 2. Facilitamos nuestro nombre y apellido para que lo apunten en un papel para acordarse. 3. Le recordaremos que solo abra cuando repita ese nombre y apellido. 4. Dar en lo posible el importe exacto o llega a un acuerdo de pago con la tienda para que la persona que hace el recado sólo maneje el producto. Se puede acordar abrir cuentas a las personas dependientes en los establecimientos y zanjarlas al acabar el mes para evitar mover el dinero. 5. Si para realizar estas acciones hemos de tocar timbres, puertas, apoya-brazos... Debemos desinfectarnos las manos, o desinfectar con un trapo con lejía las superficies que vamos a tocar.	1. Recuerda lavarte las manos con jabón antes y después. 2. Se recomienda tomar medidas de protección desde que sales de casa y evitar el manejo de dinero efectivo. 3. No te toques los ojos ni la parte de la piel que está desprotegida. 4. Paga preferiblemente con tarjeta. Si no es posible y te dan de más, te lo tienes que quedar y guardarlo para la siguiente compra. O desinfectalo. 5. Sé cordial con los trabajadores/as del mercado y el super, pero no es el momento de conversar relajadamente. Hay personas esperando y además aumentas el riesgo de contagio. Mantén la distancia de seguridad.

Para entregar la compra a las personas que requieren de nuestra ayuda:

1. No tener contacto físico.
2. Al llegar al domicilio, toca el telefonillo y expresa el importe de la compra para que pueda preparar el dinero. Dile tu nombre o alguna palabra que acordéis para que persona ayudada sepa que eres realmente quien le va a llevar la compra.
3. Recuerda en el telefonillo, que no os podéis tocar ni estar cerca y que después de tocarlo debes desinfectarlo.
4. Deja la compra en la puerta de la vecina, llama, limpia el asa de la bolsa y aléjate unos 2 metros.
5. La vecina recoge la compra y deja el dinero en el felpudo. Si te dan de más te lo tienes que quedar y guardarlo para la siguiente compra. O mételo en una bolsa para que lo desinfecte luego en casa. (Para desinfectar: en un bote con el desinfectante, mete las monedas y limpia el billete con un trapo. Luego lávate las manos y el trapo).
6. Lavado de manos, desinfección de manos después de cada servicio de ayuda.

E. - ¡AYUDAR SI!

Pero con cabeza...

- Busca una red de tu zona donde haya gente ofreciendo o pidiendo ayuda:
<https://frenalacurva.net/>
- Abstenete si tienes algún síntoma, aunque sea leve o has estado en contacto con alguna persona enferma o vulnerable. Seguro que hay más cosas que puedes hacer desde casa para ayudar (entre otras, ponerte bien, rápido...).
- Actúa por capas, como una cebolla. Primero la familia o personas con las que convives. Luego busca con quien colaborar en tu propio edificio. Después personas cercanas de tu área. No acudas a ningún sitio muy lejano de tu domicilio, a no ser que formes parte como voluntario/a registrada y asegurado de alguna entidad que pueda certificarte la necesidad de tu implicación.
- Pon carteles en donde ofrezcas tu ayuda en sitios visibles (portales, comercios "amigos", farmacias), y añade que, si alguien conoce a una persona en situación de necesidad, avise también. Recuerda que no se puede estar pegando carteles por la calle. Aprovecharemos nuestras pocas salidas a comprar para pegar dichos carteles.
- Si percibes que alguna de las personas a las que estás ayudando requieren de apoyos profesionales que tú no puedes proporcionar (muestran emociones de agitación, nerviosismo o preocupación incontrolables, falta de apoyo para cubrir necesidades básicas, empeoramiento de las condiciones físicas, etc.), utiliza esta guía y llama a los recursos apropiados. **En caso de duda, a los servicios sociales, desde aquí sabrán qué hacer y a dónde derivar.**

Recursos de la Ciudad de Toledo ante el COVID-19

PRESENTACIÓN Y DESCRIPCIÓN:

1. **HOSPITALES, CENTRO DE SALUD, RECURSOS SANITARIOS Y FARMACIAS.**
2. **SERVICIOS SOCIALES MUNICIPALES** como puerta de entrada al sistema de protección público. *Desde aquí se realizan las valoraciones y derivaciones oportunas a otros recursos asistenciales públicos o privados de necesidades básicas (alimentación, dependencia, vivienda).*
3. **RECURSOS Y ENTIDADES DE EMPLEO Y VIVIENDA** relacionados con la crisis: sindicatos, entidades sociales y servicios públicos de empleo y vivienda. La crisis sanitaria en muchos casos está suponiendo pérdidas de empleo y se hace muy necesario la consulta y acompañamiento para evitar la vulneración de derechos y para garantizar el acceso a los servicios y recursos de empleo y vivienda existentes.
4. **ENTIDADES SOCIALES Y RECURSOS SOCIALES ANTE EL COVID19.** Cuentan con diferentes dispositivos de atención y acompañamiento a personas, familias y comunidades proporcionando necesidades básicas como *alimentación, ropero, vivienda*. Pero también facilitan e impulsan otras iniciativas fundamentales para el bienestar de la ciudad en estos momentos de crisis sanitaria.
 - **Asociaciones y recursos de trabajo comunitario:** organizar lo existente y conectarlo es fundamental para afrontar la crisis con más fuerza y prepararnos para los cambios sociales y económicos que tras ella tendrán lugar.
 - **Asociaciones vecinales con iniciativas sociales:** el movimiento vecinal y el apoyo a las iniciativas ciudadanas son claves para garantizar el papel activo de los barrios.
 - **Espiritualidad y apoyo social.** El apoyo espiritual cubre una necesidad importante derivada de la crisis actual. Desde la diversidad religiosa existente en nuestra ciudad, también están proporcionando diferentes recursos y movilizando iniciativas solidarias.
 - **Recursos de apoyo psicológico:** *la situación de confinamiento puede requerir de apoyos profesionalizados y voluntarios que ayuden a mejorar la salud mental de nuestra comunidad.*
 - **Recursos educativos para seguir aprendiendo en casa.**
 - **Recursos fundamentales para la atención a la diversidad funcional** que nos permiten llevar a cabo medidas compensatorias en esta situación para que nadie se nos quede atrás.

1. HOSPITALES, CENTRO DE SALUD, RECURSOS Y FARMACIAS

Hospitales de Toledo:

Teléfono Hospital Toledo: 925 39 68 90 GAP Toledo: 925 25 99 33

Hospital Provincial: 925 259350

Virgen del Valle: 925259350

Asistencia en Atención Primaria



- ✓ Se mantiene la atención urgente
- ✗ Se suspende la extracción de muestras para analíticas.
- ✗ Se suspenden todas las consultas programadas. También las de salud bucodental, fisioterapia, trabajadores sociales y matronas.
- 📞 Las matronas harán seguimiento del estado de salud de las embarazadas por teléfono.

**Gracias por tu comprensión.
Juntos vamos a frenar el coronavirus.**

Asistencia en Centros Hospitalarios



- ✓ Se mantiene la atención urgente
- ✓ Se mantienen las pruebas diagnósticas
- ✗ Se suspende la extracción de muestras para analíticas.
- ✗ Las citas de primeras consultas se reprogramarán. Se contactará con los pacientes por teléfono.
- 📞 Las consultas sucesivas se harán por teléfono.

