

# Recursos de La Rioja

Mapa de recursos disponibles ante la Covid-19.

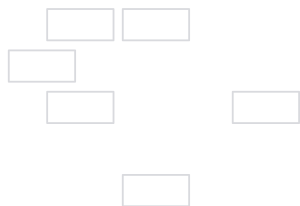


UNIVERSIDAD DE LA RIOJA



Colegio Oficial del Trabajo Social de La Rioja



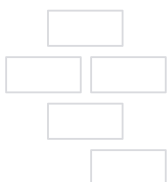


## Recursos de La Rioja: mapa de recursos disponibles ante la Covid-19

Las siguientes páginas presentan diferentes recursos activados por las administraciones públicas, entidades sociales, iniciativa privada y ciudadanía ante la situación generada por la Covid-19.

Junto a todos ellos, también está el apoyo psicosocial de los y las profesionales del Trabajo Social de los diferentes ámbitos de intervención.

8ª actualización



Coordinación:

Esther Raya Diez  
Universidad de La Rioja

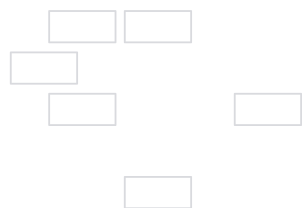
Sonia Pereyra Gallo  
Coordinadora de ONGD de La Rioja

Colaboración:

Pilar Jiménez Ortega  
Miguel Ferreruela Larrea  
Grupo de Emergencias Sociales del Colegio de Trabajo Social de La Rioja

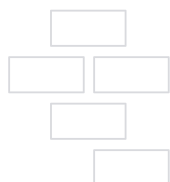
Diseño y maquetación:

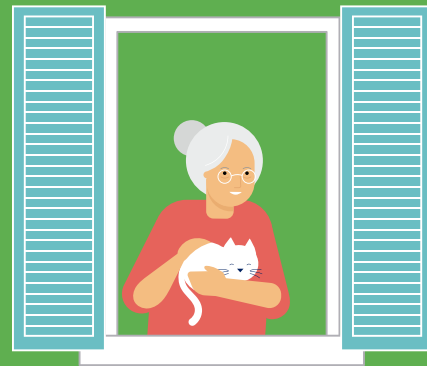
EME Projects



## Índice de la guía

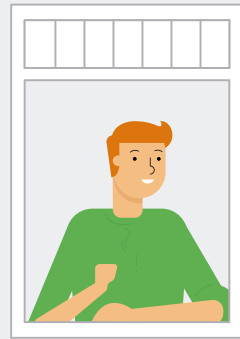
- 7** Recursos de alimentación
- 9** Recursos de alojamiento
- 11** Recursos de Teleasistencia y ayuda a domicilio
- 13** Apoyo psicológico y consejos para afrontar la situación
- 15** Guías sobre Duelo
- 17** Espacios de conversación
- 19** Otros apoyos a domicilio
- 21** Otros apoyos de carácter sanitario
- 23** Otros apoyos de carácter social
- 25** Otros apoyos
- 27** Educación y tiempo libre
- 29** Entretenimiento
- 31** Atención a Víctimas de Violencia de Género y otras formas de violencia
- 33** Atención a menores y a jóvenes y a sus familias
- 35** Otras informaciones de interés
- 37** Otras informaciones de interés sobre empleo y situación laboral
- 39** Cuidado de profesionales
- 41** Campañas antidiscriminación
- 43** Números de teléfono para dudas y consultas sobre el coronavirus COVID-19





# Recursos de alimentación

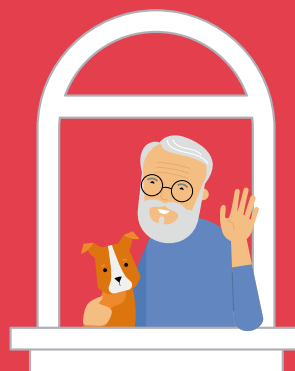
Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito de aplicación	Observaciones
Reparto de alimentos y otros productos	Gobierno de La Rioja	941 29 43 88	La Rioja	Solicitud de reparto de alimentos y productos de higiene y medicamentos a personas en situación de aislamiento por el coronavirus y sin apoyo familiar o social. Horario de L a V de 8 a 15h.
Servicio de comidas			Logroño	Previa valoración Trabajadora Social UTS Según información facilitada por Ayuntamiento de Logroño el servicio se mantiene igual. No ha habido restricciones.
Familias con niños	Cáritas	941 25 23 40	Logroño	Atienden las necesidades urgentes de alimentos de familias con niños que ya no acuden al comedor escolar, llamar por teléfono en horario de 9.30 a 13.30h, de lunes a viernes. Centro Unificado de Reparto de Alimentos estará cerrado por el momento.
Alimentos para personas y familias en situación irregular	Fundación Ibercaja	Servicios Sociales comunitarios	La Rioja	Plataforma "Vamos La Rioja" de Fundación Ibercaja y Banco Ibercaja. Dirigido a personas y familias sin ingresos y en situación irregular que no pueden acceder a ayudas o prestaciones públicas. Solicitud a través de los y las trabajadoras sociales de los servicios sociales municipales. Entrega en domicilios ejecutada por Cruz Roja de kits para la cobertura de manutención y necesidades básicas de las familias riojanas más vulnerables como consecuencia de la crisis COVID-19.
Reparto de alimentos y servicio de comidas a domicilio	Ayto. de Calahorra	941 10 50 72	Calahorra	Desde la Concejalía de Derechos Sociales se está llevando a cabo una centralización de los repartos de alimentos que gestionan diversas entidades como Cruz Roja, ADRA o San Vicente de Paul. Previa valoración de los y las trabajadores sociales municipales. Horario de L a V de 8 a 15h.



