



GUIA DE RECURSOS I SERVEIS PER A DONES DEL PARTIT JUDICIAL DE TERRASSA
Terrassa, Matadepera, Viladecavalls, Vacarisses, Ullastrell i Rellinars

ÍNDEX

Presentació 3

- 1. Atenció integral 7
- 2. Diversitat sexual i afectiva 21
- 3. Abordatge de la violència masclista 27
- 4. Assessorament legal jurídic 47
- 5. Orientació laboral 55
- 6. Serveis d'inserció i formació ocupacional 59
- 7. Educació, capacitació i accés al coneixement 69
- 8. Participació ciutadana i associacionisme 83
- 9. Salut i qualitat de vida 89
- 10. Conciliació vida personal, familiar i laboral 103



PRESENTACIÓ

Em plau posar a les vostres mans aquesta Guia de Recursos i Serveis, una eina orientada a difondre els instruments que tenim a Terrassa i la seva àrea d'influència per defensar els drets de les dones a la seguretat, a la igualtat, a la llibertat i a la qualitat de vida. Aquesta Guia hauria de ser una anomalia, perquè no existeix un document similar per a homes, però resulta útil i necessària en la nostra societat, quan encara estem lluny d'assolir una plena i total igualtat per a les dones.

L'edició d'aquesta Guia corre a càrrec de l'Ajuntament de Terrassa i el Consell Comarcal del Vallès Occidental i s'orienta a les poblacions que pertanyen al Partit Judicial de Terrassa. En aquestes pàgines trobareu recursos i serveis adreçats específicament a les dones i d'altres que s'orienten al conjunt de la població i dels quals, òbviament, les dones també en poden ser beneficiàries. L'estructura de la informació, en nou grans apartats, cobreix àmbits com l'atenció integral, l'abordatge de la violència masclista, l'assessorament jurídic, l'orientació i inserció laboral, l'accés al coneixement, la participació, la salut, la qualitat de vida i conciliació de la vida laboral, familiar i personal...

Aquesta Guia actualitza la versió anterior i incorpora per primer cop els recursos als quals poden accedir les dones dels municipis del Partit Judicial de Terrassa que, des de desembre de 2014, i a través d'un Conveni de col·laboració per a la coordinació d'actuacions en l'àmbit d'informació i atenció a les dones, poden accedir als mateixos recursos que les dones empadronades al municipi de Terrassa.

Estic convençut que serà una eina eficaç al servei de les dones, dels equips professionals i de qualsevol persona que, en els municipis inclosos en el Partit Judicial de Terrassa, treballi en el camp de la igualtat de gènere. Aquest és el nostre compromís i el nostre objectiu: avançar cap a una societat de persones lliures, sense excepció, iguals en drets i deures i amb ple accés al benestar, al progrés i a la qualitat de vida.

Jordi Ballart i Pastor

Alcalde de Terrassa

Des del Consell Comarcal del Vallès Occidental treballem per aconseguir la igualtat de drets entre les persones i també perquè tothom, visqui al municipi que visqui, pugui gaudir dels mateixos serveis. Gràcies a la col·laboració del Consell amb l'Ajuntament de Terrassa, els serveis per a dones d'aquest consistori arriben ara als municipis del mateix partit judicial: Matadepera, Rellinars, Ullastrell, Vacarisses i Viladecavalls. Aquesta cooperació reforça l'equitat i la igualtat en el servei i garanteix una atenció integral per pal·liar l'encara existent desigualtat entre homes i dones a la nostra societat.

Són serveis adreçats a dones de qualsevol edat i en qualsevol situació que puguin necessitar assessorament, suport o orientació. En aspectes laborals, de salut, habitatge, de formació, jurídics, de voluntariat, de conciliació, afectius... I evidentment serveis específics per a la prevenció, la detecció i l'atenció en contra de la violència masclista, una xacra contra la qual cal seguir lluitant des de tots els àmbits per aconseguir una societat més justa.

Cal fer referència també, als serveis de primera acollida, de dones que arriben a la nostra comarca provinents d'altres països. Per facilitar-los la comunicació amb els professionals, el Consell Comarcal compta amb el Servei de Traducció i Interpretació per a persones nouvingudes (SeTi) que ofereix a tota la comarca per a l'atenció integral de les dones ateses.

Promoure la igualtat és una responsabilitat de totes les institucions i un deure ciutadà. Només amb un tracte igualitari i una societat lliure de prejudicis aconseguirem un futur més just per tots els homes i totes les dones.

Tenim molta feina per fer. És cert que s'estan produint canvis socials d'apoderament femení, al mateix temps que s'inclou la transversalitat de la perspectiva de gènere a les polítiques públiques amb l'objectiu d'aconseguir la igualtat en tots els àmbits. Però cal anar més enllà.

Per aquest motiu el Vallès Occidental ha fet un pas més endavant, creant una xarxa estable de treball i que posi en valor la trajectòria de tots els municipis de la comarca i que ens permeti compartir coneixements, pràctiques i recursos. Una de les tasques d'aquesta xarxa és, per exemple, l'elaboració d'un protocol comarcal per l'abordatge de la violència masclista. També en destaca la voluntat de treball conjunt per a la sensibilització a la ciutadania.

Seguirem treballant per la igualtat.

Ignasi Giménez Renom

President del Consell Comarcal del Vallès Occidental

@ignasicastellar

1. ATENCIÓ INTEGRAL

La desigualtat social entre dones i homes és un fet multidimensional que cal abordar de manera multidisciplinària, tot treballant àmbits com ara el suport psicològic i la protecció legal, entre d'altres, per tal de poder enfortir l'autonomia personal a través d'una independència econòmica que ajudi a millorar l'autopercepció de les dones fins a assolir la recuperació integral dels seus projectes vitals.

1.1

SERVEI D'INFORMACIÓ I ATENCIÓ A LES DONES DE TERRASSA- SIAD

El Servei de Polítiques de Gènere disposa del Servei d'Informació i Atenció a les Dones (SIAD). Ofereix atenció directa, específica i gratuïta a totes les dones majors d'edat de Terrassa i dels municipis del seu Partit Judicial: Matadepera, Rellinars, Ullastrell, Vacarisses i Viladecavalls.

S'atén tot tipus de qüestions relacionades amb l'exercici dels drets, s'ofereix assessorament legal en temes de dret civil, penal i de família, així com assessorament en matèria de dret laboral i seguretat social i en situacions d'assetjament moral, sexual, per raó de sexe o diversitat sexual; es presta formació i orientació per a una millor inserció laboral, es treballa la plena normalització de les diferents identitats de gènere i s'ofereix atenció psicològica per superar les situacions de violència masclista, així com acompanyament integral a les dones en el seu procés de recuperació.

Són serveis gratuïts i confidencials, atesos per professionals de diferents disciplines per donar resposta a totes les demandes, ja sigui de manera directa o per derivació i coordinació amb altres serveis municipals, comarcals, d'àmbit autonòmic o estatal.

www.terrassa.cat/dona

 Regidoria de Polítiques de Gènere

 @ajtrsgenere

Servei de Primera Acollida

Recull les demandes i facilita la informació sol·licitada i, quan és necessari, s'encarrega de la derivació de les dones a altres serveis específics, prèvia coordinació amb altres professionals.

Servei d'Assessorament Jurídic

Facilita informació general en matèria de dret civil, dret de família i dret penal per resoldre, entre altres: demandes explícites sobre separació, divorci, arrendaments, herències, filiacions, custòdies, incompliment de sentències, etc.

Servei d'Atenció Psicològica

Ofereix suport i atenció psicològica a dones que pateixen o han patit violència masclista o qualsevol tipus d'agressió sexual. Es presta atenció personalitzada i també s'organitzen grups terapèutics d'autoestima i assertivitat per reforçar els processos de recuperació.

Servei d'Orientació laboral

Facilita informació general en matèria de dret laboral per resoldre, entre d'altres: qüestions relacionades amb les discriminacions per raó de gènere en el mercat laboral, per assetjament sexual, per raó de sexe o diversitat sexual, acomiadaments, contractacions, retribucions, prestacions i subsidis, etc

Servei d'Inserció laboral

Ofereix suport individualitzat a les dones que volen incorporar-se o reincorporar-se al mercat laboral, acompanyant-les en l'elecció d'un itinerari formatiu i de reforç de competències. També organitza tallers de millora de les habilitats personals per facilitar la inserció professional.

Servei de Diversitat Sexual i Afectiva


És un punt d'informació, assessorament i acompanyament a dones lesbianes, bisexuals, trans i intersexuals.


TOTS ELS SERVEIS SÓN AMB CITA PRÈVIA

Nou de sant Pere, 36, 08221 Terrassa

Tel. 93 739 74 08 / 93 739 70 00

www.terrassa.cat/dona

 Regidoria de Polítiques de Gènere

 @ajtrsgenere

Horari:

De dilluns a dijous de 8.30 a 14.00 h. i de 16.00 a 19.00 h.

Divendres de 8.30 a 14.00 h.

A l'agost, de dilluns a divendres de 8 a 14 h.



1.2 SERVEI D'INFORMACIÓ I ATENCIÓ A LES DONES DE LA COMARCA DEL VALLÈS OCCIDENTAL

El Servei d'Informació i Atenció a les Dones (SIAD) està adreçat a les dones majors d'edat de la Comarca del Vallès Occidental. Ofereix informació dels recursos específics comarcals i fa la derivació, si s'escau, per atendre les diferents necessitats que plantegi les dones, com poden ser: assessorament legal, inserció laboral o l'atenció psicològica.

Tel. 93 727 35 34

informaciondona@ccvoc.cat

www.ccvoc.cat/consell-comarcal/serveis/area-de-benestar-social-i-educacio/



1.3 SERVEIS SOCIALS

Conjunt de serveis per a la millora de la qualitat de vida mitjançant recursos i prestacions dels sistemes públics de protecció social i prevenció. Atenen tota la ciutadania i, de manera específica: infància, adolescència, gent gran, persones amb diversitat funcional, persones migrades i altres col·lectius.

TERRASSA

Distribuïts per districtes. Cal concertar visita prèvia. En casos d'emergència atén el Servei d'Atenció Immediata -SAI.
Per accedir a les seves adreces, consulteu el 010 o les pàgines web.

Ctra. de Montcada 596 · 08223 Terrassa

Tel. 93 7315982

www.terrassa.cat/serveissocials

www.terrassa.cat/equips-basics-atenciosocial

MATADEPERA

Servei d'Orientació Jurídica i atenció psicològica. Assessoren i donen suport davant situacions de discriminació de gènere, tant en el món laboral com en el familiar. Informen de recursos i serveis públics i privats.

Fan la valoració prèvia per a la derivació al SIAD de Terrassa.

Plaça de l'Ajuntament 1 · 08230 Matadepera

Tel. 93 730 17 71

www.matadepera.cat/municipalareas/details/regidoria-benestar-social

RELLINARS

Fan la valoració prèvia per a la derivació al SIAD de Terrassa.

Plaça de l'Ajuntament s/n · 08299 Rellinars

Tel. 93 834 50 00

www.rellinars.cat/plantilla1.php?id=143849988

ULLASTRELL

Fan la valoració prèvia per a la derivació al SIAD de Terrassa.

Serra 17 · 08231 Ullastrell

Tel. 93 788 72 62

VACARISSES

Fan la valoració prèvia per a la derivació al SIAD de Terrassa.

Ctra. de la Bauma, 1 (La Fàbrica)

Tel. 93 835 90 02

www.vacarisses.cat/pl1/seu-electronica/serveis/id16/serveis-socials-i-assistencials.htm

VILADCAVALLS

Fan la valoració prèvia per a la derivació al SIAD de Terrassa.