**Gracias por tu comprensión.
Juntos vamos a frenar el coronavirus.**

TELÉFONO GRATUITO SOBRE CORONAVIRUS

900 122 112
Disponible 24 horas



TELÉFONO DE CONSULTAS SOBRE SÍNTOMAS DE CORONAVIRUS

900 23 23 23



Renovación automática de recetas para pacientes crónicos



sanidad.castillalamancha.es

¿Cómo hacer compras de primera necesidad?



Debes ir a la compra solo y evitar ir a diario.



Utiliza los guantes y el gel desinfectante que estarán disponibles en los supermercados.

1-2m

Guarda distancia de seguridad de 1-2 metros



Haz una compra responsable. Sin hacer acopio de productos



Intenta pagar con tarjeta, evita el dinero físico



No te toques la cara y lávate las manos al llegar a casa

Centros de SALUD:

Centro de Salud Polígono Teléfono centralita 925 23 23 01 Teléfono urgencias: 925 23 01 04	Centro de Salud Toledo 2 Palomarejos. Teléfono centralita: 925 25 99 23 Teléfono urgencias: 925 28 35 25
Centro de Salud Toledo 5 Buenavista Teléfono centralita: 925 28 35 27 Teléfono urgencias: 925 28 35 25	Centro de Salud Toledo 4 Santa Bárbara Teléfono centralita: 925 22 45 44 Teléfono urgencias: 925 23 01 04
Centro de Salud Toledo 1 Sillería Teléfono centralita: 925 21 10 53 Teléfono urgencias: 925 21 50 54	Consultorio Local Azucaica Teléfono centralita: 925 25 99 23 Teléfono urgencias: 925 25 99 22

Toda la actividad urgente queda garantizada en cualquier momento en ambos niveles asistenciales, tanto en Atención Primaria como Hospitalaria. **En Atención Primaria, los centros permanecerán abiertos para atender la demanda urgente, quedando suspendida toda la actividad previamente programada (consultas con los profesionales de Medicina, Pediatría y Enfermería), incluida la extracción de muestras para analíticas.**

Se prioriza la atención domiciliaria -bien de forma presencial o telefónica- de aquellos pacientes que presenten patología respiratoria.

Queda suspendida toda la actividad que desarrollan las Unidades de Apoyo de Atención Primaria (Unidades de Salud Bucodental, fisioterapia, matronas y trabajadores sociales). En el caso de las matronas, se ha previsto que estos profesionales se pongan en **contacto telefónico con las embarazadas** para realizar un seguimiento de su estado de salud.

Durante el estado de alarma se mantiene la vacunación para:

- ✓ Embarazadas.
- ✓ En etapa infantil hasta los 15 meses. Especialmente a los 2 y 4 meses y la primera dosis de triple vírica a los 12 meses.
- ✓ En grupos más vulnerables al COVID-19. El médico valorará en cada caso el riesgo de acudir al centro.

Si perteneces a alguno de estos grupos puede contactar con tu centro de salud para solicitar cita.

¿Cómo obtener vitamina D durante el confinamiento?

 **Con la exposición a la luz solar.** Abrir la ventana o salir al balcón y exponer la cara, las piernas y los brazos al sol durante 15 minutos al día.

 **Con la alimentación.** Los pescados grasos como el atún, el salmón y la caballa se encuentran entre las mejores fuentes de vitamina D.

 Otros alimentos que proporcionan vitamina D son el queso, las yemas de huevos y los hongos, como los champiñones.

 Otra alternativa es tomar alimentos enriquecidos con vitamina D como leche y zumos durante el tiempo que tengamos que permanecer en casa.

- **Médicos del Mundo** apoya en el acceso a la tarjeta sanitaria y en facilitar información sobre el Coronavirus tanto a población vulnerable como a profesionales. También ha elaborado una campaña informativa con carteles y audios sobre cómo prevenir el #COVID19 al salir a la calle, a la hora de comer, en la limpieza de la casa y medidas de higiene en general, a través de materiales en castellano, francés, inglés, árabe, mandinga, bambara y rumano. Recomendaciones elaboradas desde una perspectiva intercultural, y con el fin de ofrecer apoyo a las personas que se encuentran en situación de vulnerabilidad. Teléfonos: 925 22 23 12 660 20 17 84
Correo: castillalamancha@medicosdelmundo.org
Los carteles están activos por redes sociales en Facebook: Médicos del Mundo Castilla-La Mancha y los audios en diferentes idiomas los puedes descargar en:
<https://www.youtube.com/watch?v=rk0R90yqXeU> (Árabe)
<https://www.youtube.com/watch?v=xdXftHDdZ9Q> (Mandinga)
<https://www.youtube.com/watch?v=rno6fwhyjow> (Bambara)
<https://www.youtube.com/watch?v=OTCQmSZkBP4> (Francés)
- **ABUCAMAN** (Asociación de Familiares y Enfermos de los Trastornos de la Conducta Alimentaria de CLM).
Continúa su atención telefónica y psicología profesional: 672 241 388.
- **PRETOX** continúa su atención psicológica, apoyo social y administrativo vía telefónica. El mantenimiento de metadona se ha derivado a la Unidad de Conductas adictivas. **Nuevas demandas y/o consultas en el terreno de las adicciones en el 625087191 y en el 925214230**, tanto por vía telefónica como por WhatsApp.
Web: <http://prettox.es/>
- **La Asociación Española contra el Cáncer** ha puesto en marcha nuevas medidas: **atención al duelo** con puesta en marcha de un protocolo de atención en duelo de urgencia; un **Plan de Voluntariado** para acompañamiento on line para personas con cáncer confinadas, y **nuevas herramientas informativas y de soporte frente al Covid-19**. Sigue activo el canal 24 horas para pacientes y familiares: 900 100 036. Contactos: 925 22 6988 691209997 Correo: toledo@aecc.es



FARMACIAS de la ciudad de Toledo:

PAPEL COMUNITARIO DE LAS FARMACIAS, FUNDAMENTAL: emplean fuentes fiables de información, informan y desmienten bulos a la ciudadanía, recomiendan medidas higiénicas de prevención y derivan a la atención médica. Suelen aceptar encargos por teléfono para facilitar la recogida de medicación y evitar grandes esperas. El acceso a los establecimientos se produce de forma gradual. Están haciendo una gran labor informativa y sobre consultas para la receta electrónica, sirviendo para descongestionar la atención telefónica del centro de salud.