# Recursos de alojamiento



Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito de aplicación	Observaciones
<b>Alojamiento alternativo sociosanitario</b>	SERIS	Derivación interna desde hospital	Área de Salud	<p>Alojamiento alternativo sociosanitario tras alta hospitalaria cuando no sea posible completar el tratamiento de recuperación en el domicilio. Previa valoración social de Trabajo Social Sanitario del Hospital San Pedro.</p> <p>Sólo pacientes que hayan sido hospitalizados previamente por la Covid- 19.</p> <p>No para personas en aislamiento domiciliario con problemas de alojamiento.</p>
<b>Alojamiento</b>	REMAR	680 55 82 50	La Rioja	<p><a href="mailto:lariojaremar@gmail.com">lariojaremar@gmail.com</a></p> <p>Alojamiento y reparto de alimentos a personas en situación de exclusión y vulnerabilidad.</p>



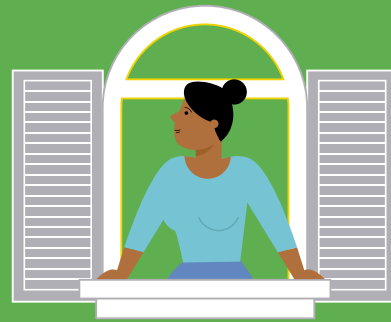
# Recursos de teleasistencia y ayuda a domicilio

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito de aplicación	Observaciones
Teleasistencia	Gobierno de La Rioja	941 22 52 12	La Rioja	Seguimiento diario a usuarios de TAD y alta servicio a usuarios con servicio concedido y actualmente en lista de espera. <a href="mailto:Teleasistencia_26@cruzroja.es">Teleasistencia_26@cruzroja.es</a>
Teleasistencia	Gobierno de La Rioja	Servicios sociales de base de cada municipio <a href="#">Ver listado</a>	La Rioja	El Gobierno de La Rioja ha organizado un servicio de Teleasistencia urgente para personas que vivan solas, que además estén aisladas por diferentes causas (cuarentena por Covid-19, limitaciones de movilidad, etc.) y que carezcan de apoyo social o familiar. El servicio es gratuito mientras dure la situación actual. Quienes crean estar en esta situación o conozcan a alguien que pueda estarlo deben ponerse en contacto con los servicios sociales de su municipio para que procedan a su gestión. En su mayoría, estos servicios atienden en estos momentos telefónicamente. La información de contacto con los servicios sociales de su municipio se encuentra disponible en siguiente enlace: <a href="https://www.larioja.org/servicios-sociales/es/red-basica-servicios-sociales/listado-municipios">https://www.larioja.org/servicios-sociales/es/red-basica-servicios-sociales/listado-municipios</a>
SAD	Ayuntamiento de Logroño	941 27 70 70	Logroño	Según información facilitada por responsables SAD. del Ayuntamiento el servicio se ha restringido a los casos más necesitados y sólo para atención personal. Ante cualquier duda de los usuarios deben llamar a los teléfonos indicados o pueden contactar con las empresas que gestionan el SAD.
	Municipio de La Rioja	<a href="#">Ver listado</a>	La Rioja	En el siguiente enlace están las direcciones de todos los Servicios Sociales de La Rioja <a href="https://www.larioja.org/servicios-sociales/es/red-basica-servicios-sociales/listado-municipios">https://www.larioja.org/servicios-sociales/es/red-basica-servicios-sociales/listado-municipios</a>



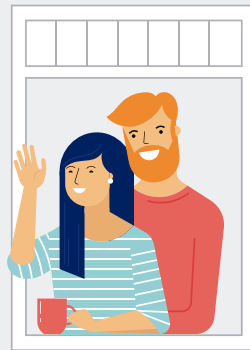
# Apoyo psicológico y consejos para afrontar la situación

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito de aplicación	Observaciones
Atención psicológica	Colegio de Psicólogos	689 989 966	La Rioja	Teléfono de atención 689989966 (de 9:00 a 21:00) Grupo de Intervención Psicológica de emergencias.
Apoyo y consejo psicológicos	Teléfono de la Esperanza	941 49 06 06	La Rioja	<a href="#">Página web con recomendaciones</a> y teléfono de atención 24 horas. Escucha telefónica en situación de crisis y atención profesional. Atendido 24 horas por voluntarios especialistas en escucha y relación de ayuda. También cuentan con una aplicación móvil Tú marcas tu futuro en la que incluyen contenidos interesantes para mujeres en desempleo, orientaciones, enlaces.... y a través de la que pueden hacerles consultas.
Apoyo en situación de duelo	Asociación de apoyo al duelo y pérdidas vitales	640 824 207	La Rioja	Servicio telefónico que ofrece de manera gratuita apoyo y consejo profesional a todas aquellas personas inmersas en un proceso de duelo. De 8 a 13.30h y de 16 a 21h <a href="mailto:gloriapsicoduelo@gmail.com">gloriapsicoduelo@gmail.com</a>
Apoyo Psicológico de emergencia	Gobierno de La Rioja	112 941 22 22 22	La Rioja	Equipo de Respuesta Inmediata ante Emergencias. ERIE Psicosocial Servicio telefónico de atención 24 horas, atendido por psicólogas y personal de apoyo de Cruz Roja. Proporciona acompañamiento y escucha activa, en momentos de emergencia, a las personas afectadas y sus allegados
Cartas de ánimo	Iniciativa ciudadana solidaria	Email	La Rioja	<a href="mailto:cartasalhospitalsanpedro@gmail.com">cartasalhospitalsanpedro@gmail.com</a> Iniciativa de residentes del Hospital San Pedro de La Rioja de entrega de cartas de ánimo a pacientes ingresados por coronavirus.
Por ti, por todos, por Haro	Ayuntamiento de Haro	Radio Haro	Haro y La Rioja	Cuña en radio SER con consejos básicos para concienciar a la ciudadanía
Apoyo emocional	Maite Seoane Coach personal	679 438 054	La Rioja	Coach personal que ofrece de manera gratuita servicio de acompañamiento, apoyo emocional y conversación a cualquier persona que lo necesite en estas circunstancias. Contactar por teléfono o a través del correo <a href="mailto:maite.seoane@ilimitecoaching.com">maite.seoane@ilimitecoaching.com</a> También por zoom, WebEx... Horario de tardes
Plataforma “No estás sol@” para familiares de personas con Alzheimer	Fundación Francisca Bretón	621 276 740	La Rioja	Teléfono gratuito atendido por terapeutas y psicólogos especialistas de la Fundación Francisca Bretón. Suministro de pautas y estrategias de afrontamiento, actividades y fichas alternativas para mejorar la activación general e incluso apoyo psicoemocional. Horario de 9 a 21h. Más información en <a href="mailto:info@fundacionfranciscabreton.com">info@fundacionfranciscabreton.com</a>



