



**#QUÉDATE
ENCASA**



Fundación Atenea

**INFORME DE RECURSOS
ANTE EL ESTADO DE
ALARMA SANITARIA**

¿QUÉ ES EL NUEVO CORONAVIRUS?

Los coronavirus son una amplia familia de virus que normalmente afectan sólo a animales. Algunos tienen la capacidad de transmitirse de los animales a las personas.

El nuevo coronavirus SARS-CoV-2 es un nuevo tipo de coronavirus que puede afectar a las personas y se ha detectado por primera vez en diciembre de 2019 en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei, en China. Todavía hay muchas cuestiones que se desconocen en relación a la enfermedad que produce: COVID-19.

Los síntomas más comunes incluyen fiebre, tos, y sensación de falta de aire. En algunos casos también puede haber síntomas digestivos como diarrea y dolor abdominal. La mayoría de los casos presentan síntomas leves.

En casos más graves, la infección puede causar neumonía, dificultad importante para respirar, fallo renal e incluso la muerte.

Los casos más graves generalmente ocurren en personas de edad avanzada o que padecen alguna enfermedad crónica, como enfermedades del corazón, del pulmón o inmunodeficiencias.

No existe un tratamiento específico, pero se están empleando algunos antivirales que han demostrado cierta eficacia en estudios recientes. Sí existen muchos tratamientos para el control de sus síntomas por lo que la asistencia sanitaria mejora el pronóstico.

Al ser una infección producida por virus, los antibióticos no deben ser usados como un medio de prevención o tratamiento.

ESTADO DE ALARMA

Actualmente existe transmisión comunitaria sostenida generalizada en España.

Se puede consultar la situación actualizada en el siguiente enlace:

<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCovChina/situacionActual.htm>

Desde el 14 de marzo se ha declarado el estado de alarma en todo el territorio español, por lo que se están tomando medidas para hacer frente a esta situación grave y excepcional, con el objetivo de proteger la salud de la ciudadanía, contener la progresión de la enfermedad y reforzar el sistema de salud pública.

Consulta fuentes oficiales para mantenerte al día de la situación.

El estado de alarma en todo el territorio, con el fin de contener la propagación del virus, implica diferentes restricciones de movimiento y circulación, medidas específicas de cara al abastecimiento, prohibiciones y multas, medidas laborales y sociales extraordinarias, así como el cierre de diferentes espacios públicos y privados.

Todo esto afecta de manera integral a la vida de la ciudadanía, y como siempre ocurre, con especial gravedad en el caso de las personas más vulnerables.

La presente guía pretende orientar a la población de la Comunidad de Madrid, con respecto a cómo acceder a diferentes recursos, trámites, protocolos de salud y redes de cuidados entre otros.

#QUÉDATEENCASA



Fundación Atenea

PROTOCOLOS

**ATENCIÓN
SANITARIA**

SALUD

RECURSOS

CONSEJOS

PREVENCIÓN

LAS MEDIDAS GENÉRICAS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL FRENTE A ENFERMEDADES RESPIRATORIAS INCLUYEN:

Realizar una **higiene de manos frecuente** (lavado con agua y jabón o soluciones alcohólicas), especialmente después de contacto directo con personas enfermas o su entorno.

Evitar el **contacto estrecho** con personas que muestren signos de afección respiratoria, como tos o estornudos. Mantener una distancia mayor de un metro con las personas con síntomas de infección respiratoria aguda.

Cubrirse la **boca y la nariz** con pañuelos desechables o con una tela al toser o estornudar, o hacerlo sobre el hueco del codo y lavarse las manos lo antes posible.

La **población general sana no necesita utilizar mascarillas**. Las mascarillas ayudan a prevenir la transmisión del virus si las llevan las personas que están enfermas. Los profesionales sanitarios indicarán el uso de mascarillas en aquellas situaciones en las que se considere necesario en cada caso. Un uso inadecuado de mascarillas puede contribuir a un desabastecimiento de las mismas en aquellas situaciones para las que están indicadas.

¿Qué es la cuarentena? Es la separación y restricción de movimientos impuesta a una persona que puede haber estado en contacto con una fuente de infección. El objetivo de la cuarentena es lograr que, en el caso de que la persona se hubiera infectado, no transmita a su vez la infección a otros.