FARMACIA MORALEDA Teléfono: 925 245603 c/ Río Valdeyernos, 4 45007- Toledo	FARMACIA M. TORRES HERRANZ Teléfono: 925 245887 Av. Río Boladiez, s/n, C. C. Luz del Tajo 45007- Toledo
FARMACIA STA MARIA DE BENQUERENCIA Teléfono: 925 240358 Av. Río Guadarrama, 34 45007 - Toledo	FARMACIA LÓPEZ VICENTE, M^a JESÚS. Teléfono: 925 337330 c/ Río Fresnedoso, 11 45007 - Toledo
DIAZ GARCIA, C.B. Teléfono: 925 230318 Travesía Guadarrama, 22 45007 Toledo - Toledo	FARMACIA PEREZ PIREZ C.B. Teléfono: 925 230001 Calle Río Alberche, 25 45007 - Toledo
FARMACIA M^a VICENTA RODRIGUEZ APARICIO Teléfono: 925 233494 Calle Río Alberche, 1 45007 - Toledo	MARIA ELENA VERA PRO 925 24 10 01 Calle Río Alberche, 50 45007 - Toledo
FARMACIA BEATRIZ GONZALEZ Teléfono: 925 22 21 03 C/ HOMBRE DE PALO, 1 45001 - Toledo	FARMACIA E. JOSÉ PRERZ MORALEDA Teléfono: 925 22 29 39 C/ DE LA PLATA, 23 45001- Toledo
FARMACIA I. CASTRO DE LA SIERRA Teléfono: 925 22 17 62 PLAZA DE ZOCODOVER, 6 45001-Toledo	FARMACIA M. ROCIO LORENZO VILLAREAL Teléfono: 925 22 36 71 C/ Tornerías, 14 - 45001-Toledo
FARMACIA ESTHER BERNAL BRAVO Teléfono: 925 22 38 72 C/ Cardenal Lorenzana, 4 45002-Toledo	FARMACIA ISABEL MARTIN MAYORAL Teléfono: 925 22 36 96 Plaza San Salvador, 6 45002-Toledo

FARMACIA MARIA INES GARCIA DIAZ Teléfono: 925 22 20 67 C/ Reyes Católicos, 10 45002-Toledo	FARMACIA ANA MARIA GALAN MATEO Teléfono: 924 22 73 75 Avda. General Villalba, 10 45003-Toledo
FARMACIA J. A. GARCÍA SANCHO Teléfono: 925 22 07 93 C/ Real del Arrabal, 10 45003-Toledo	FARMACIA JOSE MARCOS MARCOS Teléfono: 925 22 52 81 C/ Cardenal Tavera, 18 45003-Toledo
FARMACIA M. MARTINEZ UTRILLA Teléfono: 925 22 59 07 C/ Ecuador, 8 45004-Toledo	FARMACIA R. ALONSO MORENO Teléfono: 925 25 25 60 C/ Uruguay, 5 45004-Toledo
FARMACIA SUSANA GIL ALONSO Teléfono: 925 22 0389 Avenida de la Reconquista, 14 45004-Toledo	FARMACIA JOSE LUIS ECHEVARRIA Teléfono: 925 22 35 46 Ronda de Buenavista, 33 45005-Toledo
FARMACIA GOMEZ –CARO ANDRÉS Teléfono: 925 22 19 98 C/ Berlín, 3 45005 Toledo	FARMACIA CARMEN PITA RODRIGUEZ Teléfono: 925 28 35 69 Avda. de Irlanda, 14 45005 Toledo
FARMACIA C. RODRIGUEZ GARCIA-ROJAS Teléfono: 925 62 23 16 Ronda de Buenavista, 43 Local 3 45005 Toledo	FARMACIA ELENA CASTRO SIERRA Teléfono: 925 22 80 98 C/ Barcelona, 1 45005 Toledo
ESMERALDA GARCIA-ROJAS GÓMEZ Teléfono: 925 22 90 31 Avda. Europa, 12 45005- Toledo	FARMACIA ISLA MONTILLA Teléfono: 925 22 34 76 C/ De la Mancha, 10 45005- Toledo
FARMACIA JOSE IGNACIO DIAZ BALTASAR Teléfono: 925 22 48 73 Avda. Barber, 34 45005- Toledo	FARMACIA MARIA DOLORES ESPINOSA SILVA Teléfono: 925 22 03 06 C/ Brive, 4 45005-Toledo
FARMACIA ROSA ROCA COSTA Teléfono: 925 22 11 80 Avda. de Portugal, 28 45005- Toledo	FARMACIA S. SACRISTÁN GALLEG0 Teléfono: 925 28 33 11 C/ Reino Unido, 6 45005- Toledo

FARMACIA A. CARMENA MONTALVO Teléfono: 925 25 50 51 C/ Fuente de Moro, 6 45006- Toledo	FARMACIA J. ARAGUETE RODRIGUEZ Y J.L. CALLE PEREZ Teléfono: 925 22 01 72 C/ Esparteros, 3 45006-Toledo
FARMACIA I. NAVARRO VALENCIA Teléfono: 925 25 32 40 C/ Zoco Valparaíso, 1 45006- Toledo	FARMACIA PALOMA SANCHEZ GARCIA Teléfono: 925 28 34 29 Paseo de la Rosa, 82 45006-Toledo
FARMACIA T. GLORIA DIAZ PLAZA Teléfono: 925 21 09 76 C/ Iglesia, 8 45008- Toledo	FARMACIA J. CAPITÁN SÁNCHEZ Teléfono: 925 24 58 87 CENTRO COMERCIAL LUZ DEL TAJO 45007- Toledo

A través de un acuerdo alcanzado entre el Consejo General de Farmacéuticos y Cruz Roja, se podrán entregar a domicilio medicamentos, productos sanitarios y de salud a personas que no pueden ir a la farmacia. De este servicio podrán beneficiarse las personas dependientes, con problemas de movilidad, con síntomas de infección de COVID-19, personas en cuarentena domiciliar por infección del COVID-19, y pacientes crónicos complejos con enfermedades respiratorias, diabéticos y con enfermedades cardiovasculares. **Las personas que quieran beneficiarse** del servicio se pondrán en contacto con su farmacia y ésta contactará con el número de teléfono que cada Asamblea Provincial de Cruz Roja ha puesto a su disposición.

¿Cuál es nuestro papel como farmacéuticos ante un posible brote epidémico de COVID-19 en nuestro país?

- Estar informados de la situación a través de **fuentes fiables**.
- **Informar adecuadamente** a los ciudadanos y **desmentir los bulos**.
- Mantener y recomendar en todo momento las **medidas higiénicas de prevención**.
- **Derivar a atención médica** los casos sospechosos.
- **Difundir las recomendaciones** que, respondiendo a la situación, hagan las Autoridades Sanitarias.



Webs básicas de interés sanitario:

- <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/enfermedades-infecciosas/coronavirus>
- <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/enfermedades-infecciosas/coronavirus>, se ofrece toda la información disponible hasta el momento.
- <https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/ciudadania.htm>

Vídeos didácticos:

- <https://sanidad.castillalamancha.es/saladeprensa/mediateca/videos/recomendaciones-coronavirus>
- <https://sanidad.castillalamancha.es/saladeprensa/mediateca/videos/aislamiento-en-domicilio>
- <https://sanidad.castillalamancha.es/saladeprensa/mediateca/videos/personas-mayores>
- <https://sanidad.castillalamancha.es/saladeprensa/mediateca/videos/cuarentena-en-casa>

Fuentes legales básicas:

- https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2020-3692
- <https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2020-3828>
- https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2020-4130
- <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2020-4196>
- https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2020-4065

2. SERVICIOS Y RECURSOS SOCIALES MUNICIPALES

Medidas del Ayuntamiento de Toledo ante el Decreto de estado de alarma por Covid-19

SERVICIOS SOCIALES

Teléfonos para atender a nuestras personas mayores y vulnerables en horario de

09 a 14 hrs.
925 330 388
925 330 362

17 a 20 hrs. y fines de semana de 10 a 14 hrs.
626 24 82 19



AYUNTAMIENTO DE TOLEDO

Medidas del Ayuntamiento de Toledo ante el decreto de estado de alarma por Covid-19

