

GUIA D'ACTUACIONS EN SITUACIÓ DE CONFINAMENT COVID-19 ADREÇADA A LA CIUTADANIA

Consell Comarcal del Bages
Abril de 2020



CONSELL COMARCAL DEL BAGES

Les àrees d'atenció a les persones del Consell Comarcal del Bages han elaborat aquesta guia per facilitar una eina de consulta per a la ciutadania als quals els pugui ser útil. En aquest document es recullen informació, recursos i contactes per a gestionar situacions en el marc de l'estat d'alarma i confinament provocat per la crisi sanitària ocasionada per la COVID19

Consell Comarcal del Bages
Abril de 2020



CONSELL COMARCAL DEL BAGES

ÍNDEX. Què fer en cas de?

- **Àrea de Serveis Socials Bàsics, Dones i Polítiques d'Igualtat**
 - Serveis Socials Bàsics 4
 - Dona, Polítiques d'Igualtat i SAI 5
- **Àrea d'Atenció Social Especialitzada**
 - Servei d'Inclusió Social, Acollida i Envel·liment 9
 - Servei Especialitzat d'Atenció a la Infància i l'Adolescència (SEAIA) 13
- **Àrea de Joventut i Habitatge**
 - Servei de Joventut 16
 - Servei d'Habitatge 17
- **Àrea d'Educació i Cultura** 20
- Àrea de Suport als Municipis i Consum
 - Oficina Comarcal informació al consumidor (OCIC) 23
- Altres informacions 26

Serveis Socials Bàsics

Que puc fer si vull accedir als serveis socials municipals?

Els SSB són el primer nivell del sistema públic de serveis socials i la garantia de més proximitat als usuaris i als àmbits familiars i socials.

Els serveis socials bàsics s'organitzen territorialment i estan dotats d'un equip multidisciplinari, format per treballadores, educadores socials i treballadores familiars que treballen de manera coordinada. Els serveis socials bàsics inclouen els equips bàsics, els serveis d'ajuda a domicili i de teleassistència i els serveis d'intervenció socioeducativa no residencial per a infants i adolescents (centres oberts).

Tots els SSB estan operatius durant aquest període excepcional també. Si necessites contactar amb una professional, treballadora social o educadora social, ho pots fer trucant al teu Ajuntament (Bages).

Si no pots posar-te en contacte o no localitzes a la professional de serveis socials també podeu trucar de 9.00 a 14.00 h als Serveis Socials del Consell comarcal del Bages **93 693 03 63**, mirarem de posar-te en contacte amb el/la professional de referència.

SIAD

Servei d'Informació i Atenció a la Dona

Situació de violència masclista

En **situació d'urgència i/o emergència:**

Agressió física, amenaces... i si es tem per la pròpia vida i/o dels fills/es o altres persones.

➔ TRUCA al **112**

Si pateix violència masclista, però **no es una situació d'urgència:**

➔ TRUCA al SIE Catalunya Central
(Servei d'Intervenció Especialitzada)
93 628 98 91 o bé **621 22 96 49** (Canal de Telegram)
Línia **900 900 120** (gratuït, confidencial i 24h)
671 77 85 40 (WhatsApp)
Correu 900900120@gencat.cat

Si hi ha hagut una víctima greu o mortal per violència masclista

➔ TRUCAR a EXIL
(Intervenció en casos greus, servei de psicologia per atendre a la pròpia víctima i/o familiars)
El servei s'activa a la línia **900 900 120**

SAI Servei d'Atenció Integral

SAI LGTBI

El **SAI LGTBI del Bages** segueix actiu en període de confinament!

Si estàs vivint o coneixes alguna situació de discriminació per LGTBI*fòbia o necessites informació, suport o acompanyament per un tema relacionat amb la diversitat afectiva, sexual i de gènere, pots enviar un correu electrònic a sai@ccbages.cat o trucar al **93 693 03 63**. L'horari d'atenció és de dilluns a divendres de 9.00 a 14.00 h.

Amb el suport del **Col·legi de Psicologia de Catalunya**, el SAI LGTBI acompanya les persones LGTBI que puguin patir una situació d'angoixa a causa del confinament.

Recorda que en cas d'emergència, cal trucar al **112**.
Més informació del servei a mesdiversmesbages.cat



Servei d'Inclusió Social, Acollida i Envelliment

Servei de traducció urgent

Contacte amb el teu ajuntament en cas de requerir algun tipus de traducció especificant l'idioma (àrab, amaziga, rus o xinès) i el tipus de servei requerit. També us podeu adreçar al Consell Comarcal del Bages a través del correu acollida@ccbages.cat o bé al 93 693 03 78.