# Guías sobre duelo

Recurso	Entidad	Observaciones
Guía para las personas que sufren una pérdida en tiempos de coronavirus	Iniciativa profesional	Documento en pdf, de 38 páginas. Dirigida a toda la población <a href="https://drive.google.com/open?id=1FMHOMqx8zBfQf00cldU2vGYbg9I3Gfw4">https://drive.google.com/open?id=1FMHOMqx8zBfQf00cldU2vGYbg9I3Gfw4</a>
Guía de Duelo Adulto. Para profesionales Socio-sanitarios	FMLC	Documento en pdf, de 145 páginas, con ilustraciones. Dirigido a público profesional <a href="https://www.fundacionmlc.org/wp-content/uploads/2020/03/Guia-Duelo-Adulto-FMLC.pdf">https://www.fundacionmlc.org/wp-content/uploads/2020/03/Guia-Duelo-Adulto-FMLC.pdf</a>
Guía de apoyo psicosocial durante esta pandemia de coronavirus	Asociación por el derecho a la salud	Entrada de blog, con información a modo de guía y con direcciones web sobre el Covid-19 <a href="https://ome-aen.org/guia-de-apoyo-psicosocial-durante-esta-epidemia-de-coronavirus/">https://ome-aen.org/guia-de-apoyo-psicosocial-durante-esta-epidemia-de-coronavirus/</a>
Guía para familiares en duelo	Sociedad española de cuidados paliativos	Documento en pdf, de 51 pág. Guía ilustrada, con lenguaje sencillo, dirigida a las familias para afrontar el duelo <a href="http://ico.gencat.cat/web/.content/minisite/ico/professionals/documents/qualy/arxius/doc_guia_para_familiares_en_duelo.pdf">http://ico.gencat.cat/web/.content/minisite/ico/professionals/documents/qualy/arxius/doc_guia_para_familiares_en_duelo.pdf</a>



# Espacios de conversación

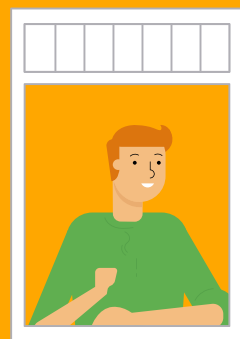


Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito de aplicación	Observaciones
Conversaciones	Iniciativa solidaria	Varias entidades	Arnedo	<p>Si quieres ser llamado para charlar o mostrar tus preocupaciones, mantener una charla fresca, dinámica y atenta ponte en contacto con:</p> <p>Serv. Soc. Ayuntamiento de Arnedo 941 385766</p> <p>Centro de Salud de Arnedo 941278935 (mañanas)</p> <p>Centro Participación Activa de Arnedo 941294715</p> <p>Cáritas Arnedo 941 380880</p> <p>Whatsapp al nº del Ayuntamiento de Arnedo 609097557</p> <p>Es un servicio <b>gratuito</b></p>
Conversaciones	Cáritas La Rioja	648 413 773	La Rioja	<p>Para paliar la soledad de quienes necesiten hablar.</p> <p>Teléfono atendido por voluntariado</p>
Apoyo telefónico	Espacio 8	900 40 04 01	La Rioja	<p>Teléfono gratuito ante situaciones de soledad</p> <p>Horario de L a V de 9 a 13.30 y de 16.30 a 20h</p>
Escucha	Cruz Roja	900 107 917	Nacional	<p>“Cruz Roja te escucha”, dirigido a la población general; a profesionales y personas voluntarias. Servicio gratuito y anónimo</p> <p>El horario de lunes a viernes de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00.</p>
Centro de Escucha	Diócesis	Pág. web	La Rioja	<p>Centro de escucha para acompañar vía telématica a las personas que estén solas o se sienten solas y deseen hablar. Atendido por equipo de voluntarios.</p> <p>Más información: <a href="https://webdiocesana.wixsite.com/esperanza/centro-de-escucha">https://webdiocesana.wixsite.com/esperanza/centro-de-escucha</a></p>



Otros apoyos  
a domicilio

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito de aplicación	Observaciones
Compra de alimentos	Cáritas	941 38 08 80 Móvil 646 800 592	Arnedo	Servicio de Compra de Alimentos para personas mayores que estén solas, discapacidad y/o enfermedad.
Compra de alimentos	Fundación Francisca Bretón	621 276 740	Arnedo	Servicio de Compra de Alimentos para personas mayores que estén solas, discapacidad y/o enfermedad.
Apoyo en compras	Iniciativa ciudadana solidaria	941 28 78 74	La Rioja	FacebookK #yotehagolacompra. Realizar compra, medicinas, tabaco
Help coronavirus	Iniciativa ciudadana solidaria	Bosonit	Ámbito nacional	<a href="http://www.helpcoronavirus.org">www.helpcoronavirus.org</a> Help Coronavirus es la APP sin ánimo de lucro que conecta personas necesitadas con personas que ofrecen su ayuda (hacer compra, pasear perros...)
Compras a domicilio	Carrefour	603 385 727	Logroño y alrededores	Servicio gratuito que lleva la compra a domicilio sin mínimo de gasto. Dirigido a personas a partir de 65 años , peronal sanitario y personas con problemas de movilidad. También a personal sanitario. De 9 a 21 horas. Reparto en un radio de 10 a 15 km.
Recogida de necesidades	Asoc. Vecinal Madre de Dios	650 445 295	Barrio Madre de Dios, Logroño	Teléfono información y recogida de necesidades de la población de los barrios Madre Dios y San José de Logroño
Necesidades sociales	Ayuntamiento de Logroño	941277010	Logroño	“¿Podemos ayudarte en algo?” Teléfono 941 277 010 horario de 9 a 19h. Recogen todo tipo de necesidades sociales y las derivan para su atención.
Apoyos a domicilio	Iniciativa ciudadana solidaria	Facebook Haro-solidaridad COVID-19	Haro	Grupo de voluntarios que realiza gratuitamente labores de compra alimentos, farmacia, pasear mascotas, etc... a personas sin apoyo. Teléfonos 643 505 762 y 671 987 314
Compras a domicilio	Ayuntamiento de Calahorra	<a href="#">Página web</a>	Calahorra	Portal de Transparencia Ayuntamiento Calahorra Guía editada por el Ayuntamiento de Calahorra de establecimientos de alimentación que reparten a domicilio. En el siguiente <a href="#">enlace</a>
Recogida de basuras en domicilio	Ayuntamiento de Calahorra	941 10 50 72	Calahorra	El Ayuntamiento de Calahorra ha realizado llamadas a todas las personas que constan empadronadas solas y que son mayores de 65 años (incluido el SAD) y se está gestionando la recogida de sus basuras. También se centraliza a través del teléfono. Horario de L a V de 8 a 15h.
SolidaryOS	Iniciativa ciudadana solidaria	Entertainment Solutions	Nacional	Plataforma colaborativa que tiene como objetivo ser una red centralizada de ayuda al abastecimiento, tanto a personas del grupo de alto riesgo como a hogares donde haya algún miembro en aislamiento o con síntomas que hagan pensar en un posible contagio. Pone en contacto de manera gratuita a las personas que necesitan ayuda con las personas voluntarias que la ofrecen. Tareas cotidianas como hacer la compra, recoger recetas, ir a la farmacia... <a href="https://solidaryos.com">https://solidaryos.com</a>