IGUALDAD

El Centro de la Mujer mantiene la atención telefónica de 09:00 a 14:00 horas 925 33 03 99

Teléfono 24 horas para casos de violencia machista 900 100 114
Esta llamada no dejará rastro en su factura

Apoyo psicológico vía whatsapp → 682 91 61 36
682 50 85 07

Servicio online 016-online@mscbs.es



AYUNTAMIENTO DE TOLEDO

Webs y enlaces de interés:



Teléfonos de Atención al Público del Ayuntamiento de Toledo:
<https://www.toledo.es/telefonos-de-atencion-al-publico/>

Los **CENTROS DE MAYORES** han suspendido sus actividades presenciales, pero cuentan con una web, canales de YouTube y materiales para descargar y trabajar habilidades desde donde se pueden mantener los contactos y algunas actividades: taller de memoria, informática, aula del mayor, activa tu mente, taller de bolillos, pintura, inglés, etc.

- <https://www.toledo.es/actividades-para-mayores-muevete-en-casa/>
- <https://www.youtube.com/channel/UCQIYH3QB-qpR4Y7q3vFfmTg>



Las **LUDOTECAS MUNICIPALES** mantienen actividades y contacto a distancia (Facebook, correo o WhatsApp) a través de entidades que se ocupan de su gestión:

- **El Escondite, gestionado por la AA.VVAlcántara.**

Contacto: alcantara.asociacionvecinal@gmail.com y @ludotecaelescondite

- **Ludoteca Enredos, gestionado por la Asociación Socioeducativa Ayatana.**

Contacto@asociacion.socioeducativa.ayatana.

- **Valparaíso, gestionado por Spiral Ocio y Educación,**

Contacto: ludotecavalparaíso@spiraloocio.es

El **TRANSPORTE URBANO** durante la crisis es gratuito y contempla las siguientes medidas: acceso por la puerta trasera, se suspende la línea 14 (Centro Comercial Abadía), el servicio acaba a las 22.00 horas.

Medidas del Ayuntamiento de Toledo ante el decreto de estado de alarma por Covid-19

AUTOBUSES URBANOS

- Los autobuses serán gratis durante el estado de alarma
- La frecuencia será de una hora en todas las líneas con las siguientes excepciones:
 - Líneas 92 y 93 (centros sanitarios): Cada 30 minutos
 - Líneas 1, 2, 41 y 5: Cada 40 minutos
 - Línea 511: Cada 45 minutos
 - Líneas 81 y 82: Cada 80 minutos
- Se permite el acceso por las puertas central y trasera
- El último servicio saldrá a las 22:00 horas
- Se suprime el búho bus de todos los barrios y la Línea 14
- Las líneas que finalizan en Gerardo Lobo terminarán en Zocodover
- Cierre de la oficina de Unauto en la Estación de Autobuses



AYUNTAMIENTO DE TOLEDO

3. RECURSOS DE EMPLEO Y VIVIENDA

RECURSOS DE EMPLEO Y VIVIENDA relacionados con la crisis: sindicatos, entidades sociales y servicios públicos de empleo y vivienda.

La crisis sanitaria en muchos casos está suponiendo pérdidas de empleo e ingresos para hacer frente al pago de suministros y se hace muy necesario la consulta y acompañamiento para evitar la vulneración de derechos y para garantizar el acceso a los servicios y recursos de empleo y vivienda existentes.

Las oficinas de Empleo permanecerán cerradas al público, no obstante, se seguirá atendiendo a través del correo electrónico y vía telefónica en: oetoledo@jccm.es y 925330830.

También es posible gestionar los trámites de su demanda a través de la **Oficina Virtual**: <https://e-empleo.jccm.es/OVI>

Castilla-La Mancha

¿Qué trámites necesito hacer si me despido mi empresa o finaliza mi contrato?

DEBES HACER DOS TRÁMITES DISTINTOS CON DOS ADMINISTRACIONES DISTINTAS EN EL SIGUIENTE ORDEN:

1) INSCRIBIRTE COMO DESEMPLEADO EN EL SERVICIO DE EMPLEO AUTONÓMICO

Si te corresponde la Oficina de Empleo de Toledo

- Mándanos un correo a "oetoledo@jccm.es" con copia de tu DNI y tu teléfono.
- Llámanos al teléfono 925 330 830

Castilla-La Mancha

¿Por qué mi oficina de empleo está cerrada? ¿Eso significa que se paralizan los trámites?

LA CONSEJERÍA DE SANIDAD HA SUSPENDIDO EL ACCESO DE LA CIUDADANÍA A TODOS LOS EDIFICIOS PÚBLICOS EXCEPTO LOS SANITARIOS. LA OFICINA DE EMPLEO DE TOLEDO ES UNO DE ELLOS, PERO ESO NO SIGNIFICA QUE NO ATENDAMOS TUS NECESIDADES. LO HAREMOS DE FORMA TELEMÁTICA O TELEFÓNICA. PARA CUALQUIER DUDA PONTE EN CONTACTO CON NOSOTROS.

SI TE CORRESPONDE LA OFICINA DE EMPLEO DE TOLEDO

925 330 830
oetoledo@jccm.es

925 990 598
bop4516810@sepe.es

GRACIAS POR TU COMPRENSIÓN

Servicio Público de Empleo Estatal SEPE:

Teléfonos básicos: SEPE Información al ciudadano 900 812 400

SEPE información a empresas 900 812 401

Webs de interés medidas empleo Covid-19:

<https://www.sepe.es/HomeSepe/Personas/distributiva-prestaciones/quiero-cobrar-el-paro/afectadoERE.html>

<https://www.sepe.es/HomeSepe/COVID-19/medidas-COVID-19.html>

Consultas en JCCM

El Gobierno de Castilla-La Mancha pone en marcha este servicio de información sobre todas las medidas que se están adoptando en materia económica y laboral por la situación de alerta que se ha creado con la emergencia sanitaria, provocada por el nuevo virus COVID-19.



Consultas del ámbito económico y laboral para:

Ayuntamientos
Empresas
Autónomos
Trabajadores
Personas desempleadas

 empresasyempleo.covid19@jccm.es

 **900 22 22 32**


Castilla-La Mancha

Sindicatos

- Asesoramiento laboral ante el Covid-19 **CCOO CLM:**



CCOO CLM, cerca de ti
El sindicato se reorganiza para ayudar y asesorar a las y los trabajadores ante el COVID19

comisiones obreras de Castilla-La Mancha

Atención telefónica gratuita en el **900 300 117**

Servicio especial de whatsapp **690 884 013**

Asesoramiento on-line **coronavirus@cm.ccoo.es**

Todas las estructuras sectoriales asesorando a la RLT.