En nuestra situación actual, la cuarentena y la higiene son las mejores medidas para evitar o retrasar la transmisión del virus a nivel comunitario.

PREVENCIÓN

MEDIDAS PREVENTIVAS PARA NO CONTAGIARNOS Y NO CONTAGIAR A LOS DEMÁS

El lavado de manos es una de las medidas principales para evitar el contagio por coronavirus



Lávate las manos con agua y jabón con frecuencia durante 40-60 segundos



Cuando acabes de lavarte las manos cierra el grifo y abre el picaporte de la puerta con un papel desechable

Mantener limpias las superficies que solemos utilizar como mesas, teclados, ordenadores, picaportes de las puertas



Tras lavarte las manos sécate con un papel desechable

Desecha el material utilizado para limpiarte las secreciones o secarte las manos



Si tenemos fiebre y tos, nos quedamos en casa, en reposo



Al toser o estornudar utiliza un papel desechable para ponerte delante



Al estornudar hazlo poniendo el codo por delante

No compartir con los demás, alimentos, bebidas, vasos, platos, cubiertos, ni móviles



Trata de saludar sin dar besos ni dar la mano



Pide información si tienes alguna duda en el siguiente teléfono:

900 102 112



También se puede acceder a más información en la web de la Comunidad de Madrid a través de este código QR o en la dirección:

<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/2019-nuevo-coronavirus>

HIGIENE

Técnica para una correcta higiene de manos

Con agua y jabón:
40-60 segundos



Con solución alcohólica:
20-30 segundos



Palma contra palma.



Palma de la mano izquierda sobre el dorso de la mano derecha con los dedos entrelazados y viceversa.



Palma contra palma con los dedos entrelazados.



Dorso de los dedos contra la palma opuesta con los dedos recogidos.



Fricción en rotación del pulgar derecho dentro de la palma de la mano izquierda y viceversa.



Fricción en rotación con movimientos de vaivén. Los dedos juntos de la mano derecha sobre la palma de la mano izquierda y viceversa.



Aclarar y secar con toalla de un sólo uso

Sírvase de la toalla para cerrar el grifo



Dejar secar al aire

Recuerda

No dejes de hacer lo que está en tus manos

ANIMALES

Con la alerta sanitaria, son muchas las dudas que han surgido con respecto a los cuidados que debemos prestar a nuestros animales.

Las mascotas **NO TRANSMITEN** el coronavirus (COVID-19), por lo que por favor **NO LAS ABANDONES**.

El estado de alarma permite que **continúen prestando servicio tanto las clínicas veterinarias, como las tiendas especializadas en el cuidado de animales.**

Por otro lado, está permitido sacar a pasear a las mascotas, acudir a alimentar al ganado y otros animales.

Como siempre, es importante ser responsables y siguiendo la indicación **#quédateencasa**, es fundamental que el paseo sea para que el animal realice sus necesidades y dé un breve paseo. Siempre sin entrar en contacto con otros animales y evitando que entre en contacto con superficies.

Sólo podrá pasear al animal una persona, que deberá mantener la distancia con cualquiera con quien pueda encontrarse.

Recuerda que si enfermas, otra persona deberá ocuparse de tu querido peludo. Sé responsable.



SÍNTOMAS Y ACTUACIÓN

Si tiene síntomas como:

fiebre (por encima de 37,5 grados), tos seca o sensación de falta de aire.

Podría tener Coronavirus.

En este caso:

Permanezca en su domicilio, con tratamiento sintomático (paracetamol y abundantes líquidos) y controle la evolución de los síntomas.

Contacte por teléfono con su centro de salud, a través del teléfono habitual de cita, donde le darán las indicaciones necesarias.

Evite el contacto con otras personas, en la medida de lo posible, dentro de su domicilio y extreme las medidas de prevención e higiene (lavado de manos, desinfectar superficies, etc)

SÍNTOMAS Y ACTUACIÓN

900 102 112

Este teléfono ofrece información sobre el coronavirus y, en caso necesario, tiene la capacidad de derivar los posibles casos, de manera directa, a la Mesa de Coordinación del SUMMA 112, quien realiza la atención sanitaria de la llamada, y en su caso, si fuera necesario, moviliza los recursos sanitarios necesarios según la sintomatología que presente el/la paciente.