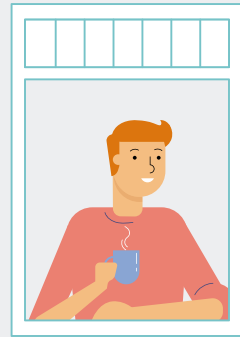
# Otros apoyos de carácter sanitario

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito de aplicación	Observaciones
Salud Responde	SERIS	941 29 83 33	La Rioja	Información para resolver duda sobre el Covid-19
Evaluación de síntomas COVID- 19	Gobierno de La Rioja	<a href="#">Página web</a>	La Rioja	Servicio online de evaluación de síntomas del Covid19, con tarjeta del SERIS <a href="https://coronavirus.riojasalud.es">https://coronavirus.riojasalud.es</a>
Recetas	SERIS	Centro de salud	La Rioja	La activación automática de recetas es un bulo. Cada paciente debe llamar a su Centro de Salud y su médico se pondrá en contacto con él para todo lo relacionado a recetas
Curso de prevención del coronavirus	Colegio de Enfermería de La Rioja	<a href="#">Página web</a>	La Rioja	<p>“Cómo prevenir la infección por coronavirus (COVID19)”</p> <p>Dirigido a toda la población para tener una visión clara, no alarmista y basada en evidencias científicas sobre la epidemia por coronavirus (COVID19).</p> <p>Curso abierto desde el 13 de marzo hasta el 13 de abril.</p> <p><a href="http://www.saluslife.app/cursos/como-prevenir-la-infeccion-por-coronavirus-covid19">www.saluslife.app/cursos/como-prevenir-la-infeccion-por-coronavirus-covid19</a></p>
Consultas médicas	DKV SALUD	<a href="#">Página web</a>	Nacional	<p><a href="http://www.medicosfrentealcoronavirus.org">www.medicosfrentealcoronavirus.org</a></p> <p>Plataforma de telemedicina gratuita para realizar consultas médicas online, a través de la app Quiero Cuidarme más.</p>
Guía Fisioterapia	Profesionales de la fisioterapia	<a href="#">Documento</a>		<p>Cuarentena Covid-19 Guía Fisioterapia</p> <p><a href="https://bit.ly/guia-fisioterapia-cuarentena">https://bit.ly/guia-fisioterapia-cuarentena</a></p>
Actividad física	Logroño Deporte	<a href="#">Página web</a>	La Rioja	<a href="http://www.logroñodeporte.es">www.logroñodeporte.es</a> , videos de #entrenaencasa
Orientación e información	AECC	941 24 44 12 900 100 036	Nacional	<p>Servicio gratuito de acompañamiento por medio de videoconferencia, teléfono o correo electrónico para enfermos y familiares de:</p> <p>Orientación médica y de enfermería; Atención psicológica; Atención social.</p> <p><a href="https://www.aecc.es/es">https://www.aecc.es/es</a></p>
Información y asesoramiento	FARO	941 253 707 618 066 228	La Rioja	<p>Asociación Riojana de familiares y amigos de niños con cáncer</p> <p>Recursos y consejos dirigidos a las familias con hijos con cáncer en La Rioja, ante el COVID 19. Atienden en horario mañanas y tardes</p> <p><a href="mailto:faro@menoresconcancer.org">faro@menoresconcancer.org</a></p>



## Otros apoyos de carácter social

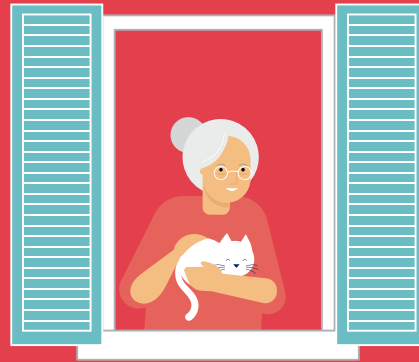
Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito de aplicación	Observaciones
Información y recursos para seguir a tu lado	Asociación IGUAL A TI	941 23 36 00	La Rioja	Recurso de apoyo dirigido a las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo y a sus familias a través de la web de la asociación.
Servicio de traducción en lengua árabe y mediación intercultural	Asociación de trabajadores inmigrantes marroquíes (ATIM)	941 23 92 85	La Rioja	Servicios de traducción en lengua árabe, información sobre medidas de protección, asesoría jurídica, social, educativa y apoyo escolar. <a href="mailto:atim.org94@gmail.com">atim.org94@gmail.com</a>
Atención Sociojurídica	La Rioja Acoge	941 26 31 15	La Rioja	Información y orientación en temas sociales. Información sobre los recursos de la comunidad. Apoyo en trámites habituales. Asesoramiento sobre normativa de extranjería. De lunes a jueves de 9:00 a a11:30. <a href="mailto:rioja.acoge@redacoge.org">rioja.acoge@redacoge.org</a> Atención telefónica y por correo electrónico durante el estado de alarma por Covid19
Atención social	Asociación Pakistán de La Rioja	678.207.722	La Rioja	Trabajan principalmente con el colectivo pakistaní, y también con otras nacionalidades. Información asesoramiento, información y orientación relacionadas con trámites de extranjería, renovaciones de pasaportes y CNIC (tarjeta de identidad pakistaní) traducciones, prestaciones de la Seg. Social y Hacienda, etc, Durante el estado de alarma atienden por email <a href="mailto:asoc.pakistanrioja@yahoo.es">asoc.pakistanrioja@yahoo.es</a> y por teléfono.
Salud Mental	Asoc. Salud Mental Rioja	941 236233 646 026275	La Rioja	Información para personas con problemas de salud mental, familiares y profesionales con recomendaciones ante la crisis del Covid19 Campaña #SaludMentalVsCovid19. El material de la campaña lo envían por correo electrónico a las personas interesadas Servicio de atención psicológica y apoyo emocional <a href="https://consaludmental.org/">https://consaludmental.org/</a>
Mediación online o telemática	Gobierno de La Rioja	941 201 890	La Rioja	Mediación gratuita para conflictos vecinales y familiares por vía on-line o telemática llevada a cabo por profesionales mediadores del Servicio de Mediación del Gobierno de La Rioja. <a href="mailto:mediacion.intrajudicial@larioja.org">mediacion.intrajudicial@larioja.org</a>