Información en permanente actualización en nuestra web y redes sociales

Gracias a todos y todas las sindicalistas y plantilla de CCOO CLM

- Información sobre servicio de atención telefónica: <https://acortar.link/10tc>
- **Atención de consultas en materia de extranjería CCOO Toledo:** 638802210.
De lunes a jueves de 9 a 14.30 y de 16.30 a 19:00 horas.
-

- Asesoramiento laboral ante el Covid-19 **UGT CLM**:
<https://ugtclm.es/dudas-laborales/>



- **CGT** ha elaborado una Guía Rápida sobre Seguridad y Salud en Centros de Trabajo:
<https://cgt.org.es/wp-content/uploads/2020/03/Guia-Rapida-CoVid19.pdf>

ENTIDADES Y RECURSOS sobre empleo y atención jurídica

- El Ministerio de Industria, Comercio y Turismo, ha elaborado una serie de guías, manuales de buenas prácticas y materiales informativos sobre el transcurso de la actividad industrial, comercial y turística durante este periodo de crisis:
<https://www.mincotur.gob.es/es-es/COVID-19/Paginas/COVID-19.aspx>.
- **ENLACE EMPLEO**. Agencia de colocación con recursos de acompañamiento en la búsqueda activa de empleo, mantiene su atención telefónica a través del 691574981 y en: info@enlaceempleo.org
- **Movimiento por la Paz el Desarme y la Libertad, MPDL**:

Apoyo a distancia en cuestiones jurídicas, de educación o empleo, con recursos especializados en atención a personas migrantes y refugiados.

HASTA NUEVO AVISO SE CANCELAN TODAS LAS CITAS.

MOVIMIENTO POR LA PAZ -MPDL- TOLEDO VAMOS A SEGUIR DÁNDOLE APOYO. SI NECESITAS CONSULTAR CUALQUIER DUDA, TE CONTESTAREMOS **VIA CORREO ELECTRÓNICO** EN ESTAS DIRECCIONES:

- ▶ **JURÍDICO:** clm.juridico@mpdl.org o clm.juridico1@mpdl.org
- ▶ **CV, CURSOS O EMPLEO:** clm.laboral@mpdl.org o clm.formacion@mpdl.org
- ▶ **EDUCACIÓN:** clm.educacion1@mpdl.org o clm.educacion@mpdl.org
- ▶ **OTROS TEMAS:** clm.castillalamancha@mpdl.org

- **ACCEM**. Continúa con su actividad a distancia y ofrece información importante para

personas refugiadas o solicitantes y cómo la crisis sanitaria les afecta. <https://www.accem.es/covid19-informacion-solicitantes-pi/> así como materiales de apoyo para toda la población <https://www.accem.es/herramientas-utiles-para-afrontar-estos-dias/>

- Más información de interés para **solicitudes de asilo y refugio actualmente** en <http://www.interior.gob.es/web/servicios-al-ciudadano/covid-19/proteccion-internacional>
- **Vives Emplea Toledo de Accióncontra el Hambre.**
Continúa el trabajo a distancia con medidas específicas para contrarrestar la brecha digital. Correo y teléfono de contacto: sgarcia@accioncontraelhambre.org 626 599 283.
- **La Fundación Laboral de la Construcción de CLM** ha puesto en marcha una línea formativa a distancia en una plataforma de cursos on-line con 40 acciones formativas



Plataforma de cursos on-line:
<https://bit.ly/2K7SgcZ>

- **La Cámara de Comercio de Toledo** mantiene su actividad de acompañamiento para el empleo a distancia, con presencia activa en las redes sociales. También publica un boletín diario sobre el Covid-19 y el estado de alarma:

Teléfono, web e info en redes sociales:
Teléfono: 925 28 01 11
<https://www.camaratoledo.com/>
@camaratoledo



- **CRUZ ROJA** continúa su intervención para el empleo a través de su **Plan Cruz Roja Responde**.



PLAN CRUZ ROJA
RESPONDE

Cruz Roja #PlanEmpleoCruzRoja

El #PlanEmpleoCruzRoja sigue a pleno rendimiento en el contexto COVID-19, atendiendo tanto a las personas que lo necesitan como a las empresas colaboradoras, desde la distancia, pero más cerca que nunca.



ORIENTACIÓN EN REMOTO

Seguimos orientando y acompañando a cada persona, tanto a nivel individual como grupal, para seguir impulsando su búsqueda de empleo y su mejora profesional.



FORMACIÓN ONLINE

A través de competencias transversales y formación para el empleo las personas estarán mejor preparadas para el nuevo mercado laboral cuando se normalice la situación.



ALIANZAS DIGITALES CON EMPRESAS

Nuevas colaboraciones se abren paso en tiempos difíciles, demostrando que las alianzas se afianzan: donación de acciones formativas, cesión de plataformas, simulación de videoentrevistas, ofertas de empleo en sectores de primera necesidad.



INFORMACIÓN LABORAL

Desde nuestro servicio Multicanal de Orientación para el Empleo, seguimos la actualidad, normativas desplegadas para afrontar la presente situación, informando puntualmente de todas las novedades y proporcionando recursos actualizados. Contacta en 678502136 o búscanos en 



ACTIVACIÓN Y NUEVAS INSCRIPCIONES

Puedes aprovechar este momento para dedicarte a mejorar tu perfil profesional con todas las opciones que ofrecen las herramientas digitales

¡APÚNTATE AL #PLANEMPLEOCRUZROJA Y TE ASESORAMOS!

Más información en www.cruzroja.es/planempleo

También puedes contactar con nosotros:

Asamblea de Toledo - Plan de Empleo: empleotoledo@cruzroja.es

Tfno (9 a 14 hrs): 609108146 - 618077180 (Jóvenes)



CRE-e
SERVICIO MULTICANAL DE ORIENTACIÓN

- **YMCA Toledo** tiene abierto los plazos de inscripción en **programas de empleo para 2020** que consisten en proyectos de inserción laboral con itinerarios personalizados dirigido a: **jóvenes, personas con dificultad de acceso al mercado laboral y mujeres víctimas de violencia de género**.
Contacto: 925 22 42 79, correo electrónico: empleotoledo@ymca.es
- **FEDETO** asesora a Pymes y Autónomos a través de asistencia a distancia y favoreciendo la difusión de información relevante sobre el coronavirus en materia laboral, fiscal y financiera: <https://www.fedeto.es/coronavirus/>.
Teléfono: 925 22 87 10. Correo: fedeto@fedeto.es
- **ASAJA**: <https://www.asaja.com/tuempleoestaaqui/> Teléfono: 925 21 62 00. Ext. 205.
- **Empleo temporal en Centros Residenciales de la Consejería Bienestar Social** en el enlace y correo de información:
<https://www.trabajobienestarsocialcovid19clm.com/info@trabajobienestarsocialcovid19clm.com>

ENTIDADES SOCIALES DE LA CIUDAD con servicios de vivienda ante el Covid-19

- **Confederación Regional de Asociaciones Vecinales, Consumidores y Usuarios de CLM, CAVE.** Oficina de apoyo y asesoramiento: acceso a vivienda en itinerario de inclusión social.
Apoyo para las nuevas medidas implantadas por el Real Decreto-ley 11/2020 de 31 de marzo para hacer frente al COVID-19. Teléfono: 686 925 364 de 10:00 a 14:00 horas.
Correo: caveclm@caveclm.org
- **La Oficina de Intermediación Hipotecaria (OIH)** mantiene su apoyo y asesoramiento a distancia en el teléfono: 925 26 66 88.
- **La EMPRESA MUNICIPAL DE LA VIVIENDA** mantiene su atención telefónica: 925 22 95 50.
- **El Ministerio de transición Ecológica y Reto Demográfico** ha lanzado diversas medidas para paliar los efectos del COVID-19