Assessorament sobre tràmits d'estrangeria o qualsevol altra consulta vinculada a persones estrangeres

Contactar amb el CITE a través del telèfon **93 481 27 20** o bé per correu electrònic a cite@ccoo.cat

Problemes de convivència familiars o veïnals

Contacta amb el teu ajuntament o bé envia un correu a inclusio@ccbages.cat o be trucar al **93 693 03 78**.

Realització de mòduls del Servei de Primera Acollida en format online

Cal escriure un correu a acollida@ccbages.cat o bé al telèfon **93 693 03 78**

Servei d'Inclusió Social, Acollida i Envelliment



Informació del Servei de Primera Acollida online

Hem obert un canal de Telegram: [AcollidaBages](#) per rebre informacions vinculades a la COVID19 en diferents idiomes i també altres d'interès per l'acollida de persones estrangeres immigrades, sol·licitants de protecció internacional, refugiades i apàtrides.

Diversitat de culte i afers religiosos

És important informar-se bé i evitar la propagació de notícies no contrastades. Al web de [CatSalut](#) hi trobareu tota la informació.

A la [web d'Afers Religiosos](#) on trobareu informació sobre el coronavirus. Al [document de 20 preguntes](#) (respostes a preguntes freqüents) sobre cementiris i pluralitat de creences que hem elaborat i que us és d'utilitat a l'administració local.

Si voleu més informació o detecteu irregularitats en el servei funerari que no tinguin en compte les diferents sensibilitats i que inclús seguint les indicacions del Departament de Salut respecte **a les condicions establertes per les autoritats sanitàries**, poden vulnerar drets, us podeu posar en **contacte** amb nosaltres a: acollida@ccbages.cat o be trucar al **93 693 03 78**.

Servei d'Inclusió Social, Acollida i Envelliment

Detecció comunitària maltractaments a les persones grans

Si teniu sospita de maltractament al vostre espai, cal comunicar-ho, o bé al vostre ajuntament de referència o al Consell Comarcal del Bages a través del correu tractambe@ccbages.cat o bé trucar al telèfon **93 693 03 78**.

Si es tracta d'una **agressió, amenaça** o **es tem per la vida** de la persona, truqueu al **112**.

Discapacitats. Consultes i dubtes

Per tal de resoldre els vostres dubtes amb relació a temes de discapacitats us podeu adreçar al vostre ajuntament o bé enviar un correu tractambe@ccbages.cat, o trucar al telèfon **93 693 03 78**.

Transport adaptat i assistit del Bages

S'ofereix la possibilitat de disposar del vehicle del Servei de Transport Adaptat i Assistit als Ajuntaments de l'ABSS de Serveis Socials del Bages per a transport de persones que ho necessitin vinculades amb la situació i les necessitats de la COVID-19. En cas de necessitat cal que us adreceu al vostre ajuntament o bé enviar un correu inclusio@ccbages.cat, o trucar al telèfon **93 693 03 78**.

Servei d'Inclusió Social, Acollida i Envel·liment

Salut Mental. Espai Situa't

L'Espai Situa't (Activa't per la Salut Mental), gestionat per la Federació Salut Mental Catalunya, ofereix informació, orientació i acompanyament sobre qualsevol aspecte relacionat amb la salut mental tant per la població en general, com per a professionals, persones amb un diagnòstic i/o els seus familiars.

Horari d'atenció de dilluns a dijous de 9.00 h a 14.00 h

Telèfon: **635 19 13 00**

Correu electrònic: manresa@activatperlasalutmental.org

Servei Especialitzat d'Atenció a la Infància i l'Adolescència

Algunes recomanacions



Estem en una situació excepcional en la qual en un moment o altre tant petits com grans sentirem **tristesa, angoixa, preocupació, confusió, ràbia**, etc. Hem de poder expressar els sentiments i no prohibir la seva manifestació ni negar la seva existència. Els més petits poden manifestar-los mitjançant rabietes, desafiant, aïllant-se, etc.



➤ Caldrà mostrar una **escolta activa** cap als fills/es facilitant l'expressió de sentiments, preocupacions, etc.



➤ És important donar-los les explicacions i la **informació clara** que necessitin.



➤ Buscarem el **diàleg en moments de calma** i no quan es donin explosions d'ira i ràbia.



Respectarem espais i moments per la intimitat dels / de les adolescents sense que esdevinguin aïllament.