Nou 9-14 · 08232 Viladecavalls

Tel. 93 788 71 41 – extensió 114

www.viladecavalls.cat/ajuntament-seu-electronica/serveis-municipals/serveis-a-les-persones/serveis-socials-1



1.4 PUNTS D'INFORMACIÓ JUVENIL

Ofereixen informació i assessorament sobre treball, accés a l'habitatge, educació i formació, oci i salut, activitats, viatges, mobilitat internacional, associacionisme i voluntariat i cursos d'idiomes, recull de revistes i guies per consultar, punt d'accés a Internet i wifi. Disposen de tauler d'anuncis i d'espais per poder fer deures, reunions, preparar activitats, etc. Hi ha punts itinerants d'informació a les escoles d'educació secundària.

TERRASSA- Casa Baumann

Diversitat Sexual: Assessorat

Servei de Diversitat Sexual adreçat a la població jove de la ciutat. Ofereix informació, assessorament i suport emocional a joves gais, lesbianes, bisexuals, transsexuals i intersexuals per part de professionals especialistes en identitat de gènere i diversitat sexual.

Avinguda Jacquard, 1 · 08222 Terrassa

Tel. 93 784 83 90

www.casabaumann.cat/

www.facebook.com/CasaBaumann?fref=ts

MATADEPERA - L'Hotel

Sant Isidre, 35 · 08230 Matadepera
Tel. 93 787 02 58
www.matadeperajove.cat/puntjove/puntjove.php

RELLINARS Casal de cultura - L'Escola

Plaça de l'Ajuntament, s/n 1er pis · 08299 Rellinars
93 834 50 00
www.rellinars.cat/plantilla1.php?id=128981981

ULLASTRELL- Infojove

Josep Fornells, s/n
93 730 44 38
www.ullastrell.cat/equipaments-i-serveis/serveis/17

VACARISSES - Casal Cultural: Punt de vol

Ctra. de la Bauma, 1 (La Fàbrica)
93 828 02 06
www.facebook.com/pages/Punt-de-Vol/309464952430105

VILADECAVALLS CASC URBÀ - L'Altell

Plaça de la Masia de Can Turu, s/n · 08232 Viladecavalls
www.facebook.com/PIJViladecavalls

VILADECAVALLS CAN TRIES - Centre Cívic Paco Cano

Pintor Casas, s/n Can Tries · 08232 Viladecavalls
Tel. 93 789 20 54
www.viladecavalls.cat/ajuntament-seu-electronica/serveis-municipals/serveis-a-les-persones/joventut



1.5 ALTRES ENTITATS

Algunes associacions ofereixen suport a persones en situació d'exclusió o dificultats quant a: ajuda bàsica, inserció laboral i formació, etc...

TERRASSA

Càritas Diocesana

Topete 23 · 08221 Terrassa

Tel. 93 780 87 88

www.caritasdiocesanaterrassa.cat

Punts de Suport a les famílies- PSF de Creu Roja

Fra Bonaventura Gran, 10 · 08224 Terrassa

Tel. 93 788 14 41

www.creuroja.org/AP/CM/135P171/Assemblea_Terrassa.aspx?tmp=951

ADREÇATS A TOTA LA POBLACIÓ



1.6 SEUS ELECTRÒNIQUES

Des de les seus electròniques i els taulers d'anuncis de les pàgines webs de cada Ajuntament es poden realitzar tràmits administratius, de pagament i d'accés a la informació. Alguns requereixen d'identificació electrònica.

TERRASSA

Plaça Didó 5 · 08221 Terrassa
Tel. 010 si es truca dintre del municipi
Tel. 900 922 010 fora del municipi
Tel. 93 739 70 00
<https://seuelectronica.terrassa.cat/web/seu/inici>

MATADEPERA

Plaça de l'Ajuntament 1 · 08230 Matadepera
010 si es truca dintre del municipi
Tel. 93 787 02 00
<https://seu.matadepera.cat/>

RELLINARS

Plaça de l'Ajuntament s/n · 08299 Rellinars

Tel. 010 si es truca dintre del municipi

Tel. 93 834 50 00

www.rellinars.cat/ajuntament-seu-electronica.html

ULLASTRELL

Serra 17 · 08231 Ullastrell

Tel. 010 si es truca dintre del municipi

Tel. 93 788 72 62

www.ullastrell.cat/seu-electronica

VACARISSES

Pau Casals 17 · 08233 Vacarisses

Tel. 010 si es truca dintre del municipi

Tel. 93 835 90 02

www.vacarisses.cat/seu-electronica.htm

VILADECAVALLS

Antoni Soler i Hospital 7-9 · 08232 Viladecavalls

Tel. 010 si es truca dintre del municipi

Tel. 93 788 71 41

<https://www.viladecavalls.cat/ajuntament-seu-electronica/seu-electronica>

2. DIVERSITAT SEXUAL I AFECTIVA



2.1 REGIDORIA LGTBIQ

Servei LGTBIQ d'informació, orientació, sensibilització, atenció i assessorament a la diversitat afectiva, sexual i d'identitat de gènere.

Servei d'atenció a la diversitat sexual i afectiva

Servei d'atenció a les persones i famílies Lesbianes, Gais, Bisexuals, Trans, Intersexuals i Queers i a la ciutadania en general, que té l'objectiu d'acompanyar els processos de recerca personal de la identitat sexual i de gènere i, alhora, contribuir amb formació a la normativització i sensibilització vers la realitat LGTBIQ per tal d'evitar situacions d'assetjament i conductes discriminatòries a nivell local.

Amb una seu principal i diversos punts d'atenció descentralitzats, d'una banda ofereix assessorament personalitzat a les persones i famílies LGTBIQ, a llurs entorns i a qualsevol persona interessada i, d'altra banda, és una porta d'entrada a altres recursos i serveis municipals, altres administracions, entitats i institucions.

L'atenció i assessorament, realitzada per professionals especialistes en la temàtica, es fa de manera confidencial i individual amb les persones usuàries, i també de forma grupal amb la realització de tallers, xerrades i activitats dirigides a famílies, escoles i ciutadania en general. L'assessorament inclou visites amb la persona professional experta i, si s'escau, acompanyaments.

Punts de la ciutat que ofereixen atenció i assessorament descentralitzat:

1. Edifici Glòries (seu principal del Servei LGTBIQ)

Ctra. de Montcada, 596 · 08223 Terrassa

Com contactar: LGTBQ@terrassa.cat; www.terrassa.cat/ca/igtbq

Horaris per demanar hora: De dilluns a dimecres de 8.30 a 14.30h. i de 15.30 a 18.30h, dijous de 8.30 a 14.30h i de 15.15 a 17h. Divendres de 8.30 a 14.30h.

Tel. 93 731 59 82

Fax 93 736 66 92

2. Casa Galèria (seu del Servei de Polítiques de Gènere)

Nou de Sant Pere, 36 · 08221 Terrassa

Com contactar: polgenere@terrassa.cat · www.terrassa.cat/dona

Horaris per demanar hora: De dilluns a dijous de 8.30 a 14.00h i de 16 a 19h i divendres de 8.30 a 14h.

Tel. 93 739 74 08

3. Casa Baumann (seu del Servei de Joventut)

Avinguda Jacquard, 1 · 08222 Terrassa

Com contactar: joventut.lleure@terrassa.cat · www.casabaumann.cat

Horaris per demanar hora: De dilluns a dijous de 9 a 14h i de 16 a 19h i divendres de 9 a 14h.

Tel. 93 784 83 90

Més info: www.terrassa.cat/el-pacte-dasig



2.2 ENTITATS LGTBIQ

ACORD. Assessorament, counselling, orientació, recursos LGTBIQ

Associació sense ànim de lucre que es constitueix l'any 2000 per oferir: assessorament, counselling, orientació i recursos per a (Dones) persones LGTBIQ (ACORD).

Pl del Tint, 4
Tel. 617 16 81 27
info.acord@acordlgtb.org
www.acordlgtb.org

Associació LGTBIQ de Terrassa

Associació que va néixer l'any 2013 a Terrassa per:

- Promoure la igualtat legal i social de persones gais, lesbianes, transsexuals i bisexuals.
- Garantir el dret a la diferència, lluitar contra l'homofòbia, la transfòbia, la lesbofòbia, la bifòbia i el patriarcat; i defensar i informar sobre el fet LGTBIQ.
- La coeducació social per a la normalització a la societat respecte del fet homosexual, transsexual i bisexual.

- Treballar per una cultura i una educació sexual oberta i honesta, amb presència de totes les opcions i pràctiques sexuals.
- Acabar amb la impunitat amb què s'utilitzen insults i bromes amb contingut homòfob o sexista i promoure un llenguatge no heteronormatiu ni sexista en general.

Pl del Tint, 4
Tel. 637 17 12 18
terrassa.lgtb@gmail.com
www.lgtbterrassa.org

DONA MÉS DONA Per la naturalització de la diversitat sexual

Grup de dones obert a totes les persones que vulguin colaborar per la no discriminació de les diversitats sexuals i les identitats de gènere. Aconseguir la naturalització de les diversitats sexuals a la societat. Reivindiquem la igualtat d'oportunitats de les persones LGTBIQ (lesbianes, gais, transsexuals, bisexuals, intersexuals i Queers)

Carrer Galileu, 119
Tel. 617 16 81 27
Reunions: Dimarts a les 20.30 h.
donamesdona@gmail.com

3. ABORDATGE DE LA VIOLÈNCIA MASCLISTA

La violència masclista té moltes manifestacions -algunes més visibles que d'altres- que afecten tots els àmbits personals, de parella, familiars, laborals i socials.

L'abordatge de la violència masclista es realitza a través d'accions de prevenció, detecció, atenció i recuperació de les dones que la pateixen, i hi intervenen diferents agents i serveis: d'informació, sanitaris, policials, judicials, serveis socials, educatius, associatius.... A Terrassa, tota aquesta tasca es defineix al Protocol per a l'abordatge integral de la violència masclista en l'àmbit de la parella, el qual permet la coordinació dels diferents dispositius i serveis i el seguiment integral de cada cas.

Es pot consultar el document en el següent enllaç:
www.terrassa.cat/dona, a l'apartat "Recursos Específics per a Dones"



3.1 SERVEIS D'ATENCIÓ INTEGRAL

3.1.1 SERVEI D'INFORMACIÓ I ATENCIÓ A LES DONES DE TERRASSA- SIAD

Vegeu informació SIAD a la pàgina **9**

3.1.2 SERVEIS D'ÀMBIT AUTONÒMIC I COMARCAL

CATALUNYA

Servei d'Intervenció Especialitzada- SIE

Dispositiu amb un equip multidisciplinari de professionals que ofereix atenció integral i recursos en el procés de recuperació i reparació a les dones que han patit o pateixen situació de violència, i també a llurs fills i filles.

www.terrassa.cat/altres-recursos

BARCELONA

Servei d'Atenció, Recuperació i Acollida- SARA

Servei ambulatori d'àmbit municipal, encara que no és obligatori l'empadronament, ja que poden fer-ne ús dones de Terrassa i de tots els municipis del Partit Judicial que, per raons de feina, per exemple, prefereixin ser ateses allà. Ofereix atenció específica i integral a persones víctimes de situacions de violència masclista (dones, infants i adolescents, i a persones del seu entorn proper directament afectades per aquesta violència).

Marie Curie 16 · 08042 Barcelona
Tel. 93 291 59 10
<http://w110.bcn.cat/portal/site/Dones/>

Fundació AGI

El programa d'Integració Social i Suport a les Dones- ISAD, ofereix, amb accés lliure i gratuït, una atenció integral i personalitzada a les dones i els seus fills i filles que pateixen violència masclista.