<https://www.miteco.gob.es/es/ministerio/medidas-covid19/>:

INFORMACIÓN AL CIUDADANO SOBRE LAS MEDIDAS DE MITECO ANTE COVID-19 📞 913 146 673 ✉️ CIUDADANO@IDAE.ES #ESTE VIRUS LO PARAMOS UNIDOS 	• Garantía del suministro de agua, electricidad y gas en todos los hogares. • Ampliación del bono social a trabajadores. autónomos que hayan cesado la actividad o reducido su facturación por el Covid-19. • Prórroga del bono social a quienes les caduca la prestación en estas fechas. • Suspensión de la revisión de precio de GLP. envasado y TUR de gas. • Posibilidad de suspensión de facturas de luz y gas para autónomos y Pymes. • Flexibilización de contratos de electricidad y gas. • Gestión de residuos en la situación de crisis sanitaria. • Medidas de apoyo a empresas comercializadoras.
---	--

Novedades importantes legislativas en vivienda por el Covid-19:

- <https://vivienda.castillalamancha.es/noticias/informacion-plazos-de-alquiler-2020-y-demas-procedimientos>
- <https://vivienda.castillalamancha.es/ciudadania-alquiler/medidas-urgentes-covid-19>
- <https://vivienda.castillalamancha.es/ciudadania-alquiler-medidas-urgentes-covid-19/moratoria-en-el-pago-de-la-renta-vivienda-gicaman>

- Orden TMA/336/2020, de 9 de abril (BOE 11 de abril de 2020), que supone:
 - La creación del nuevo “Programa de ayudas para contribuir a minimizar el impacto económico y social del COVID-19 en los alquileres de vivienda habitual”.
 - La sustitución del Programa de Ayuda a las personas en Situación de Desahucio o por el nuevo **“Programa de ayuda a las víctimas de violencia de género, personas objeto de desahucio de su vivienda habitual, personas sin hogar y otras personas especialmente vulnerables”**.
 - La modificación del programa de fomento del parque de vivienda en alquiler para incluir compra de vivienda.
 - Para seguir la convocatoria de ayudas al arrendamiento de la JCCM, atentos a lportal: <https://vivienda.castillalamancha.es/>
- Cómo actuar ante **RESIDUOS DOMÉSTICOS** en tiempos del Covid-19:
<https://boe.es/boe/dias/2020/03/22/pdfs/BOE-A-2020-3973.pdf>
- El Ayuntamiento de Toledo ha puesto en marcha las siguientes medidas sobre el manejo de residuos en hogares:

MANEJO DOMICILIARIO DE LOS RESIDUOS EN LOS HOGARES DURANTE EL ESTADO DE ALARMA

Hogares con positivos o en cuarentena por COVID-19:

- Los residuos del paciente, incluido el material desechable utilizado por la persona enferma (guantes, pañuelos, mascarillas), se han de eliminar en una bolsa de plástico (bolsa 1) en un cubo de basura dispuesto en la habitación, preferiblemente con tapa y pedal de apertura, sin realizar ninguna separación para el reciclaje.
- La bolsa de plástico (bolsa 1) debe cerrarse adecuadamente e introducirse en una segunda bolsa de basura (bolsa 2), al lado de la salida de la habitación, donde además se depositarán los guantes y mascarilla utilizados por el cuidador, y se cerrará adecuadamente antes de salir de la habitación.
- La bolsa 2, con los residuos anteriores, se depositará con el resto de los residuos domésticos en la bolsa de basura (bolsa 3) correspondiente al cubo de orgánica y basura habitual.
- Inmediatamente después se realizará una completa higiene de manos, con agua y jabón, al menos 40-60 segundos.
- La bolsa 3 cerrada adecuadamente se depositará exclusivamente en el contenedor de tapa verde (orgánica y basura habitual).

Hogares sin positivos:

- La separación de los residuos se realizará como viene haciéndose habitualmente, tratando de maximizar dicha separación al objeto de reducir la fracción resto generada (envases en el contenedor amarillo, el papel y cartón en el contenedor azul y el vidrio en el contenedor verde para vidrio).
- El resto de residuos (basura habitual que es la fracción resto), se depositará en el contenedor de tapa verde.
- Los guantes de látex o nitrilo empleados para otros usos no deben depositarse en el contenedor de envases ligeros (amarillo), sino en el de resto.

- Los Puntos Limpios permanecerán cerrados.
- Se suspende el Servicio de Recogida de Enseres.

#QUÉDATEENCASA



AYUNTAMIENTO DE TOLEDO

4. ENTIDADES Y RECURSOS DE INTERÉS GENERAL ANTE EL COVID-19

- **CARITAS TOLEDO.** Cuenta con diferentes dispositivos de atención a personas y familias: *alimentación, ropero, empleo, vivienda*. **Actualiza la información sobre sus recursos en** <https://caritastoledo.com/Blog/coronavirus/>
Correo y contacto en redes: caritas.cdtoledo@caritas.es y [@caritastoledo](#)

La Caridad no cierra

¿En qué te puedo ayudar?	Teléfonos de urgencia
Sede de Caritas	925224600
Si no tienes hogar	925216393 (Toledo) / 925815285 (Talavera)
Si necesitas alimentos	925224600 / 682469999 (Toledo) / 925802294 (Talavera) o en tu Caritas Parroquial
Servicio de Acogida a Inmigrantes	925240558 / 616546561 (Toledo) / 639641547 (Talavera)
Recogida de ropa	925231455
Vivienda	678440353
Proyecto Mater	619623687
Rompe tu Silencio	659016016
Empleo (Orientación Laboral (S.O.L.) / Intermediación Laboral (I.L.))	636574906 (S.O.L.) / 615367124 (I.L.) / 619563801 (I.L.)
Proyecto Santa Marta	661304852

www.caritastoledo.com

- **CRUZ ROJA ESPAÑOLA.** Teléfono: 925 21 60 60. *Horario preferente de 10 a 13 horas.* Cuenta con recursos de cobertura de necesidades básicas, de ventilación y descarga emocional, apoyo educativo, etc.

Correo: acogida.toledo@cruzroja.es.