Otros apoyos

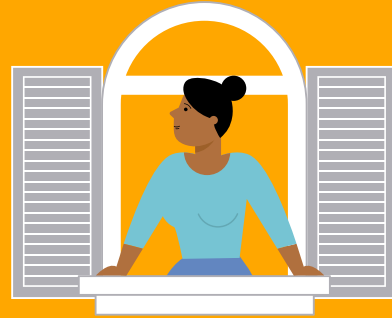


Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito de aplicación	Observaciones
<b>Apoyo a transportistas en ruta</b>	Grupo Arnedo	941 48 63 18	Ecociudad del Transporte N-232 KM 367 Pradejón (La Rioja)	Comida, cena y acceso a aseos y ducha en sus instalaciones gratuito para transportistas. Sitio en Ecociudad del transporte en nacional 232 p. km 367 en el término de Pradejón.
<b>Oferta y demanda de recursos</b>	Iniciativa ciudadana	Página web	678828287	Aplicación que pone en contacto demanda y oferta de recursos varios para afrontar crisis Covid19. Dirigida fundamentalmente a empresas pero también responde a necesidades de particulares (por ejemplo han gestionado el envío de mantas de la fábrica de Ezcaray a IFEMA) Pág web: <a href="https://rescueapp.es">rescueapp.es</a>
<b>Viseras máscara de protección</b>	Coronavirus Maker La Rioja	679 53 21 91	La Rioja	Suministro gratuito de máscaras de protección a para profesionales de atención directa de servicios esenciales
<b>Pienso, luego actúo</b>	Iniciativa ciudadana	Página web	Nacional	En esta plataforma se recogen iniciativas de diferente tipo, surgidas durante el coronavirus a las que te puedes sumar o en las que encontrarás la ayuda que necesites. <a href="https://piensoluegoactuo.com">https://piensoluegoactuo.com</a>



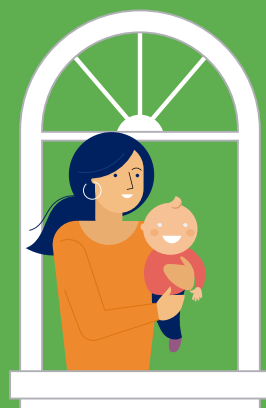
# Educación y tiempo libre

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito de aplicación	Observaciones
Campamentos en casa	YMCA	Haro: 941 31 00 89 Logroño: 941 23 71 70	Haro y Logroño	<a href="http://www.ymca.es/campamento-en-casa">www.ymca.es/campamento-en-casa</a> Actividades, juegos, manualidades para niños y niñas
Actividades en familia	Cruz Roja	<a href="#">Guía en pdf</a>	Nacional	Guía de actividades y manejo de la situación de confinamiento en Familia. La guía esta dividida en tres partes: <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Información adaptada a niños y niñas sobre el coronavirus</li> <li>➤ Manejo parental de la situación de estado de alarma</li> <li>➤ Actividades y recursos lúdicos y educativos.</li> </ul>
Juntos desde casa		<a href="#">Página web</a>	Nacional	<a href="http://www.juntosdesdecasa.com">www.juntosdesdecasa.com</a> Proyecto de un equipo de profesionales de la tecnología para entretener en casa a través de habilidades y tendencias digitales. Categorías de juegos por grupos de edad
Clases particulares online	Estudiantes contra la pandemia	<a href="#">Página web</a>	Nacional	Proyecto formado por voluntarios universitarios que ayuda de forma GRATUITA a alumnado de Primaria y Secundaria durante el estado de alarma, mediante clases online, material de refuerzo y ayuda personalizada. Los padres de los alumnos deberán apuntarse en la web <a href="https://www.universitarioscontralapandemia.es/">https://www.universitarioscontralapandemia.es/</a>
Aprendemos en Casa	Ministerio de Educación y TVE	<a href="#">Página web</a>	Nacional	Cinco horas diarias de programación educativa, dirigido a estudiantes de entre 6 y 16 años para facilitar el aprendizaje de todo el alumnado durante la suspensión de clases presenciales. Se emite en abierto en la franja matinal de Clan TV y La 2 de TVE. Más información: <a href="https://www.educacionyfp.gob.es/prensa/actualidad/2020/03/20200321-mefprtve.html">https://www.educacionyfp.gob.es/prensa/actualidad/2020/03/20200321-mefprtve.html</a> En la pagina web ' <a href="#">Aprendo en casa</a> ' se recoge diverso material para trabajar en un entorno digital destinado tanto a docentes, como a familias o a CCAA.



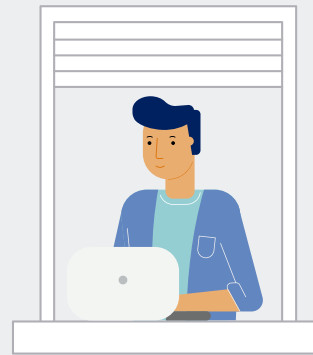
# Entretenimiento

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito de aplicación	Observaciones
Prensa online	Diario La Rioja	<a href="#">Página web</a>	La Rioja	Suscripción gratuita de un mes a La Rioja <a href="https://www.larioja.com">https://www.larioja.com</a>
Televisión a la carta	Movistar	<a href="#">Página web</a>	Nacional	<a href="http://www.movistar.es">www.movistar.es</a> Ofrece de manera gratuita los canales de televisión Movistar+Lite durante un mes
Concierto de guitarra	Pablo Sáinz Villegas	<a href="#">Página web</a>	Online	Concierto y reflexiones en directos los domingos a las 19:00 mientras dure el estado de alarma, a través de <a href="https://www.facebook.com/PabloVillegasGuitar/videos/213923589843468/">https://www.facebook.com/PabloVillegasGuitar/videos/213923589843468/</a>
Ciencia para niños	Big Van Ciencia	<a href="#">Canal youtube</a>	Online	<a href="#">Clowntifics</a> Este canal de YouTube es una herramienta excelente para educadores, padres y madres que quieran compartir espacios de ciencia y diversión con los más peques, aprendiendo conceptos clave a la vez que realizan sencillos experimentos y actividades en casa o en el aula.