CONVIVENCIA CON CONTAGIAD@S

MEDIDAS HIGIÉNICAS EN EL HOGAR DEL ENFERMO DE CORONAVIRUS



¿CÓMO LIMPIAR LA CASA?

- La persona encargada de la limpieza diaria se tendrá que proteger con mascarilla y guantes de un solo uso.
- Asegurarse que las habitaciones de la casa estén bien ventiladas (5 minutos al día como mínimo).
- Limpie diariamente con una solución de lejía sin detergente en una proporción de 1:50 y preparada recientemente todas las superficies de contacto frecuente como las mesas, los picaportes de las puertas, las llaves o los grifos del baño, los inodoros, los teléfonos, los teclados, las tabletas, las mesillas y todas las superficies que puedan tener sangre, heces o fluidos corporales.

¿CÓMO LAVAR LA VAJILLA?

- Lavar la vajilla, cubiertos, y otros utensilios de cocina con agua caliente y jabón. Preferiblemente en el lavaplatos en un programa que alcance 60°C de temperatura.

¿CÓMO LAVAR LA ROPA?

- La ropa de cama, toallas etc. de las personas enfermas, deben lavarse con su detergente habitual.
- Póngase guantes desechables antes de tocar la ropa del enfermo.
- Manténgala alejada de su propio cuerpo (en una bolsa o recipiente, etc).
- No la airee y lávela por separado.
- Use un detergente de ropa normal. Ponga el programa a la temperatura de 60-90°C. Hay que dejar secar la ropa totalmente.

PARA FINALIZAR

- Quitarse los guantes y la mascarilla, tirándolos a la basura en bolsa de plástico cerrada.
- Realizar una completa higiene de manos, con agua y jabón, al menos 40-60 segundos. Puede utilizar también un desinfectante que contenga entre un 60-95% de alcohol. Repartiendo la solución por toda la superficie de las manos.

Para obtener más información, en el siguiente teléfono se atenderá cualquier consulta a la ciudadanía



900 102 112

También se puede acceder a más información en la web de la Comunidad de Madrid a través de este código QR o en la dirección:

<https://www.comunidad.madrid/cerviolos/salud/2018-nuevo-coronavirus>



RECURSOS DE SALUD

REORGANIZACIÓN DE LA ATENCIÓN OBSTÉTRICA /GINECOLÓGICA Y NEONATOLÓGICA URGENTE DE LA COMUNIDAD DE MADRID

Ante la situación asistencial y epidemiológica derivada del COVID-19, se ha desarrollado una nueva reorganización de la atención obstétrica/ginecológica y neonatológica urgente.

Medidas a Implementar:

Se establecen tres centros de referencia, el Hospital Universitario “La Paz”, el Hospital Universitario Gregorio Marañón y el Hospital Universitario 12 de Octubre, que van a centralizar las necesidades actuales de Obstetricia y Ginecología, así como las de Neonatología.

Se mantiene un ginecólogo de guardia en los Hospitales que, en la actualidad, tienen servicios de Urgencias Obstétrica/Ginecológica con el fin de poder dar respuesta a una necesidad urgente, no derivable.

Adjuntamos tabla con la redistribución a fin de que cada ciudadana sepa a qué hospital recurrir.

DERIVACIÓN NEONATAL

ÁREA 1 H. LA PAZ	ÁREA 2 H. GREGORIO MARAÑÓN	ÁREA 3 H. DOCE OCTUBRE
H. U. La Paz	H. General U. Gregorio Marañón	H. U. 12 de Octubre
H. U. Príncipe de Asturias	H. U. de Móstoles	H. U. de Getafe
H. de Villalba	H. Rey Juan Carlos	H. U. Severo Ochoa
H. U. Infanta Sofía	Fundación H. de Alcorcón	H. U. de Fuenlabrada
H. U. Puerta de Hierro Majadahonda	H. U. del Henares	H. Infanta Cristina
H. El Escorial	H. U. Infanta Leonor	H. del Tajo
Fundación Jiménez Díaz	H. del Sureste	H. Infanta Elena
H. U. Torrejón		