Consulta el siguiente enlace informativo para informarte mejor:

<https://contenido.cruzroja.es/principal/documents/110625/0/Infografia+COVID19+Id+Cast/eac5f404-fba7-eacb-513b-0fb0c02e8083>

Cruz Roja Te Escucha

900 107 917
Llamada gratuita y anónima
De lunes a viernes
10:00h - 14:00h
16:00h - 20:00h
(Una hora menos en Canarias)

- **MENSAJEROS DE LA PAZ** cuenta con recursos de cobertura de necesidades básicas que se atienden por derivación. Web: <https://mensajerosdelapazclm.org/>
- La **Red Europea de Lucha contra la Pobreza y la Exclusión Social (EAPN)** ha elaborado un **Informe de necesidades observadas por las entidades sociales ante el coronavirus**. También ha puesto en marcha una **Red de apoyo y asesoramiento a entidades sociales ante la crisis del Covid-19**. Enlace web: <https://eapn-clm.org/covid-19/>. Teléfono de contacto: 925257921 y en redes: [@EAPNclm](#)

Red de apoyo y asesoramiento a **entidades sociales** ante la crisis del **COVID-19**

Si perteneces a una entidad social y os encontráis con una situación que no sabéis cómo abordar, puedes consultarnos a través de **este formulario o directamente:**

empleo@eapn-clm.org

#EsteVirusloParamosUnidos



- El **Consejo General de Trabajo Social** ha editado on-line una Guía de Ética y Deontología del Trabajo Social ante el Estado de Alarma Covid-19:

http://www.cgtrabajosocial.es/app/webroot/files/consejo/files/E%CC%81tica.pdf?fbclid=IwAR3fEFYlJPcV0Skyq4k9nAxIBgM0X37fj_WOgXr67boPvq3shdKVXISOdh4

- La **Consejería de Bienestar Social** ha habilitado un teléfono de atención social para Ayuntamientos, entidades sociales y comunicación de situaciones de soledad. A través de este enlace conoce todas las medidas e información de interés: <https://www.castillalamancha.es/gobierno/bienestarsocial/actuaciones/informaci%C3%B3n-del-coronavirus>



Asociaciones y recursos de trabajo comunitario

- **ASOCIACIÓN INTERMEDIACIÓN:** www.intermediaccion.es

Atención e intervención comunitaria en barrios y comunidades vecinales, labores de coordinación y apoyo a los recursos existentes, elaboración de materiales de difusión, apoyo a grupos colaborativos. Mantiene su actividad a distancia.

Teléfono: 608 458 224 y correo: intermediaccion@gmail.com

- **PROCESO COMUNITARIO DEL BARRIO DEL POLÍGONO:**

Cuenta con un equipo comunitario que apoya a los recursos técnicos y canaliza la información. Articulado con una estructura organizativa en educación, salud, vivienda y empleo a través de mesas de trabajo que actualmente están centradas en la coordinación y el apoyo mutuo. Participantes de la **Mesa de Salud** y el equipo comunitario han contribuido a elaborar esta guía y otros materiales de difusión para farmacias. En esta crisis se trabaja a través de su organización comunitaria para diseñar una estrategia organizada de barrio para la salida de la crisis.

Web: www.construccioncomunitaria.es

- **RADIO ONDA POLÍGONO:** lleva a cabo informativos sobre la crisis sanitaria, así como programas de radio como La tiritita (enfermería) e iniciativas para escuchar y dar voz a la ciudadanía en estos momentos.

Web: www.ondapoligono.org



- **CAVE (Confederación de Asociaciones Vecinales)**, proyecto de dinamización comunitaria en el barrio de Palomarejos, en <https://www.caveclm.com/barrios>

Programa de mayores vecinales activos en radio. Se puede escuchar en:

<https://www.caveclm.com/podcast>



ASOCIACIONES VECINALES CON INICIATIVAS SOCIALES DURANTE EL COVID-19

- **ASOCIACIÓN DE VECINOS “EL TAJO”:** impulsa y canaliza iniciativas vecinales de apoyo al sistema sanitario, informa al barrio a través del periódico *Vecinos* y se encuentra activa para apoyar cualquier acción colectiva de interés general.
- Correo: avetajo1975@gmail.com Web: www.avetajo.es
Hemeroteca: www.avetajo.es/hemeroteca-periodico-vecinos/
- **ASOCIACIÓN DE VECINOS ALCÁNTARA:** ha puesto su wifi a disposición de las familias que pudieran necesitarlo y ha ofrecido a sus socios más mayores la posibilidad de apoyo en compras.
<http://asociacionvecinalalcantara.blogspot.com/> @AVAlcantara
- **Asociación de Vecinos La Candelaria:** lleva a cabo una iniciativa para la elaboración de mascarillas de tela y lavables y pantallas protectoras con impresora 3D.
Contacto: aavvlacandelaria@gmail.com (también Facebook)
- **Asociación de Vecinos La Verdad:** realizan mascarillas y recopilan materiales a través de voluntariado. Correo: avlaverdad@gmail.com. Teléfono: 660 041 805.

ESPIRITUALIDAD Y APOYO SOCIAL ANTE EL COVID-19

- **Parroquias e Iglesias** de toda la ciudad organizan iniciativas solidarias de recogida y distribución de alimentos y apoyo espiritual a distancia ante situaciones de enfermedad y duelo sobrevenido



- **Mezquitas, Iglesias Evangélicas, Iglesia Ortodoxa y otras confesiones religiosas** mantienen una atención a distancia de los miembros de sus comunidades, llevando también a cabo iniciativas solidarias de recaudación de donaciones y apoyo espiritual telefónico.

Recursos atención psicológica:

Colegio Oficial de Psicólogos de CLM

Atención psicológica.



Teléfono de la Esperanza:

925 23 95 25 y 717 003 717

<https://www.telefonodelaesperanza.org/toledo> y en www.compartevida.es



Asociación de Ayuda contra el Síndrome Depresivo:

<https://www.asociacionlassus.es/>

Cruz Roja:

<https://www.cruzroja.es/principal/web/cruz-roja/asambleas?centro=14462>

WebPsicólogos: terapia gratuita para profesionales implicados en el Covid-19.
<https://www.webpsicologos.com/apoyo-psicologico-para-el-coronavirus-y-el-periodo-de-cuarentena>

Proyecto de atención telefónica gratuita **Asociación PSICOACTIU** de las problemáticas derivadas de la alarma sanitaria. 652504558
También atiende WhatsApp.
info@psicoactiu.com

Psicología Abierta en Acción CLM:

<https://www.facebook.com/PsicologiaAbiertaenAccionCLM/>



ASOCIACIÓN BOLO BOLO: apoyo a las personas LGTBI que viven en hogares donde no son aceptados y viven un doble confinamiento. Consultas a través de redes sociales y en este correo: bolobolo@felgtb.org

Educación y Covid-19 en Toledo:

AMPAS, colegios e institutos de toda la ciudad están colaborando muy estrechamente para que se mantengan los contactos entre alumnado, familias y centros. En muchos casos se cuenta con blogs para facilitar el seguimiento y una constante comunicación con las familias. **En general se está priorizando el bienestar emocional del alumnado y se hacen esfuerzos por compensar la brecha digital en los hogares.**

Si necesitas información sobre las **principales herramientas para el encuentro on-line** gratuitas, aquí puedes encontrar una selección de algunas:

- **Zoom:** se trata de una plataforma para realizar videoconferencias y webinars (clases pregrabadas y emitidas online). Zoom dispone de chat de grupo, grabación de reuniones, función para compartir pantalla, pizarra virtual, fondo virtual que te permite colocar imágenes y modo de transmisión en directo por Facebook Live y YouTube.
- **Skype:** es una herramienta centrada en las llamadas, ya que ofrece un sonido y una imagen muy claros incluso en viejos equipos. Skype no ofrece tantas herramientas participativas como el resto, pero es una app muy accesible, sobre todo para usuarios con conexiones a internet de baja calidad.
- **Slack:** es una aplicación para la gestión de equipos de teletrabajo. Dispone de chats que se organizan por temáticas, tiene grupos, salas y mensajería privada. Su principal ventaja es la integración con multitud de herramientas y que es multiplataforma.
- **Hangouts:** ofrece la posibilidad de realizar llamadas y reuniones con 250 participantes, así como transmisión en vivo para salas de hasta 100.000 espectadores.
- **Microsoft Teams:** app para organizar equipos de trabajo en remoto. Al contrario que la Suite de Google, la de Microsoft está más orientada a las empresas, pero dispone de todos los elementos necesarios para dar clases online. Ofrece salas de chat divididas por temáticas, fuentes de noticias, áreas de trabajo y un sistema para gestionar y ejecutar documentos a distancia desde la aplicación, que puede ser muy útil para corregir trabajos.
- **JitsiMeet:** de código abierto y gratuita, pudiendo asistir un número ilimitado de participantes o los que pueda soportar la capacidad de su servidor. También se pueden grabar las videoconferencias, abrir un chat y compartir la pantalla de tu PC con una presentación.