➤ Caldrà mostrar-se més afectuós, especialment amb els/les més petits/es i **assegurar-nos que estan bé**.

Servei Especialitzat d'Atenció a la Infància i l'Adolescència



Intentarem **establir rutines i horaris** (en especial àpats i són) i trobar nous espais de joc, relaxació, activitat física, etc, individuals i de família.



Repartirem responsabilitats i tasques domèstiques (en funció de la capacitat de cadascú).



Caldrà ser **flexibles amb les normes** que teníem abans del confinament i identificar què és el que és intolerable (violència, lesions, etc) i tolerar altres comportaments que en situació normal no acceptaríem.



Caldrà ser **flexible amb l'ús (raonable) de les xarxes socials**, les pantalles, etc.



I sobretot recordeu que no hi ha dues famílies iguals, cadascuna ha de **trobar el seu equilibri** que permeti mantenir el benestar de tots i cadascun dels seus membres amb l'únic objectiu de superar aquest període de confinament.

En confinament o sense confinament...

SEMPRE



- ✓ He de rebre les atencions que necessito.
- ✓ He de ser cuidat/da si estic malalt/a.
- ✓ He de poder parlar, cridar, jugar, expressar-me, aprendre, ...
- ✓ He d'estar segur/a i vigilat/da.
- ✓ He de poder menjar en tots els àpats i descansar totes les hores de son que necessiti.

**EN DEFINITIVA HE DE SENTIR-ME
CUIDAT, ATÈS I ESTIMAT PELS
MEUS ADULTS RESPONSABLES**

MAI



- x He de patir càstigs físics, agressions, cops, cremades, etc, per part de ningú.
- x He de rebre insults, humiliacions o faltes de respecte que em facin sentir malament.
- x He de patir aïllament continuat ni he de perdre el contacte social.
- x He de rebre tocaments al meu cos ni carícies ni ser exposat/da a comportaments a la força o si em desagrada. En això no hi ha secrets!

Si pateixes alguna d'aquestes situacions o coneixes algú que les pateix, **DEMANA AJUDA**

- Explicant-ho a alguna persona de confiança
- Trucant al **116111** (tel. Infància)
- Enviant un missatge (WhatsApp, Email, etc) a algun amic, mestra, familiar, etc.

Servei de Joventut

Referent d'ocupació juvenil al Bages:
orientació per facilitar i acompanyar a persones
de 16 a 29 anys, des del sistema educatiu al
laboral i ocupacional

Servei d'acompanyament i orientació

Joves i famílies

Servei gratuït per totes i tots els joves del Bages. Pot ser un dubte puntual o un acompanyament més llarg en temes d'orientació en la continuïtat d'estudis, retorn al sistema educatiu, recerca de cursos o altres recursos formatius i orientació en la recerca, manteniment o millora de la feina. **Contacta:**

@ grauba@ccbages.cat

per mòbil/whatsapp al **619 142 752**

A través de l'enllaç <https://www.ccbages.cat/roj/>

Informació en xarxa actualitzada

Ofereix informació actualitzada i recursos que poden ser d'interès per joves, famílies, centres educatius i altres professionals que treballen amb joves. Informació sobre fires, xerrades, tallers i webinars, ofertes de feina, campanyes agràries i borses de treball, informació sobre tràmits amb el SOC, OTG, SEPE a través de l'Instagram de Referent d'Ocupació Juvenil del Bages **@roj.bages**

Servei d'Habitatge

Sol·licitud d'una cèdula d'habitabilitat

A través de la seu electrònica del Consell Comarcal del Bages a <https://www.seu-e.cat/ca/web/ccbages/seu-electronica>

Informació sobre un expedient en tràmit de cèdules d'habitabilitat

Envia un correu electrònic a habitatge@ccbages.cat

Duplicat de la meva cèdula vigent

Envia un correu electrònic a habitatge@ccbages.cat

Informació dels possibles ajuts de lloguer

Sempre és millor fer les consultes a través del nostre correu electrònic habitatge@ccbages.cat. Les línies de telèfon solen estar bastant saturades i és difícil contactar però si no tenen més opció poden trucar als telèfons habituals **93 693 03 61 / 93 693 03 77**.

Servei d'Habitatge

Consultes sobre expedients en tràmit

A través del correu habitatge@ccbages.cat o telèfons habituals 93 693 03 61 / 93 693 03 77.

Presentació de rebuts de lloguer d'ajuts concedits convocatòria 2019 o 2020

Excepcionalment es poden presentar per correu electrònic a habitatge@ccbages.cat si no es disposa de signatura digital.