DERIVACIÓN OBSTETRICIA

ÁREA 1 H. LA PAZ	ÁREA 2 H. GREGORIO MARAÑÓN	ÁREA 3 H. DOCE OCTUBRE
H. U. La Paz	H. General U. Gregorio Marañón	H. U. 12 de Octubre
H. U. Príncipe de Asturias	H. U. de Móstoles	H. U. de Getafe
H. U. Infanta Sofía	Fundación H. de Alcorcón	H. U. Severo Ochoa
H. U. Puerta de Hierro Majadahonda	H. U. del Henares	H. U. de Fuenlabrada
H. El Escorial	H. U. Infanta Leonor	H. Infanta Cristina
H. U. Torrejón	H. del Sureste	H. del Tajo

RECURSOS DE SALUD

REORGANIZACIÓN DE LA ATENCIÓN PEDIÁTRICA URGENTE COMUNIDAD DE MADRID

Ante la situación asistencial y epidemiológica derivada del COVID-19, se ha desarrollado una nueva reorganización de la atención pediátrica urgente.

Medidas a Implementar:

Se establecen dos centros de referencia pediátrica, Hospital Universitario “La Paz” y Hospital Infantil Universitario “Niño Jesús”.

Éstos van a centralizar las necesidades actuales de Cuidados Intensivos, Hospitalización y Urgencias Pediátricas.

Se fijan dos áreas de derivación ÁREA 1- Hospital “La Paz” y ÁREA 2- Hospital Infantil Universitario “Niño Jesús”, dando respuesta entre las dos a las necesidades actuales.

Se adjunta tabla con el fin de que la población sepa en cada momento a qué centro acudir ante un episodio urgente pediátrico.

ÁREA 1	ÁREA 2
H. U. La Paz	H. Infantil U. del Niño Jesús
H. U. Ramón y Cajal	H. U. 12 de Octubre
H. U. de Móstoles	H. U. de Getafe
H. U. Severo Ochoa	H. U. Príncipe de Asturias
Fundación H. de Alcorcón	H. U. de Fuenlabrada
H. U. Infanta Sofía	H. U. del Henares
H. del Tajo	H. U. Infanta Leonor
H. U. Puerta de Hierro Majadahonda	H. del Sureste
H. El Escorial	H. Infanta Cristina
H. U. Clínico San Carlos	H. General U. Gregorio Marañón
	H. Gómez Ulla

SALUD MENTAL ANTE EL CONFINAMIENTO

En Fundación Atenea nuestros equipos de profesionales de la **psicología siguen prestando sus servicios** de manera telemática y telefónica. Al final de esta guía tienes nuestros contactos, no dudes en pedirnos ayuda si lo necesitas.

Además el Colegio Oficial de la Psicología de Madrid ha publicado una guía en la siguiente página: <https://www.copmadrid.org/web/comunicacion/noticias/1459/orientaciones-la-gestion-psicologica-la-cuarentena-el-coronavirus>.

Desde el 17 de marzo la Universidad Rey Juan Carlos de Madrid ofrece **atención psicológica** a todas aquellas que la necesiten. Se puede llamar al número 914 889 005. La atención telefónica de la clínica es totalmente gratuita y estará disponible de 09:00 a 20:00.

A continuación hacemos algunas recomendaciones básicas:

- Mantente activo/a. Establece rutinas.
- Haz ejercicio en casa, pinta, lee, visiona series y películas.
- Aprovecha para hacer todo lo que muchas veces dejas de lado por falta de tiempo.
- Dúchate todos los días y vístete como si fueras a salir de casa para trabajar o visitar amistades.
- Mantén contacto con tus seres queridos
- Evita la sobreinformación y atiende sólo a medios oficiales e información fiable.

SALUD MENTAL ANTE EL CONFINAMIENTO

AUTOCUIDADO

EN DÍAS



DE CAMBIOS



MANTEN UNA ACTITUD OPTIMISTA Y OBJETIVA. Verlo día a día te ayudará. Eres fuerte y capaz.

LLEVA A CABO LOS HÁBITOS ADECUADOS Y DE HIGIENE Y PREVENCIÓN QUE RECOMIENDAN LAS AUTORIDADES SANITARIAS. Lavado de manos, toser en el codo, cubrir nariz y boca con mascarilla.