Atención a víctimas  
de violencia de género  
y otras formas de violencia

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito de aplicación	Observaciones
Teléfono de atención	Ministerio y CCAA	016 112 (Solo emergencias)	La Rioja	Teléfono operativo las 24 horas del día para ofrecer atención a víctimas de malos tratos por violencia de género. Se trata de una atención gratuita y profesional, que ofrece atención a cualquier víctima y a su entorno, sobre recursos y derechos de las víctimas en todo el territorio.
Servicio de Urgencias Sociales	Ayuntamiento de Logroño	900 101 555 (Logroño)	La Rioja	Teléfono de emergencia para mujeres en situación de violencia de género en casa, que están en casa con el agresor.
Teléfono de información a la mujer	Gobierno de La Rioja	900 70 10 10	La Rioja	Teléfono de información, operativo 24 horas. Acceso a la información de forma personalizada con rapidez, inmediatez y confidencialidad, para mejorar sus conocimientos y su calidad de vida. El teléfono ofrece información sobre temas relacionados con violencia de género, no discriminación por razón de sexo y apoyo a la mujer embarazada.
Oficina de Atención a la Víctima del Delito	Gobierno de La Rioja	Logroño 941 29 63 65 Calahorra 941 14 53 48 Haro 941 30 56 25	La Rioja	<a href="mailto:oficina.victima@larioja.org">oficina.victima@larioja.org</a> De lunes a viernes de 8:00 a 15:00 horas y martes y jueves de 17:00 a 20 horas. Violencia de género, violencia intrafamiliar o doméstica, delitos contra la libertad sexual, trata de seres humanos, y, en general, víctimas de cualquier delito
Centro Asesor de la Mujer	Gobierno de La Rioja	941 29 45 50	La Rioja	Horario de 8 a 15 horas para ofrecer atención psicológica, orientación y apoyo.
Centros de servicios sociales	Ayuntamientos y mancomunidades	Ayuntamientos	La Rioja	Contacto telefónico con Trabajadora/or social del Centro Municipal de Servicios Sociales
Centros de salud	SERIS	<a href="#">Listado de centros de salud</a>	La Rioja	En los centros de salud de cada usuario, donde se mantiene se mantiene la atención presencial
Atención a mujeres	Red Vecinal contra la Violencia de Género e Intrafamiliar	941 244 902 636 759 083	La Rioja	Atención a mujeres víctimas de violencia de género y a personas víctimas de violencia intrafamiliar. Atienden por whatsapp y teléfono. <a href="http://www.redvecinal.org/">http://www.redvecinal.org/</a>
Punto de información a mujeres	MPDL Movimiento por la Paz	644 708 668 Whatsapp	La Rioja	<a href="mailto:e.medrano@mplp.org">e.medrano@mplp.org</a> y <a href="mailto:c.demiguel@mpdl.org">c.demiguel@mpdl.org</a> Recurso gratuito dirigido a mujeres. A través de Whatsapp y/o correo electrónico se ofrece información y asesoramiento social y jurídico, atención en situaciones de violencia de género y extranjería.
Botón SOS	Ministerio del Interior	<a href="#">APP ALERTCOPS</a> <a href="#">Botón SOS V.G.</a>	Nacional	AlertCops es un servicio prestado a través de una aplicación gratuita en dispositivos móviles, que proporciona un canal directo con las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado para comunicar un hecho del que se es víctima o testigo. Permite establecer llamadas y alertas geo-posicionadas para una atención inmediata y habilita un chat directo tipo WhatsApp con el centro de atención de Policía Nacional o Guardia Civil más cercano al usuario, al que se le permite remitir fotos o videos de la situación y recibir ayuda.  La activación correcta del BOTÓN SOS alertará a Policía Nacional o Guardia Civil dependiendo de la demarcación territorial) sobre emergencia VIOLENCIA DE GÉNERO. Descarga la app <a href="https://alertcops.ses.mir.es/mialertcops/">https://alertcops.ses.mir.es/mialertcops/</a>



# Atención a menores y a jóvenes y a sus familias

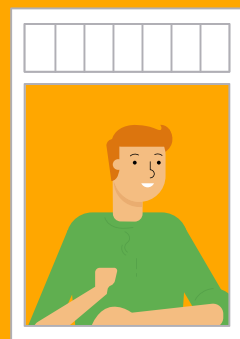


Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito de aplicación	Observaciones
<b>Ayúdale – Ayudándote</b>	Gobierno de La Rioja	696 121 212	La Rioja	Programa gestionado por Fundación Diagrama. A través del teléfono (24 horas, 365 días año). Dirigido a víctimas de violencia filio-parental. Asesoramiento sobre cómo actuar, orientación legal, atención psicosocial, derivación a recursos especializados.
<b>Programa Reencuentro</b>	Gobierno de La Rioja	626 912 143	La Rioja	Programa gestionado por Fundación Pioneros. Atención a familias con hijas e hijos adolescentes con dificultades de relación y Violencia filio-parental, para facilitarles claves y estrategias que mejoren la situación. Atención a familias con dificultades de convivencia.
<b>Programa Educándonos</b>	Fundación Pioneros	Página web	La Rioja	Atención y escucha a adolescentes y jóvenes, que quieran compartir y hablar con educadores-as que trabajan en el ámbito juvenil. De lunes a viernes de 9 a 14h y de 16 a 20h. 606 113 135 (M, J y V mañanas) y 647 058 589 (L, X y V tardes) Grupos juveniles, de forma virtual. Contacto por whatsapp 626556277 o instagram: @educandonospioneros Atención a familias con hijas e hijos adolescentes que estén en situación de conflicto, que necesiten espacio de escucha, o acompañamiento en sus tareas parentales. De lunes a sábado de 9 a 14h y de 16h a 20h. 626 556 277 (De L a S)
<b>Atención y escucha a jóvenes</b>	Fundación Pioneros	Página web	La Rioja	Atención y escucha a adolescentes y jóvenes que quieran compartir y hablar con educadores-as que trabajan en el ámbito juvenil. De lunes a viernes de 9 a 14h y de 16 a 20h. 617 721 807 (M, J y V mañanas) 666 194 355
<b>Atención a menores y a sus familias</b>	Fundación Pioneros	Página web	La Rioja	PROGRAMA MEDIDAS EN MEDIO ABIERTO Se mantiene el servicio de atención a menores y a sus familias a través de los teléfonos y correos electrónicos y Skype: 620 837 165 (De L-V: 9-13h y 16-19h) y 626 912 143 (De L-V: 9-13h y 16-19h) medidasalternativas@fundacionpioneros.org medidaspioneros@gmail.com
<b>Atención a familias con dificultades de convivencia</b>	Asociación Pro-infancia Riojana (APIR)	685 649 309	La Rioja	Atención a familias con dificultades de convivencia durante el periodo de confinamiento. atencionfamiliar@apir.es Atención a familias con niños, niñas y adolescentes con problemas de convivencia. Horario de 10:00 a 13:00 y de 16:00 a 18:00