Pau Claris 138, 6è · 08009 Barcelona
Tel. 93 488 08 45
www.fundacioagi.org/index.php/ca/

L'associació ABD

Compta amb el Servei d'Atenció, Tractament i Prevenció de la Violència Familiar- LARIS

Quevedo, 2 baixos · 08012 Barcelona
Tel. 93 289 05 30
<http://abd-ong.org/mujeres/laris/>



3.2 ALTRES SERVEIS D'ATENCIÓ PSICOLÒGICA

A més del SIAD de Terrassa, les dones de Matadepera i Vacarisses també tenen l'opció de ser ateses als seus municipis prèvia valoració i derivació de Serveis Socials.

MATADEPERA

Servei d'Atenció psicològica - PsicoDona

Plaça de l'Ajuntament 1 · 08230 Matadepera

Tel. 93 730 17 71

www.matadepera.cat/municipalareas/details/regidoria-benestar-social

VACARISSES

Oficina d'Igualtat d'Oportunitats

Ctra. de la Bauma, 1 (La Fàbrica)

Tel. 93 835 90 02, ext. 204

www.vacarisses.cat/pl70/ajuntament/oficines-municipals-i-atencio-ciudadana/id8/oficina-d-igualtat-d-oportunitats.htm

Associació Grup d'atenció a dones víctimes de maltractaments- GAM VALLÉS

Ofereixen atenció psicològica individual i de grup per a la recuperació de dones víctimes de violència masclista (Terrassa)

<https://ca-es.facebook.com/gamvalles.terrassa>

CONEXUS

Programa de psicoteràpia individual i en grups d'Atenció a Mares, fills i filles que han viscut situacions de violència. Accés lliure amb copagament de 5 euros per persona i sessió.

Av. Diagonal 440, 4t 1a · 08037 Barcelona

Tel. 93 217 16 46

<http://conexus.cat/index.php?lang=cat>

3.3 SERVEIS D'INSERCIÓ LABORAL

Algunes entitats amb seu a Terrassa tenen programes específics d'inserció laboral per a dones en procés de recuperació per haver patit o estar patint violència masclista com:

- Projecte Incorpora't de Creu Roja. Servei d'intermediació laboral.
www.creuroja.org
- La Fundació Adecco té un programa específic d'inserció laboral.
www.fundacionadecco.es

3.4 RECURSOS DE SUPORT I EMERGÈNCIA

TERRASSA

Servei d'Allotjament d'Urgència- SAU

Facilita acolliment temporal a les dones sotmeses a situacions de violència de parella i a llurs infants mentre es troba una solució més ajustada i estable. S'hi accedeix per derivació des de Serveis Socials i Policia Municipal.

Telèfon d'Assistència Mòbil (TAM)

Dispositiu que gestiona Creu Roja i s'ofereix des de Serveis Socials a les dones que pateixen violència masclista perquè puguin contactar amb un servei d'emergència en cas que es trobin en un situació de perill.

S'accedeix a través de Serveis Socials i quan la dona l'activa, es posa en contacte amb un equip especialitzat que la localitza via GPS perquè pugui ser atesa pels serveis policials.



3.5 SERVEIS SANITARIS

A més de realitzar l'atenció mèdica, els serveis sanitaris elaboren un informe de lesions molt detallat que podrà utilitzar-se si s'escau en els processos judicials. També valora, amb l'equip de Treball Social, la necessitat de sol·licitar altres serveis.

3.5.1 HOSPITALS

Els hospitals disposen de Servei d'Urgències les 24 hores, al qual es pot acudir en cas de necessitar atenció mèdica o psicològica després de patir agressions o lesions.

TERRASSA

Hospital de Terrassa

Carretera de Torrebonica s/n · 08227 Terrassa

Tel. 93 731 00 07

www.cst.cat/atencio-al-ciutada

Hospital Universitari Mútua Terrassa
Plaça del Doctor Robert 5 · 08221 Terrassa
Tel. 93 736 50 50
www.mutuaterassa.cat/

3.5.2 **CENTRES D'ATENCIÓ PRIMÀRIA**

TERRASSA

CAP Terrassa Sud

Av. Santa Eulàlia s/n · 08223 Terrassa
Tel. 93 785 51 61
www.mutuaterassa.cat/ca/centres/centres-datencio-primaria-cap

CAP Rambla

Rambla d'Ègara 386-388 · 08221 Terrassa
Tel. 93 736 59 00
www.mutuaterassa.cat/ca/centres/centres-datencio-primaria-cap

CAP Terrassa Nord

Avgda. Del Vallès 451 · 08226 Terrassa
Tel. 93 731 02 68
www.cst.cat/atencio-al-ciutada/centres-assistencials/atencio-primaria/cap-terrassa-nord

CAP Sant Llàtzer

Prat de la Riba 62 · 08221 Terrassa
Tel. 93 731 01 37
www.cst.cat/atencio-al-ciutada/centres-assistencials/atencio-primaria/cap-sant-llatzer

CAP Terrassa Est

Ciudad Real 31 · 08227 Terrassa

Tel. 93 784 82 83

www.cst.cat/atencio-al-ciutada/centres-assistencials/atencio-primaria/cap-terrassa-est

CAP Terrassa Oest- La Maurina

Av. Àngel Sallent 171 · 08224 Terrassa

Tel. 93 745 52 00

www.mutuaterassa.cat/ca/centres/centres-datencio-primaria-cap

CAP Antoni Creus- Can Parellada

Itàlia 5 · 08228 Terrassa

Tel. 93 736 00 20

<http://sac.gencat.cat/sacgencat/>

MATADEPERA**CAP Matadepera**

Plaça de l'Ajuntament 2 · 08230 Matadepera

Tel. 93 787 10 55

www.cst.cat/atencio-al-ciutada/centres-assistencials/atencio-primaria/cap-matadepera

RELLINARS**Consultori Mèdic**

Plaça de l'Ajuntament s/n · 08299 Rellinars

Tel. 93 834 51 25

www.rellinars.cat

ULLASTRELL

Consultori Mèdic

Plaça Lluís Companys 1 · 08231 Ullastrell

Tel. 93 730 44 48

www.mutuaterassa.cat/ca/centres/centres-datencio-primaria-cap

VACARISSES

CAP Vacarisses

Salvador Badia s/n · 08233 Vacarisses

Tel. 93 828 02 74

www.vacarisses.cat/pl80/la-vila/telefonos-d-interes/id144/dispensari-de-vacarisses.htm

VILADECAVALLS

CAP Can Trias- Ernest Lluch

Pintor Casas s/n · 08224 Viladecavalls

Tel. 93 745 52 00

www.mutuaterassa.cat/ca/centres/centres-datencio-primaria-cap

Consultori Viladecavalls

Sant Joan s/n · 08232 Viladecavalls

Tel. 93 733 68 88

www.mutuaterassa.cat/ca/centres/centres-datencio-primaria-cap



3.6 SERVEIS DE SEGURETAT

Els cossos policials locals i autonòmics disposen d'Unitats d'Atenció a la Víctima especialitzades en violència masclista amb atenció les 24 hores. Ofereixen orientació legal sobre els drets i la possibilitat de denunciar. Poden facilitar acompanyament en els tràmits del procediment jurídic o proporcionar protecció fins que desaparegui el risc i fan seguiment dels casos.

Grup d'Atenció a la Víctima- GAV dels Mossos d'Esquadra

Abasten tots els municipis del partit judicial de Terrassa: Matadepera, Viladecavalls, Vacarisses, Ullastrell i Rellinars.

Carretera de Matadepera 272 · 08226 Terrassa

Tel. 112 / 93 734 65 00

www.terrassa.cat/es/policia

TERRASSA · Unitat d'Atenció a la Víctima- UAV de la Policia Municipal

Av. Glòries Catalanes 3 · 08223 Terrassa

Tel. 092 / 900 770 092

www.terrassa.cat/es/policia

MATADEPERA- Policia Local

Joan Paloma 1 · 08230 Matadepera
Tel. 092 / 93 787 01 35
www.matadepera.cat/entities/services

VACARISSES – Policia Local

Pau Casals, 17 · 08233 Vacarisses
Tel. 092 / 93 835 94 50
www.vacarisses.cat/pl80/la-vila/telefons-d-interes/id10/policia-local.htm

VILADECAVALLS- Policia Local

Orenetes 119 · 08224 Viladecavalls
Tel. 092 / 93 733 07 07 / 610 26 74 39
www.viladecavalls.cat/adreces-i-telefons/policia-municipal



3.7 JUTJATS

S'encarreguen de la tramitació de les denúncies i de l'inici del procediment legal (civil o penal), l'obtenció de mesures- provisionals o cautelars- així com de les ordres de protecció i/o allunyament per als agressors. Abasten tots els municipis del Partit Judicial de Terrassa.

TERRASSA- Jutjat de Violència sobre la Dona 1- VIDO

Tel. 93 693 25 83

TERRASSA- Jutjats

Rambleta del Pare Alegre, 112 · 08224 Terrassa

Jutjat d'Instrucció núm. 1 · Tel. 93 693 29 83

Jutjat d'Instrucció núm. 2 · Tel. 93 693 29 83

Jutjat d'Instrucció núm. 3 · Tel. 93 693 29 89

Jutjat d'Instrucció núm. 4 · Tel. 93 693 29 92

Jutjat de Guàrdia · Tel. 93 693 29 22

Servei d'Orientació Jurídica del Departament de Justícia i Interior- SOJ

Torn d'ofici especial per a víctimes de maltractaments
Rambleta del Pare Alegre, 112 · 08224 Terrassa
Tel. 93 733 24 10

ALTRES

Punt de Trobada Familiar de Creu Roja

Espai tutelat i acollidor per a garantir el compliment del règim de visites de menors amb membres de les seves famílies quan hi ha sentència judicial.
Fra Bonaventura Gran 10 baixos · 08224 Terrassa
Tel. 93 733 12 44
www.terrassa.cat/ca/punt-de-trobada

TELÈFONS D'EMERGÈNCIA EN CASOS DE VIOLÈNCIA

Línies d'atenció a les dones en situació de violència (servei 24 hores) que no deixen rastre a la factura telefònica.
Tel. 900 900 120 (Generalitat de Catalunya)
Tel. 016 (Estatal)

El 900 121 884 és el número d'atenció a la víctima.

El número 061- CatSalut Respon atén les 24 hores i dona atenció sanitària no presencial, ofereix consell i informació de salut.

El 112 és el número per a qualsevol emergència sanitària i de seguretat.



3.8 SERVEIS ADREÇATS A HOMES

Aquests serveis ofereixen assessorament i tractament a homes que exerceixen o han exercit violència vers la parella o ex-parella i volen canviar la seva manera de relacionar-se, allunyant-se de les conductes violentes.

BARCELONA

Servei d'Atenció a Homes per la promoció de relacions no violentes (SAH)

Poden fer-ne ús homes de Terrassa i municipis del Partit Judicial que treballin a Barcelona.

Garcilaso, 23-27 · 08027 Barcelona

Tel. 93 349 16 10

<http://w110.bcn.cat/porta/site/Dones/>

Algunes entitats estan especialitzades en aquestes teràpies per a homes:

Conexus. Accés lliure amb copagament de 5 euros per persona i sessió.

Av. Diagonal, 440, 4t 1a · 08037 Barcelona

Tel. 93 217 16 46

<http://conexus.cat>

Fundació AGI

Programa d'Atenció i Reinserció per a Homes- ARHOM. Accés lliure i gratuït.

Pau Claris, 138, 6è · 08009 Barcelona

Tel. 93 488 08 45

www.fundacioagi.org

Associació GAM VALLÉS

Presten atenció a víctimes de maltractaments: dones, homes, adolescents, infants i gen gran.