EVITA HABLAR PERMANENTEMENTE DEL TEMA. ¿Qué mas está pasando en tu día a día?

APÓYATE EN TU FAMILIA Y AMIGOS: Expresa tus emociones

ACUDE A FUNTES OFICIALES DE INFORMACIÓN Y BUSCA CONTRASTADA POR EXPERTOS: Ministerio de Sanidad, Colegios profesionales sanitarios, Organismos oficiales, OMS..

FUENTE: COLEGIO OFICIAL DE LA PSICOLOGÍA

#QUÉDATEENCASA



AUTÓNOMOS
SEPE
BAJA LABORAL

EMPLEO

ERTES
DERECHOS
ASESORÍA

ERTE / ERE

¿Estoy afectado/a por un ERTE ¿Qué tengo que hacer?

Los/as madrileños/as que hayan sido despedidos individualmente o que estén afectados por expedientes de regulación de empleo (ERE) o por regulaciones temporales de empleo (ERTE) a causa de la crisis del coronavirus podrán darse de alta como demandantes de empleo y poder recibir la prestación a través de un formulario que la Comunidad de Madrid ha colgado en su web.

La Comunidad ha registrado un total de 13.390 ERTEs hasta el 19 de marzo, según han informado fuentes de la Consejería de Economía.

Si vives en la Comunidad de Madrid, aquí tienes el formulario on line para inscribirte como demandante de empleo en el caso de que hayas sido despedido o seas parte de un ERTE.

<https://comunidad.madrid/tramites-rapidos-desempleo/>

Además, la empresa comunicará al SEPE toda la información y el SEPE la enviará a la Oficina de Empleo de tu Comunidad Autónoma.

ERTES

¿Qué es un ERTE?

Las siglas responden a expediente de regulación temporal de empleo. A diferencia de un ERE, donde la desvinculación es definitiva, el trabajador pasa al desempleo durante el tiempo que se haya considerado que la actividad estará frenada.

¿Quién puede realizar un ERTE?

Fuentes del Gobierno han apuntado que no se va a permitir cualquier ERTE en el contexto actual, ya que deben estar vinculados al coronavirus. “Debe estar afectado por la declaración del estado de alarma y el coronavirus”, recoge una guía de la Seguridad Social. Si se dan estos supuestos, el expediente se puede dar en cualquier sector, como se ha visto hasta el momento con la oleada de ERTE.

¿Cuánto se tarda en aprobar el ERTE? ¿Cuánto puede durar?

Tras los últimos cambios en el Consejo de Ministros, se puede aprobar en 5 días con efectos retroactivos. Los ERTE que se hayan aprobado por fuerza mayor relacionados con el coronavirus durarán lo que se extienda el estado de alarma.

¿Qué se considera fuerza mayor?

“Pérdidas de actividad como consecuencia del Covid-19 y del estado de alarma, que impliquen suspensión o cancelación de actividades, cierre de locales de afluencia pública, restricciones en el transporte y en la movilidad de las personas y/o las mercancías, falta de suministros que impidan continuar la actividad, o bien en situaciones urgentes y extraordinarias debidas al contagio de la plantilla o la adopción de medidas de aislamiento preventivo”,

“La existencia de fuerza mayor (...) deberá ser constatada por la autoridad laboral, cualquiera que sea el número de personas trabajadoras afectadas”, expone el Boletín Oficial del Estado en el que se recogen los últimos cambios sobre la legislación de los ERTE.

ERTES

¿Hay que tener un mínimo cotizado para cobrar el paro?

No. Con la legislación previa era necesario, pero en el conjunto de medidas laborales que aprobó el Gobierno se ha eliminado este requisito. “Todos los afectados podrán cobrar el desempleo, aunque no hayan cotizado el periodo mínimo necesario para ello”, se explica desde la Seguridad Social.

¿Cuánto se cobra?

El 70% de la base de cotización en base a un cálculo con los 180 últimos días cotizados, o menos si no se llega a esa cantidad.

En el paro, el máximo que se puede percibir es de 1.411,83 euros al mes si se tienen dos hijos o más.

Eso sí, puede acordarse con la empresa algún tipo de complemento salarial, como están haciendo algunas firmas, que cubren hasta el 90% o el 100%.

El mínimo sin hijos es de 501,98 euros y con hijos de 671,40 euros.