Presentació de rebuts de prestacions d'econòmica d'especial urgència

Contacte amb rebutsPEEU@gencat.cat si no es disposa de signatura digital.

Informació sobre la moratòria de lloguer a causa de la COVID-19 o altres opcions

Consultes a través del correu habitatge@ccbages.cat o telèfons habituals 93 693 03 61 / 93 693 03 77.

Servei d'Habitatge

Consultes sobre expedients iniciats del SIDH o rebre informació sobre moratòria d'hipoteques

A través de sacbages@diba.cat o habitatge@ccbages.cat o per telèfon al 93 693 03 61 / 93 693 03 77.

Informació de la Borsa de Lloguer del Consell Comarcal

Envia un correu electrònic a habitatge@ccbages.cat

Informació sobre ajuts de rehabilitació

Envia un correu electrònic a habitatge@ccbages.cat

- ✓ Tots els tràmits que es realitzen a l'oficina es poden fer de forma telemàtica a través de la seu electrònica de la web <https://www.seu-e.cat/ca/web/ccbages/seu-electronica>.
- ✓ Les noves convocatòries 2020 de subvencions per al pagament de lloguer de moment i fins a noves informacions es troben tancades.
- ✓ Totes les novetats en matèria d'habitatge es poden trobar a <https://www.ccbages.cat/coronavirus/>

Àrea d'Educació i Cultura

Targetes de beca menjador

Per tal de garantir la continuïtat de les beques menjador s'han habilitat targetes moneder per la compra d'aliments. Cada cop que es vagin recarregant anirem enviant un SMS a les famílies.

Es poden consultar les instruccions i recomanacions d'ús de les targetes a <https://bit.ly/3bjKdWs>

Per gestió d'incidències vinculades a l'operativa de les targetes es pot trucar al **900 40 40 90**.

El saldo de la targeta es pot consultar a <https://bit.ly/3czOC7w>

Per altres dubtes o sol·licitar la targeta en cas de no tenir-la posar-se en contacte amb els serveis socials de cada municipi o a educacio@ccbages.cat

Àrea d'Educació i Cultura

Servei de places vacants en el transport escolar

És un servei que s'ofereix als alumnes d'escolarització postobligatòria i que va acompanyat del pagament d'una taxa. Amb el tancament de les escoles s'ha suspès el servei de transport escolar. Un cop finalitzi el curs o es tornin a obrir les escoles i/o instituts es procedirà a fer la devolució de la part proporcional de la taxa corresponent al servei no prestat. Més informació educacio@ccbages.cat

Recursos pedagògics

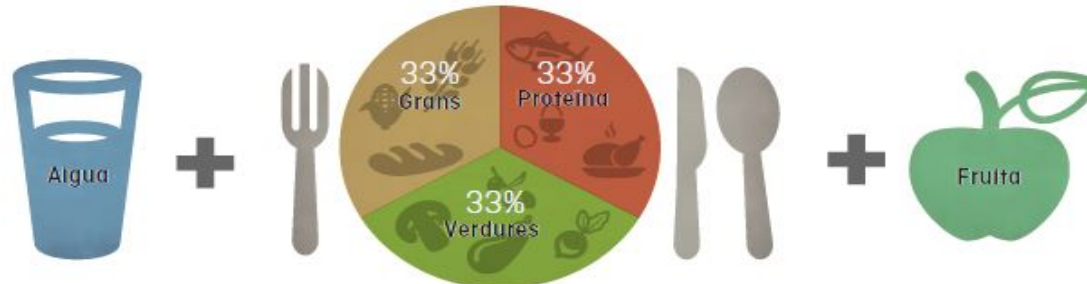
Hem penjat a la xarxa tres dossiers didàctics en format digital. Un sobre la comarca del Bages, un altre sobre el paisatge i un tercer sobre la revolució industrial al Bages. Els dos primers són per primària i el segon està pensat per secundària. Els podeu descarregar a <https://bit.ly/2XLCFYx>

Exemple planificació mensual (àpat migdia)