Ofereixen atenció psicològica, grups de suport i tallers de prevenció de la violència masclista.

<https://ca-es.facebook.com/gamvalles.terrassa>



3.9

SERVEIS PER ATENDRE SITUACIONS DE VIOLÈNCIA FAMILIAR

La violència filio-parental (VFP) és un conjunt de conductes reiterades d'agressions físiques, verbals i no verbals envers el pare, la mare o persones adultes que ocupen el seu lloc, i que tenen per objectiu exercir el poder i control sobre aquestes.

TERRASSA

Associació ALBA

Servei dirigit a persones que han patit episodis de violència en qualsevol àmbit (familiar, laboral, escolar) ja sigui de forma directa o bé indirecta.

Realitzen teràpies individuals, grupals, orientacions familiars, ocupacional, d' inserció laboral i de prevenció a escoles.

Plaça Doctor Robert, 1 · 08221 Terrassa

Tel. 93 731 48 45

info@aalba.org

www.alba.org

Asociación Raíces

Atenció i orientació del conflicte filio-parental.

Ofereix tractament terapèutic de la violència filio-parental, a través de sessions individuals i de la intervenció conjunta amb pares i mares i llurs fills i filles.

En el camp de la prevenció assessoren les famílies, fan difusió de la problemàtica en l'àmbit educatiu i ofereixen seguiment dels casos fins a la finalització del procés terapèutic.

Plaça de Can Palet, 1 (Centre Cívic Alcalde Morera) · 08223 Terrassa

Tels. 690 26 08 49 / 696 26 12 96

<http://asociacion-raices.org/>

asociacions.raices@hotmail.com

4. ASSESSORAMENT LEGAL JURÍDIC

4.1

SERVEI D'ASSESSORAMENT JURÍDIC DEL SIAD DE TERRASSA

Facilita informació general en matèria de dret civil, dret de família i dret penal per a resoldre, entre altres: demandes explícites sobre separació, divorci, arrendaments, herències, filiacions, custòdies, incompliment de sentències, etc.. També informa sobre com iniciar els processos legals i sobre l'accés a la justícia gratuïta, en coordinació directa amb l'Il·lustre Col·legi d'Advocats de Terrassa.

TERRASSA

ActúaVal·lès

Compta a un programa integral per a treballadores sexuals, tot oferint material de prevenció contra el VIH i atenció ginecològica. També assessora i orienta sobre temes laborals i administratius.

Plaça de Can Palet, 1 (Centre Cívic Alcalde Morera) · 08223 Terrassa

Tel. 93 727 19 00

www.actuavalles.org/

ADREÇATS A TOTA LA POBLACIÓ



4.2 PUNTS D'ORIENTACIÓ JURÍDICA MUNICIPALS- POJM

La població dels municipis del Partit Judicial de Terrassa pot accedir a aquest servei del seu municipi mitjançant valoració i derivació dels Serveis Socials. Ofereixen assessorament sobre temes civils, penals i familiars, i orienten sobre la possibilitat d'acudir als tribunals o de recórrer a les vies alternatives de resolució de conflictes. També tramiten l'assistència jurídica gratuïta.

S'exclouen les matèries vinculades al dret del treball, seguretat social i estrangeria.

TERRASSA

Servei d'Orientació Jurídica del Departament de Justícia i Interior- SOJ

L'Il·lustre Col·legi d'Advocats de Terrassa ofereix un primer assessorament en temes jurídics i laborals.

Rambla del Pare Alegre, 112 (Edifici Jutjats de Terrassa) · 08224 Terrassa
Tel. 93 733 24 10 - Cal demanar cita prèvia presencialment



4.3 ESTRANGERIA I IMMIGRACIÓ

Assessorament sobre la llei d'estrangeria, tramitació de permisos de treball, de residència, de reagrupament familiar, de nacionalitat, arrelament, i informació sobre convalidació i homologació de titulacions estrangeres, entre d'altres.

TERRASSA

Centre d'Informació per a Treballadors i Treballadores Estrangeres de Comissions Obreres CITE CCOO

Unió, 23 · 08221 Terrassa
Tel. 93 780 71 66
www.ccoo.cat/cite/index.aspx

Associació d'Ajuda Mútua d'Immigrants a Catalunya de la Unió General de Treballadors – AMIC UGT

Unió, 23 · 08221 Terrassa
Tel. 93 780 93 66
www.associacioamic.cat/web

El telèfon 012, específic per a temes d'immigració, dóna resposta a dubtes jurídics sobre empadronament, funcionament dels sistema sanitari i educatiu, associacionisme, cursos de llengua i d'altres.

La Generalitat de Catalunya té a disposició de les persones nouvingudes una web en diferents idiomes amb la informació bàsica legal i de recursos.
www10.gencat.net/WebAcollida

També a les biblioteques municipals disposen d'informació bàsica per a persones nouvingudes.
http://bibliotecavirtual.diba.cat/detall-servei/ /detall/AZ9m/SERVEI_BIBLIOTECA



4.4 HABITATGE

TERRASSA

OFIMAPE - Oficina Municipal d'Atenció a la Pobresa Energètica i Promoció Eficiència Energètica

Servei municipal d'atenció a la pobresa energètica i de promoció de l'eficiència energètica per a contribuir a millorar la qualitat de vida de les persones de la nostra ciutat i acomplir el dret als subministres bàsics: aigua, llum i gas.

Què ofereix?

- Servei d'ajuda, assessorament i acompanyament tarifari en cas de rebre un avís de tall d'aigua, llum o gas
- Servei de promoció de l'eficiència energètica a les llars, per tal de no malbaratar els recursos del planeta.
- Servei d'intervenció a les llars en situació de greu ineficiència energètica

Ctra. Montcada 596 · 08223 Terrassa

Tel. 637 31 92 83

Horari: Dilluns i divendres: de 9 a 14 h - Dimecres: de 9 a 14 h i de 16 a 18 h

Servei d'intermediació per a deutes de l'habitatge- SIDH

La Diputació de Barcelona, amb la col·laboració de l'Ajuntament de Terrassa, la Generalitat de Catalunya (Ofideute) i el Col·legi d'Advocats de Terrassa ha posat en marxa a la nostra ciutat el Servei d'Intermediació en Deutes de l'Habitatge (SIDH), que s'afegeix als recursos que ja presta l'Ajuntament des del Servei de Polítiques Socials d'Habitatge, mitjançant l'Oficina d'Intermediació Hipotecària i de Lloguer (OFIMEH-LL).

Servei que informa, assessora, dóna suport i intermèdia en matèria d'execucions hipotecàries i/o impagaments reiterats de lloguer. Prèvia derivació des dels Serveis Socials, atén tota la població de Terrassa i els municipis que formen el Partit Judicial

I també els serveis municipals:

Oficina del Deute Hipotecari i de Lloguer

Ctra. Montcada, 596 · 08223 Terrassa

Tel. 93 731 59 82 - Cal cita prèvia

www.terrassa.cat/ca/oficina-del-deute-hipotecari-i-de-lloguer

Fons de Lloguer Social d'Emergència

www.terrassa.cat/fons-de-lloguer-social-d-emergencia

Plataforma d'afectats per l'hipoteca- PAH

Ofereix assessorament i ajuda mútua per trobar suport pràctic i emocional per iniciar un procés de negociació amb les entitats financeres tot buscant solucions legals alternatives. A cada municipi pot haver-hi un grup.

5. ORIENTACIÓ LABORAL



5.1 ORIENTACIÓ LABORAL

SIAD de Terrassa Servei d'Orientació Laboral

Vegeu informació SIAD a la pàgina 9

Les centrals sindicals ofereixen assessorament gratuït a les dones afiliades sobre discriminació per raó de sexe o gènere, condicions de treball, prestacions de la Seguretat Social i situacions de violència masclista en l'àmbit laboral, a les dones afiliades.

Servei d'Informació i Assessorament a les dones en l'àmbit laboral de CCOO

Unió, 23 · 08221 Terrassa

Tel. 93 780 71 66

www.ccoo.cat/pdf_documents/2015/triptic_SIAD.pdf

Servei d'Informació i Assessorament a les dones en l'àmbit laboral d'UGT

Unió, 23 · 08221 Terrassa

Tel. 93 780 93 66

www.donesugt.org/w3/



6. SERVEIS D'INSERCIÓ I FORMACIÓ OCUPACIONAL

El treball és un mitjà per a la integració social i econòmica que permet l'autonomia individual, reforça l'autoestima personal i apodera les dones en les seves decisions vitals. No obstant això, la inserció laboral de les dones i la seva promoció, manteniment i sortida del mercat de treball, es troba encara amb nombrosos obstacles que és necessari afrontar amb tots els recursos possibles.



6.1 ORIENTACIÓ LABORAL

SIAD de Terrassa Servei d'Orientació Laboral

Vegeu informació SIAD a la pàgina 9

Fundació Adecco

Té un programa d'inserció laboral específic per a dones amb responsabilitats familiars no compartides i mares de famílies nombroses.

www.fundacionadecco.es/Candidatos/Mujeres.aspx?Modo=Accesible

ActuaVallès

Ofereix assessorament i orientació per a dones que exerceixen la prostitució.

Plaça de Can Palet, 1 (Centre Cívic Alcalde Morera) · 08223 Terrassa

Tel. 93 727 19 00

www.actuavalles.org/

Associació Catalana d'Empresàries i Executives

Ofereixen assessorament a dones emprenedores (Programa Assessorat)

www.acee.com.es/

ADREÇATS A TOTA LA POBLACIÓ



6.2 SERVEIS LOCALS D'Ocupació

Cada municipi compta amb un servei d'intermediació, orientació i inserció laboral que informa sobre el mercat de treball, gestiona borses de treball, assessora sobre l'oferta de formació i informa les persones emprenedores. Tots els municipis del Partit Judicial de Terrassa, exceptuant el de Rellinars, estan integrats en la Xarxa de Servei Locals d'Ocupació.

TERRASSA

Foment, S.A.

Orientació per a la inserció laboral, pràctiques i assessorament per a projectes empresarials. Adreçat a tothom i molt especialment a dones, joves, persones aturades de llarga durada, majors de 45 anys, dones víctimes de violència masclista, persones perceptores de la RMI i persones amb certificat de discapacitat.

Compta amb un portal on-line on, una vegada fet l'enregistrament de les dades laborals, es pot accedir a ofertes de treball de tot el territori i a l'oferta de formació per a l'ocupació pública i privada. Imparteixen formació ocupacional. www.pof.cat/

Programa Acredita't: orientació per a obtenir l'acreditació de competències professionals.