El campus de Toledo de la UCLM mantiene en la medida de lo posible su acompañamiento lectivo mediante aulas virtuales u otras medidas de adaptación empleadas por cada titulación. Además, **72 alumnos de último curso del grado de Enfermería se han sumado como voluntarios de apoyo al sistema sanitario**. Desde la Universidad, se donaron materiales de protección y equipos de PCR, los cuales permiten la realización de pruebas de diagnóstico del coronavirus.



La UCLM regional tiene habilitado un espacio permanente en su página [web con información](#) actualizada sobre el COVID-19 y las medidas que se están estableciendo, en permanente actualización.

La Consejería de Educación, Cultura y Deportes informa de todos los procedimientos derivados de la crisis sanitaria a través de su página web <http://www.educa.jccm.es/es> y poniendo a disposición de profesionales y ciudadanía materiales y recursos de interés.



<http://www.educa.jccm.es/es/coronavirus>

- Recurso: Información para familias y alumnos:

<http://www.educa.jccm.es/es/coronavirus/informacion-familias-alumnado-coronavirus>

- Materiales, recursos y servicios educativos en línea, pulse aquí para acceder:

<http://www.educa.jccm.es/es/coronavirus/aprendoencasacm-materiales-recursos-servicios-educativos-l>

La Biblioteca de Castilla-La Mancha ha puesto a disposición de toda la ciudadanía un servicio de préstamo gratuito on-line de libros, revistas y audiolibros a través del enlace: <https://castillalamancha.ebiblio.es/opac/#indice>

También se han puesto en marcha **Clubs de lectura virtuales** que proponen nuevas lecturas, y podrás tomar en préstamo tu ejemplar en e-Biblio Castilla-La Mancha.



El Ayuntamiento de Toledo lleva a cabo diferentes propuestas culturales y de ocio en sus redes sociales del área de Cultura para estos días de cuarentena dentro de la campaña **#ToledoCulturaEnCasa**. Una plataforma que servirá también para impulsar las distintas iniciativas artísticas que están promoviendo diversas instituciones, asociaciones y entidades de la ciudad.



Una de estas iniciativas de la Concejalía de Cultura es el certamen de fotografía **#PHEdesdemibalcón** convocado por **PFotoEspaña** que invita a toda la vecindad a demostrar su creatividad con imágenes tomadas desde sus ventanas y balcones. Más información en www.phe.es

Organizaciones y entidades de educación y cultura activas en la crisis:

Urbana 6 propone actividades culturales y de relación por las redes. @urbana6toledo

El Centro de Día de Atención a la Familia y Adolescencia gestionado por la **Asociación para la Integración del Menor Paideia**: realiza tutorías individualizadas de su alumnado y familias. También han creado una Plataforma: **Paideia en casa**, para redes sociales.

YMCA Toledo: acompañamiento a distancia de sus recursos.

Correo de contacto: toledo@ymca.es Teléfono: 925 22 42 79

Recursos fundamentales para la diversidad funcional en tiempos del COVID-19:

- **PLENA INCLUSIÓN CLM:** mantiene su actividad a distancia dando soporte profesional a personas y entidades, también **proponiendo acciones formativas**. Ha elaborado una guía pensada para servir de apoyo en el confinamiento.

Correo: plenainclusionclm@plenainclusionclm.org



Guía: <https://bit.ly/3eahdlD>

Web: www.plenainclusionclm.org/

- **DOWN TOLEDO** continúa trabajando a distancia tanto el desarrollo personal, el empleo y la atención temprana (familias y personas).

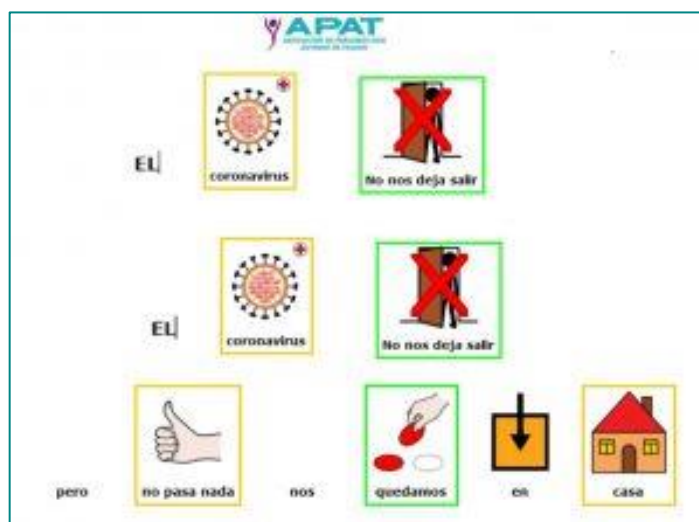
Teléfono: 619 069 151, web: www.downtoledo.org

- **APACE** también continúa acompañando a personas y familias a distancia. Teléfono: 696 266 444, web: www.apacetoledo.org/

- **APANAS** Toledo también continúa acompañando a distancia y a través de sus redes sociales: [@apanastoledo](https://twitter.com/apanastoledo).

- **APAT Toledo:** mantiene su atención y acompañamiento a distancia elaborando materiales, campañas informativas y de concienciación sobre la necesidad de atender las necesidades específicas de las personas con autismo en esta crisis.

Puedes informarte en: <https://www.autismotoledo.es/>



- **El Grupo de Entidades Sociales CECAP** mantiene su actividad y acompañamiento a distancia. Mantiene activo su servicio de **capacitación, el apoyo individual a personas con discapacidad, atención psicológica en situación de confinamiento, formación y asesoramiento familiar y actividades de ocio infantil y juvenil.**

En cuanto al voluntariado, ha presentado la **APP Moviliza-T**, que gestiona la oferta y demanda de voluntariado en la región. Cualquier persona en situación de riesgo social que necesite ayuda, ya sea para hacer la compra, tirar la basura, pasear un animal doméstico, realizar trámites administrativos on-line, etc., puede ponerse en contacto a través del correo electrónico voluntariado@moviliza.org o en el teléfono: 676 77 08 89. **Moviliza-T** se encargará de que una de sus casi 80 entidades adheridas a la APP, encuentre a los voluntarios gracias a la geolocalización de la que dispone, y les resuelva en un breve tiempo las demandas y peticiones.



- **La Confederación de Entidades de Personas con Discapacidad física y Orgánica** mantiene también su actividad.

Teléfono 925 11 50 41, web: <http://clm-inclusiva.org/>,

Correo de contacto: toledo@clm-inclusiva.org