	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
1a setmana	Pasta Ou Fruita	Arròs Peix blanc (p. ex. orada) Verdura crua logurt	Verdura cuita Carn blanca (p. ex. pollastre) Verdura crua Fruita	Verdura cuita Carn blanca (p. ex. conill) Fruita	Llegums Ou Verdura crua Fruita
2a setmana	Arròs Carn blanca (p. ex. pollastre) Fruita	Pasta Peix blau (p. ex. verat) Verdura crua logurt	Verdura cuita Carn vermella (p. ex. vedella) Verdura crua Fruita	Verdura cuita Carn blanca (p. ex. gall d'indi) Fruita	Llegum Ou Verdura crua Fruita
3a setmana	Arròs Ou Fruita	Verdura cuita Carn blanca (p. ex. pollastre) Verdura crua logurt	Llegums Peix blanc (p. ex. lluç) Verdura crua Fruita	Pasta Ou Verdura cuita Fruita	Verdura cuita Carn blanca (p. ex. gall d'indi) Verdura crua Fruita
4a setmana	Llegums Peix blanc (p. ex. <u>maira</u>) Fruita	Verdura cuita Carn vermella (p. ex. xai) Verdura crua logurt	Arròs Ou Verdura crua Fruita	Verdura cuita Carn blanca (p. ex. conill) Fruita	Pasta Peix blau (p. ex. sardina) Verdura crua Fruita

Font: www.alicia.cat

Proporció saludable. El mètode plat



Oficina Comarcal d'Informació al consumidor **OCIC**

Dubtes o consultes

Els mitjans i horaris de contacte amb l'oficina són idèntics als habituals (dilluns a divendres de 8.00 a 15.00 h i dimecres tarda també de 16.00 a 18.30 h, amb excepció de l'atenció presencial que queda suspesa fins a la fi de restriccions de moviment).

Atenem per mitjà de correu electrònic: ocic@ccbages.cat i telefònicament (93 693 03 53, telèfon derivat). També atenem consultes d'empreses i professionals per mitjà dels serveis telemàtics del lloc de l'Agència Catalana del Consum:

<http://consum.gencat.cat/ca/consultes-i-reclamacions/consultes/>

Entenem que com a principal punt a tenir en compte per als ciutadans de la comarca del Bages hauria de ser tot el relacionat amb les mesures excepcionals vinculades al món del consum i al període d'excepcionalitat actual, sobretot aquells referents a cobraments excessius en serveis funeraris, cancel·lació de serveis de transport i allotjament turístic, espectacles, suspensió de serveis de tracte continuat (cursos, escoles concertades, gimnasos, etc), afectacions en els serveis de subministraments bàsics (llum, aigua i gas), i hipoteques i arrendaments de finques urbanes.

Oficina Comarcal d'Informació al consumidor **OCIC**

Annexem l'enllaç al lloc web de l'Agència Catalana del Consum on s'expliquen de forma concisa i senzilla els principals canvis aprovats per matèries de consum:

<http://consum.gencat.cat/ca/detalls/noticia/Viatges-a-zones-afectades-COVID-19>

En tot cas, és informació general i per a qualsevol dubte o consulta, convidem a tots els ciutadans que contactin amb la OCIC del Bages per rebre assessorament telemàtic de consum per mitjà dels contactes anteriorment mencionats.

Adjuntem així mateix, un enllaç contenint recomanacions oficials a l'hora de sortir al carrer i anar a comprar:

<https://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/ciutadania/confinament/sortir-al-carrer-i-anar-a-comprar/#bloc3>.

Sol·licitem col·laboració a la ciutadania alhora d'anar a comprar i realitzar actes de consum, entenent l'excepcionalitat del moment i fent actes reflexius de consum responsable i tenint en compte tant la nostra pròpia salut com la dels treballadors i treballadores que ofereixen i presten serveis bàsics.

Oficina Comarcal
d'Informació al
consumidor
OCIC

Canvis en matèria de consum

L'enllaç al lloc web de l'Agència Catalana del Consum on s'expliquen de forma concisa i senzilla els principals canvis aprovats per matèries de consum:

<http://consum.gencat.cat/ca/detalls/noticia/Viatges-a-zones-afectades-COVID-19>

En tot cas, és informació general i per a qualsevol dubte o consulta, oferim a tots els professionals assessorament telemàtic per mitjà dels contactes anteriorment mencionats.

Suport psicològic i emocional

Alternatives de suport psicològic

Ciutadania

- Col·legi Oficial de Psicologia: atenció psicològica a través del **64 975 67 13** (de 9.00 a 20.00 h inclosos caps de setmana)
- Fundació Esperança: La Fundació Ajuda i Esperança de Barcelona ha posat a disposició el número de telèfon **682 900 500** per a les persones que pugueu patir malalties, solitud, angoixa, pors i desconcerts, sobretot en aquests moments de confinament. NO té cost addicional; és una línia mòbil que segons la vostra tarifa contractada tindrà cost o no
- Aplicació de Salut per ajudar a la gestió de la salut emocional:
<https://gestioemocional.catsalut.cat/>