<http://acreditat.gencat.cat/ca/>

Centre col·laborador per a l'obtenció, mitjançant una prova telemàtica, del Certificat en competències tecnològiques-ACTIC (Bàsic, Mitjà i Superior). <http://acticweb.gencat.cat/ca/>

Ctra. Martorell, 95 · 08224 Terrassa

Tel. 93 789 11 11

www.terrassa.cat/foment

Oficina de Treball del Servei d'Ocupació de la Generalitat de Catalunya-SOC

Atén la població de Terrassa i del seu Partit Judicial. Ofereix orientació professional i tramitació de prestacions. Disposa d'un Portal on-line, on es troba un Cercador d'ofertes de feina i un Cercador de cursos de formació (continua i ocupacional en qualsevol modalitat: presencial, semi-presencial o a distància). També ofereix recursos on-line per a optimitzar la cerca de feina, assessorament per a l'acreditació de competències professionals (Programa Acredita't) i programes de Garantia Juvenil.
<http://garantiajuvenil.gencat.cat/>

Edisson, 9-15 · 08224

Tel. 93 733 65 90 / 93 733 65 92 / 93 733 65 93 (ofertes)- Cal cita prèvia

www.oficinadetreball.gencat.cat

MATADEPERA

Plaça Ajuntament, 1

Tel. 93 787 02 00

ULLASTRELL

www.ullastrell.cat/equipaments-i-serveis/serveis

www.vacarisses.cat/seu-electronica/serveis.htm

VILADECAVALLS

Tel. 93 788 71 41

www.viladecavalls.cat/ajuntament-seu-electronica/serveis-municipals/promocio-i-ocupacio/turisme-i-comerc/servei-local-docupacio

Hi més recursos per a la recerca de feina i creació d'empreses d'àmbit autonòmic que poden ser útils:

Porta 22- Barcelona Activa- Ajuntament de Barcelona

Plataforma multimèdia on-line per consultar perfils professionals, sectors emergents i noves ocupacions, aplicacions per orientar, avaluar i ajudar les persones en la recerca de feina. Hi ha assessorament personalitzat (sense cita prèvia) que s'ofereix per a resoldre dubtes d'orientació professional.

<http://w27.bcn.cat/porta22/cat/>

Catalunya Emprèn

Portal de creació d'empreses de la Generalitat de Catalunya, que ofereix recursos on-line.

<http://inicia.gencat.cat/inicia/cat/>

Petita i mitjana empresa a Catalunya

Assessorament per a persones emprenedores

<http://web.pimec.org/ca/avantatges/serveis-descomptes/assessorament-gratuit-per-a-persones-emprenedores>



6.3 RECURSOS D'OCCUPACIÓ DE PATRONAL I SINDICATS

TERRASSA

Fundació Cecot Persona i Treball

Servei d'intermediació laboral i de recol·locació a través de borses de treball i pràctiques en empreses. Adreçat especialment a persones amb diversitat funcional, migrades, joves entre 16 i 25 anys sense el Graduat Escolar i persones en risc d'exclusió social. També assessorament per a persones emprenedores i a empreses. Imparteixen formació ocupacional i assessorament per a l'acreditació de competències professionals (Programa Acredita't).

Sant Pau, 6 · 08221 Terrassa

Tel. 93 736 60 15

www.cecot.org

Cambra de Comerç

Ofereix un servei, previ pagament, de formació contínua i assessorament a persones emprenedores i suport a la consolidació de noves empreses. També ofereixen, gratuïtament, orientació laboral a persones joves de 16-24 anys sense feina o sense estudis a través formació i treball, pràctiques i capacitació en competències lingüístiques/tecnològiques (Programa de Garantia Juvenil).

Blasco de Garay, 29-49 · 08224 Terrassa

Tel. 93 733 98 33

www.cambraterrassa.es/ct/empreses:PortadaSeccio

CCOO i UGT

Els sindicats CCOO i UGT imparteixen formació ocupacional i contínua gratuïtes, preparen per a oposicions, orienten per a l'obtenció de l'acreditació de competències professionals (Programa Acredita't) i fan inserció laboral de persones en situació d'atur.

Comissions Obreres- CCOO: Unió, 23 · 08221 Terrassa · Tel. 93 780 71 66

Unió General de Treballadors- UGT: Unió, 23 · 08221 Terrassa · Tel. 93 780 93 66

També hi ha altres sindicats que ofereixen serveis d'informació i inserció laboral.

El Servei de Biblioteques de Terrassa disposa de guies on-line per a la recerca de treball. www.terrasa.cat/ca/la-recerca-de-treball

Red EURES

Recurs on-line per a cercar feina a Europa: cercador d'ofertes; assistent per a la redacció del C.V. (que queda a disposició d'intermediaris laborals) informació sobre l'ocupació i les condicions de vida a nivell pràctic, jurídic i administratiu.

<https://ec.europa.eu/eures/page/homepage?lang=es>

Aquest tipus d'informació també la faciliten a Terrassa, el C.I.T.E. de CCOO, l'A.M.I.C. d'UGT, la Casa Baumann i la Cambra de Comerç.

Xarxa de Serveis Locals d'Ocupació de la Diputació de Barcelona- XALOC

Integrada per molts dels Serveis Locals d'Ocupació de la província. Permet presentar la candidatura on-line a ofertes de feina de tota la comarca (és necessari inscriure's al Servei Local d'Ocupació). Ofereix recursos on-line per a buscar feina.

www.diba.cat/slo/onsom1.asp



6.4 ALTRES CENTRES DE FORMACIÓ OCUPACIONAL I CONTÍNUA

Aquesta formació no reglada està adreçada a majors de 16 anys i ofereix una oferta d'especialitats formatives molt àmplia en tots els sectors econòmics i la possibilitat de realitzar pràctiques professionals a empreses, també a l'estranger.

TERRASSA

Centre d'Innovació i Formació ocupacional- Mancomunitat Sabadell-Terrassa- CIFO del Vallès

Ofereixen orientació per obtenir l'acreditació de competències professionals (Programa Acreditat).

Ctra. N-150, km. 15 · 08227 Terrassa

Tel. 93 736 29 10

Campus Professional Vallparadís

Badalona, 1 bis · 08223 Terrassa

Tel. 93 784 76 13

www.diba.cat/web/promoeco

ActiuHumà, S.L.

Centre col·laborador per a l'obtenció, mitjançant una prova telemàtica, del Certificat en competències tecnològiques-ACTIC (Bàsic, Mitjà i Superior). <http://acticweb.gencat.cat/ca/>

Joaquim Costa, 34 · 08222 Terrassa

Tel. 93 784 15 16

www.actiuhuma.org/actiuhuma/

Autoescola Matadepera

Ctra. Montcada, 18 baixos

Tel. 93 783 56 78

<http://autoescolamatadepera.cat/>

Autoescola Vallparadís

Ctra. Montcada, 559

Tel. 93 731 02 02

www.autoescolavallparadis.com/

Fundació privada President Amat Roumens

Campioness Olímpiques, 36 · 08225 Terrassa

Tel. 93 788 36 62

www.fupar.es

Inta Informàtica, S.L.

Passeig de les Lletres, 10B · 08221 Terrassa

Tel. 93 788 62 41

<http://inta-informatica.com/index.html>

L'Estudem JBF, S.L.

Centre col·laborador per a l'obtenció, mitjançant una prova telemàtica, del Certificat en competències tecnològiques-ACTIC (Bàsic, Mitjà i Superior). <http://acticweb.gencat.cat/ca/>

Cardaire, 28-30 · 08221 Terrassa

Tel. 93 731 38 15

<http://forminet.com/webest/index.php>

Sant Domènec Sàvio. Salesians

Maria Auxiliadora, 45 · 08224 Terrassa

Tel. 93 733 60 13

<http://terrassa.salesians.cat/index.php/escola/2015-02-09-09-10-20/ocupacional>

Serveis de Formació Empresarial Egara, S.L.U.

Ausiàs Marc, 9 · 08224 Terrassa

Tel. 93 733 98 20

www.angelbuxoconsultoria.com/ca/egara-formacio

Troba Formació, S.L.

Ancianitat, 81 · 08224 Terrassa

Tel. 93 734 21 20

7. EDUCACIÓ, CAPACITACIÓ I ACCÉS AL CONEIXEMENT

Les Regidories i Serveis d'Educació de cada municipi s'ocupen d'informar sobre l'oferta de programes i centres així com de gestionar la matriculació a totes les etapes i centres educatius públics i concertats. També es pot demanar informació sobre beques i ajuts per l'estudi.



7.1 INFANTIL DE SEGON CICLE (3-6 ANYS), PRIMÀRIA, SECUNDÀRIA I BATXILLERAT

TERRASSA - Oficina Municipal d'Escolarització –OME

Sant Isidre, 5B · 08221 Terrassa

Tel. 93 739 70 30

www.terrassa.cat/educacio

www.terrassa.cat/escolaritzacio-ome

MATADEPERA

www.matadepera.cat/municipalareas/details/regidoria-ensenyament

RELLINARS*

www.rellinars.cat

ULLASTRELL*

www.ullastrell.cat/equipaments-i-serveis/serveis

VACARISSES*

www.vacarisses.cat/pl7/ajuntament/regidories/id2/ensenyament.htm

VILADECAVALLS*

www.viladecavalls.cat/ajuntament-seu-electronica/serveis-municipals/serveis-a-les-persones/ensenyament

- A més, els Centres de formació de persones adultes ofereixen una formació bàsica instrumental agrupada en tres nivells (Alfabetització, Neoelectors i Certificat) i preparen per a l'obtenció del Graduat d'ensenyament secundari obligatori (GES)
- L'Institut Obert de Catalunya (IOC) permet preparar a distància l'obtenció del Graduat d'ensenyament secundari obligatori (GES) i de Batxillerat. També es poden cursar matèries optatives d'ambdues titulacions que, per raons organitzatives, no es puguin impartir en els centres.
<http://ioc.xtec.cat/educacio/26-ioc/ioc-int/54-estudiar-a-lioc>
- L'IOC també té cursos oberts de temàtiques actuals d'aplicació a la vida diària d'una durada entre 15-20 hores d'aprenentatge col·laboratiu i convalidables per a estudiants de GES de l'IOC
<http://miniops.ioc.cat/index.html>
- La Generalitat convoca dues vegades l'any proves lliures per a l'obtenció de les esmentades titulacions.

*Seu i telèfon de l'Ajuntament



7.2 FORMACIÓ PROFESSIONAL

La formació professional està estructurada en dos cicles: Grau Mitjà (CFGM) i Grau Superior (CFGS), de manera que es pugui accedir des de diferents itineraris educatius o laborals. Només cal tenir en compte que, si no s'hi accedeix des dels estudis bàsics requerits, s'ha de fer un curs o prova d'accés i aquest és un procés que ocupa tot un curs acadèmic.

D'altra banda, per a joves entre 16-21 anys que no han obtingut el títol d'ESO existeixen els programes de Formació i Inserció (PFI) i Transició al Treball (PTT)
http://ensenyament.gencat.cat/web/.content/home/departament/publicacions/guies_estudis/guia_pfi_centres.pdf

Per a conèixer els centres educatius que imparteixen Formació Professional als municipis del Partit Judicial, cal adreçar-se als serveis d'educació de cada municipi. Els diferents centres de formació fan assessorament sobre quins estudis triar i la seva convalidació i reconeixement de competències professionals.

TERRASSA- Servei d'educació

La rasa, 24 · 08221 Terrassa

Tel. 93 780 35 11

www.terrassa.cat/fp

www.terrassa.cat/oferta-fp-terrassa

www.terrassa.cat/ptt

- Els Centres de formació de persones adultes també preparen els cursos i proves d'accés a cicles formatius de Grau Mitjà i Grau Superior de Formació Professional.
- L'Institut Obert de Catalunya (IOC) permet preparar a distància diferents títols de formació professional de Cicle Mitjà i Superior i el curs i prova d'accés per als cicles de Formació Professional de Grau Superior (CFGS) <http://ioc.xtec.cat/educacio/cicles-formatius>
- La plataforma Educacionline ofereix cursos de formació superior equiparables a la Formació Professional de Grau Superior, els quals permeten obtenir un títol d'extensió universitària de la Universitat Oberta de Catalunya (UOC).
www.educacionline.com/cursos/



7.3 UNIVERSITAT

Terrassa és la segona ciutat universitària de Catalunya, compta amb 5 universitats que ofereixen més de 100 titulacions en sectors estratègics de futur, algunes d'elles úniques en tot el sistema universitari català i altres de més tradicionals.

TERRASSA

Campus Universitari de la Universitat Politècnica de Catalunya

www.terrassa.upc.edu/

Universitat de la gent gran

Estudis de nivell universitari per a persones majors de 55 anys sense necessitat de titulació prèvia.