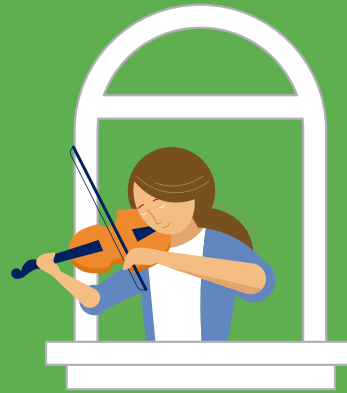
Otras informaciones de interés

Trámites	Información
<b>Trámites administrativos para la Consejería de Servicios Sociales y a la Ciudadanía</b>	<p>Whatsapp 669 169 518 y correo electrónico <a href="mailto:cssociales@larioja.org">cssociales@larioja.org</a></p> <p>En ambos canales receptionan documentos.</p> <p>Mensaje de tranquilidad a la ciudadanía ya que informan de que todos los plazos administrativos están suspendidos.</p> <p>El Gobierno de La Rioja permite el uso de los certificados caducados en su SEDE de acuerdo con lo previsto en el RD 463/2020 de 14 de marzo. Para dudas o consultas contactar con el teléfono 941 29 88 85</p>
<b>Consejería de Servicios Sociales y a la Ciudadanía</b>	<p>Dudas relacionadas con la Consejería, 941 291 745</p>
<b>Renovación autorización de residencia y protección internacional</b>	<p>Los procedimientos de renovación de autorizaciones de residencia o tarjetas de protección internacional, están en pausa excepto casos urgentes justificados.</p> <p><a href="https://www.policia.es/actualidad/pdf/medidas_doc_extranjeros.pdf">https://www.policia.es/actualidad/pdf/medidas_doc_extranjeros.pdf</a></p> <p>Más información: Rioja Acoge. 941 26 31 15 <a href="mailto:rioja.acoge@redacoge.org">rioja.acoge@redacoge.org</a></p>
<b>Suministros esenciales</b> <i>Real Decreto-ley 8/2020, de 17 de marzo, de medidas urgentes extraordinarias para hacer frente al impacto económico y social del COVID-19.</i>	<p>Artículo 4. Garantía de suministro de agua y energía a consumidores vulnerables.</p> <p>Durante el estado de alarma decretado debido a la epidemia de COVID-19, no se realizará ningún corte de suministro ni bajas por impago de gas y electricidad a sus clientes. Para los beneficiarios del Bono Social Eléctrico se realiza una prórroga de la subvención hasta el 15 de septiembre 2020.</p> <p>Prestación de Servicios de Urgencia <b>atender las reparaciones urgentes de electricidad</b>, electrodomésticos, gas y equipamientos (calderas, termos...)</p>
<b>Logroño comunitario</b>	<p>Espacio de información, promoción y divulgación de iniciativas comunitarias de colaboración y cuidados contra el COVID-19. A través de una red de enlaces comunitarios permiten detectar e informar de las necesidades sociales de personas afectadas por el coronavirus y por las medidas de aislamiento derivadas del estado de alarma.</p> <p>Divulgación de iniciativas ciudadanas individuales como ce entidades y asociaciones. <b>Web:</b> <a href="https://logroñocomunitario.es/">https://logroñocomunitario.es/</a></p>
<b>Guía comercial adaptada a la situación del estado de alarma</b>	<p>El Ayuntamiento de Calahorra ha editado una guía útil comercial para facilitar los horarios y formas de funcionamiento adaptadas a la situación del estado de alarma que han hecho comercios de primera necesidad. También se puede acceder a ella a través del portal de transparencia. <b>Enlace a la guía</b></p>
<b>Ayudas al alquiler de vivienda COVID-19</b>	<p>La Plataforma de Afectados por la Hipoteca ha publicado Kit alquileres COVID-19: Guía y documentos útiles para hacer efectivas las medidas del real Decreto Ley 11/2020 para enfrentar a la COVID-19 en materia de alquileres</p> <p><a href="https://afectadosporlahipoteca.com/2020/04/07/kit-alquileres-covid-19-guia-y-documentos-utiles-para-hacer-efectivas-las-medidas/">https://afectadosporlahipoteca.com/2020/04/07/kit-alquileres-covid-19-guia-y-documentos-utiles-para-hacer-efectivas-las-medidas/</a></p>
<b>Ministerio de Sanidad</b>	<p>La pág web del Ministerio facilita información y diversas guías dirigidas a la ciudadanía sobre COVID-19.</p> <p>Recomendaciones para mayores, consejos para adolescentes, limpieza de la casa, aislamiento domiciliario de casos leves... <a href="https://www.msbs.gob.es/">https://www.msbs.gob.es/</a></p>
<b>Guía Medidas Sociales contra el Coronavirus</b>	<p>El Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030 ha editado la guía “Preguntas Frecuentes sobre las Medidas Sociales contra el Coronavirus” <a href="http://www.msbs.gob.es">www.msbs.gob.es</a> &gt; ssi &gt; portada &gt; docs &gt; PREGUNT...</p>