Campus de Terrassa. Edifici Tr10.

Colom, 2. Planta 1a.

Tel. 93 739 86 71

www.terrassa.cat/universitat-de-la-gent-gran-de-terrassa

www.upc.edu/aprendre/estudis/altra-oferta-formativa

Educació a distància

Tant la Universitat Oberta de Catalunya (UOC) com la Universitat Nacional a Distància (UNED) ofereixen graus i postgraus, màsters i doctorats. També preparen els cursos i proves d'accés a la Universitat 25/45 anys. Ambdues compten amb seus de suport a Terrassa.

Carrer Colom, 114 (Edifici Vapor Universitari) · 08222 Terrassa

UOC Tel. 93 733 92 00

<http://estudis.uoc.edu/ca/estudia-a-la-uoc>

<http://www.uoc.edu/portal/ca/territorial/seus/barcelona/uocterrassa>

UNED Tel. 93 369 80 59

<http://portal.uned.es>

· Els Centres de formació de persones adultes* preparen per a les proves d'accés a la universitat per a majors de 25 i 45 anys.

· L'Institut Obert de Catalunya (IOC) permet preparar a distància la prova d'accés a la universitat.
<http://ioc.xtec.cat/educacio/noreglada-proves-daccess-universitat>

· La plataforma Educacionline prepara per la prova d'accés a la Universitat per a majors de 25.
<http://www.educacionline.com/ca/acceso-universidad-mayores-25/>

Què i per què estudiar a les universitats catalanes?

Recurs on-line amb informació per facilitar la tria dels estudis universitaris (oficials de grau i màster) a Catalunya. També informa sobre beques i recursos per a la inserció laboral, l'auto ocupació, estudis o pràctiques a l'estranger i col·legis i associacions professionals.

<http://aplicacions.universitats.gencat.cat>

*Consulteu l'apartat 6, Servei d'inserció i formació ocupacional.

7.4 CAPACITACIÓ EN IDIOMES, TECNOLOGIES I MATÈRIES ARTÍSTIQUES



ESPECÍFICS PER A DONES

TERRASSA

Escola municipal La Llar

Curs de competències bàsiques per a dones immigrants- BADI

Adreçat a dones immigrants. A partir de l'incentiu de la formació tecnològica en confecció, es pretén reforçar la formació bàsica, el coneixement de l'idioma i la nostra cultura.

Sant Isidre, 1 · 08221 Terrassa

Tel. 93 788 18 86

www.terrasa.cat/escolalallar

Càritas Diocesana de Terrassa

Programa d'alfabetització bàsica per a dones estrangeres.

Topete 23 · 08221 Terrassa

Tel. 93 7808788

www.caritasdiocesanaterrassa.cat



ADREÇATS A TOTA LA POBLACIÓ

TERRASSA

Escola municipal d'Art i Disseny

Cursos d'arts plàstiques en nivells d'iniciació i d'especialització. També realitzen conferències, concursos i exposicions.

Colom, 114 (Edifici Vapor Gran) · 08222 Terrassa

Tel. 93 785 00 70

www.terrasa.cat/estudis-artistics

www.artidisseny.com/category/activitats/

Escola municipal La Llar

Cursos monogràfics d'artesanies, cuina, belles arts i confecció tèxtil.

Sant Isidre 1 · 08221 Terrassa

Tel. 93 788 18 86

www.terrasa.cat/ensenyaments-no-reglats

Centre de Normalització Lingüística -CNL Terrassa i Rubí

Abasta els municipis del Partit Judicial de Terrassa. Aprenentatge del català en tots els nivells i modalitats inclòs el Centre Obert per a l'autoaprenentatge. També programa "Voluntariat per la Llengua" (parelles lingüístiques per conversar) i l'espai SISA (Sessions Inicials de Suport de l'Aprenentatge) per a l'acolliment lingüístic permanent de persones immigrades.

Sant Quirze, 2 · 08221 Terrassa

Tel. 93 731 79 08

www.cpnl.cat/xarxa/cnlterrassa/

Escola Oficial d'Idiomes- EOI

Abasta els municipis del Partit Judicial de Terrassa. Aprenentatge de l'alemany, l'anglès, l'àrab, el francès i l'italià en tots els nivells i modalitats.

Vic, 3 (Can Jofresa) · 08223 Terrassa

Tel. 93 786 11 00

www.xtec.cat/eoiterrassa/

- L'Institut Obert de Catalunya (IOC) permet preparar a distància el pla d'estudis d'anglès de les Escoles Oficials d'Idiomes.

<https://ioc.xtec.cat/educacio/idiomes>

- La Universitat Oberta de Catalunya (UOC) té una escola de llengües a distància.

[www.uoc.edu/portal/ca/escola-de-](http://www.uoc.edu/portal/ca/escola-de-llengues/coneix/index.html)

[llengues/coneix/index.html](http://www.uoc.edu/portal/ca/escola-de-llengues/coneix/index.html)

- La Universitat Nacional d'Educació a Distància (UNED) disposa d'un centre de formació en idiomes a distància

<http://portal.uned.es>

- En alguns Punts d'informació juvenil i Casals de cultura també es pot accedir a cursos d'idiomes i informàtica.

- Creu Roja, Càritas i l'Ateneu Candela (www.ateneucandela.info) també ofereixen cursos inicials de català i castellà.

Adultes

Formació en idiomes català, castellà, francès i anglès i en informàtica COMPETIC, cursos anuals presencials de 105 hores de durada i de 4 nivells (inicial, 1, 2 i 3). També s'organitzen monogràfics, tallers, xerrades i visites.

Per consultar l'oferta concreta de cada centre, adreueu-vos a aquest enllaç, on hi ha díptics informatius, o a la pàgina web de cada centre.

www.terrassa.cat/formaciopermanent

TERRASSA

CFA Ègara (Edifici Ègara)

Plaça de la Immaculada, 4 · 08226 Terrassa

Tel. 93 785 76 40

www.xtec.cat/cfaegara/

CFA Ègara (Edifici Ca'n Anglada)

Jacint Elías 147 · 08222 Terrassa

Tel. 93 786 13 58

www.xtec.cat/cfaegara/

CFA La Llar (Escola municipal)

Sant Isidre 1 · 08221 Terrassa

Tel. 93 788 18 86

www.terrassa.cat/escolalallar

CFA Ramón Llull

És el centre de suport per a l'obtenció del Graduat en educació secundària (GES) de l'IOC per a Terrassa i àrea d'influència. També, mitjançant una prova telemàtica, es pot obtenir el Certificat en competències tecnològiques-ACTIC (Bàsic, Mitjà i Superior).

<http://acticweb.gencat.cat/ca/>

Atenes, 59 (cant. Mallorca) · 08224 Terrassa

Tel. 93 788 79 49

www.xtec.cat/cfa-ramonllull/

CFA Anna Murià

Terque, 76 · 08225 Terrassa

Tel. 93 780 14 09

<http://cfaannamuria.cat/>

CFA Salvador Espriu

Badalona, 1 bis (Edifici Campus Professional

Vallparadís) · 08223 Terrassa

Tel. 93 784 76 13

www.cfasalvadorespriu.com/

A més, recordem que els Centres de formació de persones adultes ofereixen formació bàsica instrumental, preparen per a l'obtenció del Graduat d'educació secundària (GES), per a les proves o cursos d'accés a la Formació Professional de Grau Mig i Superior i per les proves d'accés a la universitat per a majors de 25 i de 45 anys.

7.4.1 XARXA DE BIBLIOTEQUES MUNICIPALS

Ofereixen tallers d'intercanvi lingüístic i conversa de la mà d'associacions: APRENEM (diferents idiomes), JUNTS (català) i XERREM (català). També ofereixen clubs de lectura per a nivells avançats d'anglès i francès.

Formació d'iniciació a la informàtica i Internet a les aules Puntxarxa o en parella TIC (adreçat a persones adultes guiades per una persona voluntària). També disposen d'accés gratuït a Internet.

Per a consultar l'oferta concreta adreceu-vos a la pàgina web de cada centre.

D'altra banda, les Biblioteques faciliten l'accés a la cultura de les persones amb mobilitat reduïda i discapacitat visual a través del préstec a domicili, llibres de lletra gran i de lectura de fàcil, audiollibres i pel·lícules amb audiodescripció. A més, permeten fer gran quantitat de tràmits en línia <http://bibliotecavirtual.diba.cat/tramits-en-linia>

També organitzen activitats per a persones adultes i infants, com ara: xerrades, cursos de temàtiques diverses, animació a la lectura, etc. L'agenda d'activitats es pot consultar o a la pàgina web de cada centre.

TERRASSA

Per a consultar l'oferta concreta, adreceu-vos a aquests enllaços, on hi ha díptics informatius o a la pàgina web de cada centre.

www.terrassa.cat/aprenentatge

www.terrassa.cat/ca/activitats-biblioteques

Biblioteca Central

Disposa d'un ordinador per a persones invidents o amb visió reduïda. Per poder garantir la seva disponibilitat es recomana reservar hora.

Passeig de les Lletres, 1 · 08223 Terrassa

Tel. 93 784 76 13

www.terrassa.cat/bct

Biblioteca Districte 2

Sant Cosme, 157 · 08222 Terrassa

Tel. 93 786 91 62

www.terrassa.cat/bd2

Biblioteca Districte 3

Germà Joaquim, 66 · 08223 Terrassa

Tel. 93 739 70 14

www.terrassa.cat/bd3

Biblioteca Districte 4

Disposa d'una tele-lupa que permet ampliar el text de qualsevol tipus de document i veure'l en pantalla.

Infant Martí, 183 · 08224 Terrassa

Tel. 93 739 74 23

www.terrassa.cat/bd4

Biblioteca Districte 5

Jocs Olímpics, 7 · 08225 Terrassa

Tel. 93 735 09 27

www.terrassa.cat/bd5

Biblioteca Districte 6

Rambla de Francesc Macià, 193 · 08226 Terrassa

Tel. 93 739 74 20

www.terrassa.cat/bd6

MATADEPERA- Biblioteca Àngel Guimerà

Pere Aldavert, 4 (Casal de Cultura) · 08230 Terrassa

Tel. 93 730 01 92

7.4.2 ESCOLES MUNICIPALS DE MÚSICA

Ofereixen estudis no reglats de nivell bàsic per a infants (7 a 12 anys), joves i persones adultes (+13 anys) i cursos de formació complementària.

TERRASSA

www.terrassa.cat/escolademusica

MATADEPERA · Escola de Música Frederic Mompou

Plaça Sant Jordi (cantonada amb Jaume Faura)

Tel. 93 730 02 52

VACARISSES · Escola de música

Ctra. de la Bauma, 1 (La Fàbrica)

Tel. 93 828 06 60

VILADECAVALLS · Escola de Música Pau Casals

Plaça Coronel Busquets, s/n

Tel. 93 734 19 50

8. PARTICIPACIÓ CIUTADANA I ASSOCIACIONISME

Les entitats i associacions, siguin o no de dones, abasten àmbits on la visió i aportació de les dones és fonamental per a desenvolupar activitats i millores en la vida de la ciutat: associacions de veïns i veïnes, esportives, culturals, de gent gran, professionals, de solidaritat, etc. constitueixen les branques des d'on treballar el valor de la igualtat. Des de les administracions públiques es tracta de promoure el dinamisme social que aporten les associacions i entitats a través de la seva difusió i de suport tècnic (assessorament sobre subvencions i formació).

8.1

ENTITATS I ASSOCIACIONS



ESPECÍFICS PER A DONES

Les entitats i grups de dones són un medi ric i variat per facilitar la participació política, sociocultural i identitària de les dones. El treball col·lectiu i en xarxa genera unes sinèrgies d'apoderament i de sororitat entre dones que s'escampen per totes les facetes de les seves vides.

TERRASSA · Grups i entitats de dones

Es poden consultar a la pàgina web de l'Ajuntament o adreçant-se a la Regidoria de Polítiques de Gènere.

www.terrassa.cat/suport-tecnic-i-formatiu-per-a-la-creacio-i-la-gestio-d-entitats

www.terrassa.cat/directori-de-grups-de-dones-i-associacions-per-a-la-igualtat-de-genero

MATADEPERA · Dones d'avui de Matadepera- DAMA

<http://dama.matadeperaentitats.cat/>

VACARISSES · Associació de dones de Vacarisses

www.vacarisses.cat

VILADECAVALLS- Associació grup de dones de Can Trias

www.viladecavalls.cat/adreces-i-telefonos/associacio-grup-de-dones-de-can-trias

ADREÇATS A TOTA LA POBLACIÓ



Els directoris d'entitats es poden consultar a les pàgines webs dels ajuntaments o adreçant-se als serveis de cada Ajuntament.

TERRASSA

www.terrassa.cat/entitats-i-associacions

MATADEPERA

<http://matadepera.ppe.entitats.diba.cat/benvinguda/>

RELLINARS

www.rellinars.cat/el-municipi/guia-del-municipi/entitats.html

ULLASTRELL

www.ullastrell.cat/directori/entitats

VACARISSES

www.vacarisses.cat/la-vila/directori/directori-entitats.htm

VILADECAVALLS

www.viladecavalls.cat/adreces-i-telefonos/associacions



8.2 VOLUNTARIAT

El voluntariat no només aporta un servei a la comunitat, sinó que suposa un enriquiment integral de la persona, ja que teixeix xarxa, desenvolupa habilitats i fa Currículum. L'acció voluntària es desenvolupa pràcticament en tots els àmbits temàtics.

Per a més informació, cal consultar plataformes concebudes per a canalitzar aquesta activitat:

Portal de la Generalitat: www.voluntariat.org

Federació Catalana de Voluntariat: www.voluntaris.cat

Fundació Hazlo possible: www.hacesfalta.org

Una altra opció és adreçar-se directament a les àrees de participació municipals o a les institucions i associacions.

TERRASSA · Coordinadora de voluntariat d'entitats terrassenques

Blasco de Garay, 51 · 08224 Terrassa

Tel. 93 7834536

<http://covet.terrassa.net/>

Recordem que les Biblioteques municipals, Centres de normalització lingüística, Hospitals, Protecció civil, moltes associacions, etc...tenen programes de voluntariat.

ADREÇATS A TOTA LA POBLACIÓ



8.3 EQUIPAMENTS CÍVICS

Complementaris a la participació ciutadana, tenen com a finalitat enfortir els moviments associatius i la dinamització social i cultural del conjunt d'entitats i associacions. Faciliten l'espai físic i acullen programes, activitats i serveis per a les persones de totes les edats. Els centres es poden consultar a les pàgines webs dels Ajuntaments.

TERRASSA

www.terrassa.cat/equipamentscivics

MATADEPERA · Casal cultural

Pere Aldavert, 4 (Casal de Cultura) · 08230 Matadepera

Tel. 93 730 00 13

www.matadepera.cat/municipalareas/details/casal-cultura

RELLINARS · Casal cultural L'Escola

Plaça de l'Ajuntament, s/n · 08299 Matadepera

Tel. 93 834 50 00

www.rellinars.cat

ULLASTRELL · Casa de cultura

Josep Fornell, s/n

www.ullastrell.cat/equipaments-i-serveis/equipaments/13

VACARISSES · Casa de cultura

Oms, 1

Tel. 93 835 90 02

www.vacarisses.cat/pl72/la-vila/equipaments/id14/casal-de-cultura.htm

VILADECAVALLS · Centre Cívic Paco Cano

Pintor Casas, s/n · 08232 Viladecavalls

Tel. 93 789 20 54

www.viladecavalls.cat/adreces-i-telefonos/centre-civico-paco-cano

9.

SALUT I QUALITAT DE VIDA

L'Organització mundial de la salut (OMS) defineix la salut com l'estat de complet benestar físic, mental i social, i no sols l'absència d'afeccions o malalties.

Per a poder atendre aquesta concepció integral de salut amb una perspectiva de gènere, cal centrar-se en les necessitats pròpies de les dones i en les formes específiques en què es manifesten les malalties comunes a ambdós sexes, aspecte aquest últim que encara està poc estudiat científicament.

9.1

SERVEIS D'ATENCIÓ PSICOLÒGICA

Els Serveis d'Atenció Psicològica, atesos per equips de psicòlogues especialitzades en gènere, treballen de manera individual i en grup l'enfortiment dels recursos personals de les dones (habilitats socials, comunicació assertiva, etc...) , per tal de fomentar la seva autonomia i qualitat de vida, així com el reconeixement i la defensa del seus drets dintre del procés de recuperació per violència masclista.

TERRASSA · Servei d'Atenció Psicològica del SIAD

Ofereix suport i atenció psicològica a dones que pateixen o han patit violència masclista o qualsevol tipus d'agressió sexual. Es presta atenció personalitzada i també s'organitzen grups terapèutics d'autoestima i assertivitat per a reforçar els processos de recuperació.

Nou de sant Pere, 36 · 08221 Terrassa

Tel. 93 739 74 08

www.terrassa.cat/serveis-d-informacio-i-atencio-a-les-dones

MATADEPERA- Servei d'Atenció psicològica- PsicoDona

Cal derivació des de Serveis Socials

Plaça de l'Ajuntament, 1 · 08230 Terrassa

Tel. 93 730 17 71

www.matadepera.cat/municipalareas/details/regidoria-benestar-social

VACARISSES- Oficina d'Igualtat d'Oportunitats

Cal derivació des de Serveis Socials

Ctra. de la Bauma, 1 (La Fàbrica)

Tel. 93 835 90 02

www.vacarisses.cat/pl70/ajuntament/oficines-municipals-i-atencio-ciudadana/id8/oficina-d-igualtat-d-oportunitats.htm

El Consorci Sanitari de Terrassa- CST, que integra tots els nivells d'assistència (primària, hospitalària i sociosanitària), l'Institut Català de la Salut- ICS, els Centres d'Atenció Primària, els CAPS de cada municipi i algunes entitats, s'encarreguen de les especialitats d'Obstetrícia, Ginecologia i dels programes d'educació sanitària per a l'educació sexual, maternal, el post-part i el suport d'alletament matern.

Els centres sanitaris de la ciutat són assignats per àrea d'influència. Podeu consultar el centre que us pertany trucant al 010 o al apartat 7 de aquesta guia.

Altres recursos d'interès

Algunes associacions específiques de dones i salut han desenvolupat un important coneixement de algunes malalties i compten amb recursos o informació interessant com ara:

Associació de mares Doules

Maternitat fora de l'entorn sanitari (Terrassa)

www.maresdoules.com/ca/inici

Existeixen grups de suport a l'alletament on poder compartir les vivències, dubtes i dificultats de mares, parelles i famílies sobre l'alletament natural.

Acaronar, Grup de suport a l'alletament matern (Terrassa)

www.acaronar.com/web/

Do de mare, Associació per l'alletament matern (Terrassa)

www.dodemare.com

Alleta'm (Vacarisses)

www.vacarisses.cat/pl105/la-vila/directori/directori-entitats

Comissió Dones i disCapacitats de la Taula de Discapacitat i l'Associació de dones amb i sense diversitat funcional de Terrassa

Tenen com a objectiu la igualtat d'oportunitats per a totes les dones

<https://donesambcapacitats.wordpress.com/>

Grup Àgata- Associació catalana de dones afectades de càncer de mama (Barcelona)

Compta amb informació especialitzada

www.grupagata.org/ca/

ADREÇATS A TOTA LA POBLACIÓ



9.2 ESPECÍFICS PER A POBLACIÓ GRAN

Els aspectes psicosocials i relacionals tenen molt a veure amb l'estat de salut. El procés d'envelliment no té perquè conduir a l'aïllament sinó que – sempre que sigui possible- s'ha de continuar amb una vida activa, entenent l'envelliment actiu com el procés d'optimització de les oportunitats de participació, salut i seguretat.

Els diferents serveis de Gent Gran o Serveis Socials dels Ajuntaments s'encarreguen de la programació d'activitats amb aquest objectiu i també de gestionar ajuts com els Serveis d'atenció domiciliària (SAD), Serveis de Teleassistència, Centres de dia, Habitatges tutelats, etc.

Així mateix, els Casals de Gent Gran, Casals de Cultura o Centres Cívics actuen com a recursos polivalents, sobretot als municipis del Partit Judicial, on faciliten l'accés a informació i recursos per l'oci de tota la població.

TERRASSA · Promoció de la gent gran i Casal de Gent Gran Anna Murià

Es poden consultar la resta de Casals de Gent Gran i les entitats de gent gran al següent enllaç:

www.terrassa.cat/entitats-de-gent-gran

Sant Ildefons, 8 · 08221 Terrassa

Tel. 93 788 33 33

www.terrassa.cat/gentgran

MATADEPERA · Casal de Gent Gran

Carretera de Terrassa, 35 · 08230 Matadepera

Tel. 93 787 17 69

www.matadepera.cat/municipalareas/details/gent-gran

RELLINARS · Casal de Cultura L'Escola

Plaça de l'Ajuntament, s/n

Tel. 93 834 50 00

www.rellinars.cat

ULLASTRELL- Casal Cultural

Josep Fornell, s/n · 08231 Ullastrell

Tel. 93 733 10 51

www.ullastrell.cat/equipaments-i-serveis/equipaments/13

VACARISSES · Casal de Gent Gran

Salvador Badia, 1 bis

Tel. 93 828 10 30

www.vacarisses.cat/pl7/ajuntament/regidories/id4/gent-gran.htm

VILADECAVALLS · Centre Cívic Paco Cano

Pintor Casas, s/n (Can Tries) · 08232 Viladecavalls

Tel. 93 789 20 54

www.viladecavalls.cat/ajuntament-seu-electronica/serveis-municipals/serveis-a-les-persones/serveis-socials-1/serveis/gent-gran-1

Recordeu també els serveis que ofereixen les Biblioteques, els Centres de formació de persones adultes, les Escoles municipals de caire artístic o musical, els programes de voluntariat, les associacions o entitats de tota mena de la ciutat, les plataformes per a la formació a distància com l'IOC, la UOC, UNED, etc.

ADREÇATS A TOTA LA POBLACIÓ



9.3

ADREÇATS A TOTA LA POBLACIÓ

A continuació es poden trobar referències de serveis municipals i entitats que treballen en diferents àmbits de gran incidència relacionats amb la salut

TERRASSA

Servei de Salut i Comunitat

Té com a missió millorar l'estat de salut de la població facilitant l'adquisició i el manteniment d'estils de vida saludables.

Per a aconseguir-ho posa a disposició de la ciutadania diversos plans i activitats destinats a promoure l'adopció d'estils de vida saludable en diferents àmbits: educatiu, sociosanitari i comunitari

Carretera de Montcada, 596 · 08223 Terrassa

Tel. 93 731 59 82- Cal cita prèvia

salutcomunitaria@terrassa.cat

www.terrassa.cat/salut

Consulta sexual i ginecològica- CAP Sant Llàtzer

Servei gratuït i de lliure accés per a tota la població de Terrassa i de la seva àrea de influència. Ofereix assessorament i assistència mèdica en matèria d'anticoncepció, ginecologia i sexualitat. Hi ha 4 programes específics: Programa jove (fins als 26 anys); Programa Dona (dones que exerceixen la prostitució); Programa immigrants (dones novingudes) i Programa sex (tota la població amb algun problema de salut sexual).