# Información de empleo y relaciones laborales

Trámites	Información
Servicio Público Estatal de Empleo	En la pág. Web <a href="http://www.sepe.es">www.sepe.es</a> están dando cita para atención telefónica en vez presencial.
Servicio Riojano de Empleo	Renovación de tarjeta de empleo automática para los demandantes que tengan que renovarla entre el 16 de marzo y el 12 de abril 2020. No tienen que acudir ni ponerse en contacto con su oficina de empleo. Su tarjeta continuará en alta
CC.OO. La Rioja	<p>En su página web ofrece una completa información actualizada sociolaboral y de salud laboral sobre normativa y problemática que ha surgido en esta crisis COVID-19, ERTES...</p> <p><a href="#">Enlace la guía</a> de información sociolaboral</p> <p>Enlace a la guía de información <a href="#">¿Que es un ERTE?</a></p> <p>Teléfono gratuito para cualquier duda laboral relacionada con el CORONAVIRUS 900 301 000</p> <p>L a V de 9 a 19h (Jueves y viernes 9 y 10 de abril el horario será de 10 a 14h).</p> <p>S y D de 10 a 14h</p>
UGT	<p>En su página web ofrece una completa información actualizada sociolaboral y de salud laboral sobre normativa y problemática que ha surgido en esta crisis COVID-19, ERTES...</p> <p>Teléfono gratuito de atención durante el estado de alarma 646050640,</p> <p>También por whatsapp, y mail <a href="mailto:migraciones@larioaj.ugt.org">migraciones @larioaj.ugt.org</a></p> <p>Cuenta con Centro de Información y Asesoramiento Sociolaboral para inmigrantes</p> <p><a href="http://www.ugt.es">http://www.ugt.es</a></p>
Guía para prevenir contagio en los centros de trabajo	El Ministerio de Sanidad ha editado una guía de buenas prácticas en los centros de trabajo con medidas para prevenir contagio. <a href="#">Buenas prácticas en el centro de trabajo (PDF)</a> .
Inter Europa en Logroño	<p>A través de su proyecto “Lo Esencial” esta entidad presta servicio de Co-Working y Red de Apoyo Online.</p> <p>Red de profesionales para ayudar y apoyar a emprendedores, autónomos con pequeños negocios o a los que quieren iniciarse y/o reinventarse.</p> <p>Un plan de choque especial para este momento de crisis.</p> <p>Del 16 de abril al 16 de mayo. Conexiones a través de plataforma vídeoconferencia Zoom. Precio 40 euros. Información <a href="http://www.centroloesencial.com">www.centroloesencial.com</a></p>
Bolsa de Empleo Agrario Gobierno de La Rioja “¿Quieres Trabajar en el Campo?”	El Gobierno regional impulsa la Bolsa de Empleo Agrario para facilitar la contratación temporal de trabajadores en las próximas campañas. Más información en <a href="https://larioja.org/agricultura/es/bolsa-empleo-agrario">https://larioja.org/agricultura/es/bolsa-empleo-agrario</a>



Cuidado de profesionales

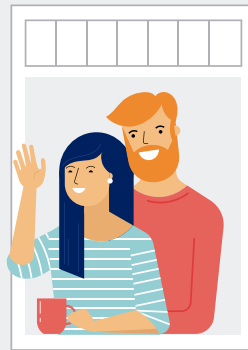
Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito de aplicación	Observaciones
<b>Soporte Emocional</b>	Consejo General del Trabajo Social, en colaboración con Fundación Mémora	900 102 846	Nacional	Servicio atendido por psicólogos/as especializadas de la Fundación Salud y Persona. Dirigido a profesionales de la Salud y de los Servicios Sociales Servicio gratuito a tiende 24./7 días
<b>Prevención del desgaste</b>	Center for Mindful Self-Compassion	<a href="mailto:doctora.santagata@gmail.com">doctora.santagata@gmail.com</a>	La Rioja	<a href="https://centerformsc.org/user-profile/monicasantagata/">https://centerformsc.org/user-profile/monicasantagata/</a> 15 minutos diarios de prácticas de mindfulness para personal sanitario y extra sanitario. Gratuito, grupal y online  Para recibir enlace de acceso a la sala virtual, enviar washapp +54 9 11 4490 4899
<b>Apoyo telefónico</b>	Equipo Espiral	649 463 002 <a href="mailto:info@equipoespiral.com">info@equipoespiral.com</a>	La Rioja	Dirigido a profesionales de relación de ayuda en la intervención social. Acompañamiento gratuito en esta situación de emergencia.
<b>Guía informativa</b>	Asociación Salud Mental	941 236 233 646 026 275 <a href="mailto:direccion@saludmental-rioja.org">direccion@saludmental-rioja.org</a>	Nacional	Guía Cuidados y autocuidado para las personas que trabajan en el ámbito de la salud mental. Guía para profesionales <a href="https://consaludmental.org/centro-documentacion/cuidado-autocuidado-salud-mental/">https://consaludmental.org/centro-documentacion/cuidado-autocuidado-salud-mental/</a>
<b>Asesoramiento Socio-Sanitario COVID19</b>	Farmacéuticos sin fronteras España	<a href="#">Página web</a>	La Rioja	Curso de Atención Socio-Sanitaria en COVID19 para profesionales de entidades sociales. Actividades y recursos a disposición de ONG que trabaja en el ámbito de la acción social referente al COVID19. <a href="https://farmaceuticossinfronteras.org/covid19">https://farmaceuticossinfronteras.org/covid19</a>



# Campañas antidiscriminación



Entidad	Contacto	Información
Ministerio de Sanidad	<a href="https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/20200409EstigmaPoblacion.pdf">https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/20200409EstigmaPoblacion.pdf</a>	Información antidiscriminación ante la pandemia de Covid-1
Ayuntamiento de Logroño	<a href="http://xn--logroointercultural-z3b.com/vacunate-contra-los-rumores">http://xn--logroointercultural-z3b.com/vacunate-contra-los-rumores</a>	Campaña antirumores
Red Acoge	<a href="https://www.alertadiscriminacion.org">https://www.alertadiscriminacion.org</a>	APP para acabar con la invisibilización de la discriminación que sufren a diario miles de personas en nuestro país. Cualquier persona puede informar de lo ocurrido, tanto si ha sufrido discriminación como si ha sido testigo de ella.



# Contactos para dudas y consultas sobre la Covid-19

Motivo	Teléfono
Consultas generales sobre coronavirus	941 298 333
Donaciones de material sanitario	941 298 686
Empresas que fabriquen material sanitario	941 291 936
Atención para conseguir alimentos, higiene y medicamentos:	941 294 388
Atención a la empresa riojana	941 294 200
Cruz Roja (Atención 24 horas)	941 225 212