Riba, 62 · 08221 Terrassa

Tel. 93 731 01 37

www.cst.cat/atencio-al-ciutada/centres-assistencials/atencio-primaria/cap-sant-llatzer

ActúaVallès

Associació sense ànim de lucre que treballa en la prevenció de les malalties de transmissió sexual, especialment de la SIDA. Fan la prova del VIH de manera gratuïta i confidencial. Per a dones que exerceixen la prostitució s'ofereix també atenció ginecològica.

Plaça de Can Palet, 1 (Centre Cívic Alcalde Morera) · 08223 Terrassa

Tel. 93 727 19 00

www.actuavalles.org

Sobre sexualitat, també es poden consultar recursos on-line, especialment adreçats a gent jove, que ofereixen informació d'una manera senzilla i directa.

www.centrejove.org/info_cjas/qui_som.html (permet fer consultes on-line)

<http://sexejoves.gencat.cat/ca>

www.nibellanibestia.org

Oncolliga

Ofereix atenció psicosocial a la persona diagnosticada d'una malaltia oncològica i a la seva família, alhora que fan divulgació, prevenció i rehabilitació.

Salmerón, 100 · 08222 Terrassa

Tel. 93 736 14 34

www.oncolliga.cat/

Oficina de Capacitats diverses i Accessibilitat

Assessora, informa i orienta sobre serveis, recursos i prestacions a persones amb discapacitat, familiars, professionals, persones cuidadores, administracions, institucions, entitats i associacions de la ciutat. Per a la resta dels municipis del Partit Judicial, cal adreçar-se a Serveis Socials respectius.

Carretera de Montcada, 596 · 08223 Terrassa

Tel. 93 731 59 82- Cal cita prèvia

www.terrassa.cat/punt-municipal-d-atencio-a-la-discapacitat

Servei de Valoració i Orientació a Persones amb Discapacitat- CAD

Informació, valoració i orientació de persones (infants i persones adultes) amb discapacitat física, sensorial i psíquica (intel·lectual i derivada de malaltia mental) per a la població de tot el Vallès Occidental.

Prat de la Riba, 30-32 · 08222

Tel. 93 785 83 00

9.3.1 SALUT MENTAL

L'accés a l'atenció especialitzada en salut mental es realitza a través de la derivació del metge o metgessa de capçalera. A Terrassa tant el Consorci Sanitari de Terrassa com l'Hospital Universitari Mútua Terrassa presten aquest servei.

A més a més els serveis d'urgències d'ambdós hospitals disposen d'atenció psiquiàtrica les 24 hores del dia tots els dies de la setmana. L'especialista en psiquiatria atén les persones que ho precisin segons els protocols del servei d'urgències.

Les associacions de suport i ajuda mútua han desenvolupat un important coneixement de les malalties o problemàtiques més esteses a la població general i compten amb recursos o informació interessants com:

Salut Mental Terrassa

Associació que treballa amb l'objectiu de contribuir a la millora de la qualitat de vida , la no discriminació i la igualtat d'oportunitats de les persones amb problemes de salut mental i de les seves famílies .

Martí Diez, 7, 1r 2a

Tel. 93 780 93 29

Dimecres de 10.30 a 12.30 i dijous de 18.00 a 20.00h

salutmentalterrassa@gmail.com

9.3.2 ATENCIÓ A LES DROGODEPENDÈNCIES

Per a la prevenció, tractament i reinserció sociolaboral de les persones que presenten problemes derivats del consum de drogues, es pot recórrer a:

Centre d'Atenció i Seguiment a les Drogodepen- dències (CAS) Terrassa.

Ofereixen atenció especialitzada en problemàtiques relacionades amb el consum de drogues.

Zona d'atenció: Terrassa, Matadepera, Sant Quirze, Vacarisses, Viladecavalls i Ullastrell.

Es pot accedir per iniciativa pròpia o per derivació del metge o metgessa de capçalera o especialista.

Sant Cristòfol, 60 · 08221 Terrassa

Tel. 93 736 50 50

www.mtuaterrassa.cat/assistencial/ca/assistencia/hospital/menu-salut-mental/drogodependencies/centre-atencio-i-seguiment-terrassa

AIDE (Associació d'intervenció en drogodependències d'Ègara)

Carretera de Montcada, 487 local 1 · 08222 Terrassa

Tel. 93 785 77 44

<http://aide.terrassa.net/>

Associació d'ajuda i tractament de les addiccions- ALBA

Plaça del Doctor Robert, 1 · 08021 Terrassa

Tel. 93 731 48 45

www.aalba.org/alba/

El número 061- CatSalut Respon, dona atenció sanitària no presencial, ofereix consell i informació de salut les 24 hores

El 112 és el número per a qualsevol emergència sanitària i de seguretat.



9.4

ACTIVITATS ESPORTIVES

El valor de l'esport, més enllà dels beneficis per a la salut física i psicosocial, està en el seu potencial educatiu. A través de l'esport, es transmeten valors com el de la igualtat, es reproduïxen o trenquen estereotips com els de gènere i es dona visibilitat i reconeixement social a les dones. Per això és tan important augmentar la seva participació en qualsevol tipus d'esport i a tots els nivells.

Algunes entitats esportives o d'oci organitzen activitats esportives adreçades específicament a dones.

D'altra banda, hi ha entitats esportives que contribueixen a tractar algunes malalties o discapacitats a través de l'esport.

Per a informar-se'n cal adreçar-se a les àrees d'esports municipals o als poliesportius.

TERRASSA- Esports

Font Vella, 28 · 08221 Terrassa

Tel. 93 783 27 11

www.terrassa.cat/activitats-esportives1

MATADEPERA- Esports*

Pompeu Fabra, s/n (Camp de golf) · 08230 Matadepera

Tel. 93 730 03 97

www.matadepera.cat/municipalareas/details/regidoria-esports

RELLINARS- Esports*

www.rellinars.cat/plantilla1.php?id=1304495181

ULLASTRELL- Esports*

www.ullastrell.cat/ajuntament/regidories

VACARISSES- Esports*

www.vacarisses.cat/pl7/ajuntament/regidories/id3/esports.htm

VILADECAVALLS- Esports*

www.viladecavalls.cat/ajuntament-seu-electronica/serveis-municipals/serveis-a-les-persones/esports

10. CONCILIACIÓ VIDA PERSONAL, FAMILIAR I LABORAL

El temps és un bé escàs. Per això cal organitzar-lo i distribuir-lo, políticament a les ciutats, democràticament a les famílies i de manera negociada a les empreses.

Els treballs de cura de les persones dependents (menors, gent gran, persones malaltes, persones discapacitades, etc...) o les tasques derivades de la pròpia autoreproducció s'han de pagar o cobrir a través de les xarxes informals o familiars. Les dones han assumit històricament aquest treball a canvi de negar o reduir la seva participació laboral, política, associativa, formativa o d'oci, i per això, cada vegada és més necessari trobar fórmules de distribució i repartiment equitatiu dels temps de treball, de cura, familiar i personal per a tothom.



10.1 EDUCACIÓ INFANTIL DE PRIMER CICLE (0-3 ANYS)

Encara que aquests recursos no estan concebuts amb la finalitat de conciliar el temps de treball amb les famílies, ja que compten amb un valor educatiu propi (i la seva programació curricular ha de trobar-se homologada per la Generalitat de Catalunya), constitueixen de fet la principal dispositiu de cura i socialització de l'infant quan no es tenen altres xarxes informals.

Per a accedir a les adreces, consulteu els enllaços web o poseu-vos en contacte amb el vostre Ajuntament.

TERRASSA - Casa Germain - Servei d'Escoles Bressol Municipals

La Rasa, 24 · 08221 Terrassa.

Tel. 93 739 70 81

www.terrassa.cat/escolesbressol

www.terrassa.cat/educacio-infantil-primer-cicle-0-a-3-anys-

MATADEPERA

www.matadepera.cat/municipalareas/details/els-centres-educatius

RELLINARS – Escola bressol L'escola

Plaça de l'Ajuntament ,s/n · 08299 Rellinars

Tel. 685 99 00 04

<http://escolabressolrellinars.blogspot.com.es/>

ULLASTRELL- Llar d'infants municipal “El Cucut”

Camí de Can Font, s/n · 08231 Ullastrell

Tel. 93 730 42 69

www.ullastrell.cat/equipaments-i-serveis/equipaments/15

VACARISSES

www.vacarisses.cat/la-vila/equipaments.htm

VILADECAVALLS

www.viladecavalls.cat/adreces-i-telefonos/equipaments



10.2 ASSISTÈNCIA DOMICILIÀRIA I SERVEIS DE RESPIR FAMILIAR

Des dels Serveis Socials municipals es proporciona un ventall de suports a les persones dependents i les seves famílies de caire preventiu, assistencial, socioeducatiu i rehabilitador com a:

- Servei de Teleassistència: ofereix una resposta immediata a l'alarma i mobilitza a les famílies o els recursos necessaris per atendre la urgència, les 24 hores del dia.
- Serveis de respir familiar: consisteixen en estades temporals en centres sanitaris i/o ocupacionals per a persones grans o amb diversitat funcional.
- Àpats i ajuda a domicili: atenció de diferents aspectes com ara la higiene i cura personal, seguiment mèdic, gestió de l'economia domèstica, preparació del menjar, compra, neteja de la llar, etc.
- Cercador de professionals per cuidar persones i empreses d'ajuda a domicili
www.afables.com/ca
- També algunes associacions sobre malalties o discapacitats específiques tenen els seus propis serveis de respir, ajuda domiciliària, programes de terapèutics, etc...

10.3 BANCS DEL TEMPS

Els bancs del temps són xarxes d'intercanvi de temps entre diferents persones per a donar, rebre i compartir habilitats, coneixements i serveis, de manera puntual. La unitat d'intercanvi és l'hora.

TERRASSA · Les sucursals, en cas de voler informar-s'hi presencialment, estan situades als Centres Cívics de la ciutat.

www.terrassa.cat/banc-del-temps

Intercanvis.net

És una xarxa d'intercanvi de bens, serveis i coneixements.

<http://intercanvis.net/Benvinguda>

Altres xarxes d'àmbit estatal o internacional són:

- <http://tictacbank.es/> (àmbit estatal)
- www.depersonaapersona.es/ (àmbit estatal)
- www.favoralia.com
- <https://timerepublik.com/> (àmbit internacional)

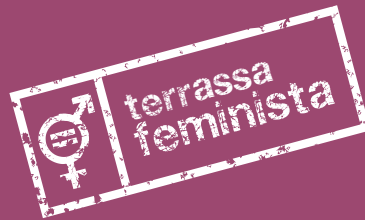


10.4 LUDOTEQUES

Espais on es realitzen activitats lúdiques i de jocs dirigides especialment a la infància i el jovent.

Directori entitats WEB Municipal

<http://isac.terrassa.cat/isac/fitxes/terrassa/clasificacio>.



Servei de Polítiques de Gènere

Nou de Sant Pere, 36 · 08221 Terrassa · Tel. 93 739 74 08
polgenere@terrassa.cat · www.terrassa.cat/dona



Regidoria de Polítiques de Gènere



@ajtrsgenere

Horari

De dilluns a dijous de 8.30 a 14.00 h i de 16.00 a 19.00 h

Divendres de 8.30 a 14.00 h

Agost: de dilluns a divendres de 8.00 a 14.00 h

Ajuntament  de Terrassa

Polítiques de Gènere
www.terrassa.cat/dona