¿Consume paro un ERTE por coronavirus?

No. Los cambios del último Consejo de Ministros impuso el ‘contador cero’, por el que no se gastará prestación.

¿Me pueden despedir al volver la actividad?

No. En las modificaciones de esta semana el Gobierno estableció un “salvaguarda de empleo”.

“Las medidas extraordinarias en el ámbito laboral estarán sujetas al compromiso de la empresa de mantener el empleo durante el plazo de seis meses desde la fecha de reanudación de la actividad”, recoge el BOE.

Es decir, no se puede despedir en los 6 meses siguientes al volver a trabajar la empresa

OFICINAS SEPE, DEMANDA EMPLEO Y PRESTACIONES

¿Tengo que ir a sellar el paro de forma presencial a la Oficina de Empleo?

La Oficina de Empleo va a proceder a renovar de oficio todas las demandas de empleo. Te mandarán a tu correo la demanda de empleo sellada con la próxima fecha en la que tendrás que renovar.

Necesito un certificado de los que emite la oficina de empleo, ¿Cómo lo puedo obtener?

Puedes entrar en el portal de empleo de la Comunidad de Madrid y obtener tus certificados con tu usuario y contraseña o utilizando DNI Electrónico o Certificado Digital.

Si ya es perceptor/a de prestaciones o subsidios por desempleo

Durante este período su demanda permanecerá en alta sin necesidad de acudir a su Oficina a renovarla.

No se tiene que solicitar la prórroga del subsidio, el pago se mantendrá transcurridos los seis meses.

No se interrumpirá el pago de los subsidios por desempleo por la falta de presentación de la Declaración Anual de Rentas (DAR) en el caso de personas beneficiarias del subsidio para trabajadores mayores de 52 años.

El SEPE, junto a las Comunidades Autónomas está impulsando medidas para asegurar la inscripción como demandante de empleo. **Usted no tiene que desplazarse a la Oficina de Empleo de su Servicio Público de Empleo autonómico.**

OFICINAS SEPE, DEMANDA EMPLEO Y PRESTACIONES

Citas presenciales anteriores al cierre de oficinas SEPE.

Desde el SEPE se está procediendo a atender las citas que estaban programadas para estos días, por medios no presenciales. Aunque haya pasado el día de la cita sin que se hayan puesto en contacto contigo, lo haran próximamente.

Nuevas citas para gestiones durante el Estado de Alarma:

Puedes solicitar la cita previa online. Las oficinas están cerradas al público pero continúan trabajando. Se pondrán en contacto contigo. Debes rellenar el campo "correo electrónico" en el resguardo del recordatorio de la cita. Accede a la CITA PREVIA Online a través de la web del SEPE. <http://www.sepe.es/HomeSepe/COVID-19.html>



SERVICIO PÚBLICO
DE EMPLEO ESTATAL

SEPE

- Teléfono gratuito
ATENCIÓN CIUDADANOS
900 81 24 00
- Teléfono gratuito
ATENCIÓN EMPRESAS
900 81 24 01

OFICINAS SEPE, DEMANDA EMPLEO Y PRESTACIONES

Cómo solicitar una prestación por desempleo.

Debes inscribirte primero como demandante de empleo.

Tanto para proceder a tu rápida inscripción como demandante de empleo como para el posterior cobro de la prestación por desempleo, la Comunidad de Madrid ha habilitado un sencillo sistema consistente en un formulario que debes completar y rellenar siguiendo los pasos indicados.

Encuétralo en el siguiente enlace:

<https://www.comunidad.madrid/servicios/empleo/gestion-telematica-demanda-empleo>

Para tramitar la Solicitud o el Reconocimiento de Prestaciones por Sede Electrónica, el usuario, previamente, ha de inscribirse como demandante de empleo en la Oficina de Empleo de su Comunidad y asegurarse de que su empresa ha enviado al SEPE el Certificado de Empresa.

BAJA POR COVID-19

A partir 18 de marzo de 2020 dada la situación de excepcionalidad con motivo de la epidemia por COVID-19 la Gerencia Asistencial de Atención Primaria, contactó con el INSS con motivo de evitar desplazamientos de ciudadanos a los centros de salud para la realización de trámites administrativos relacionados con los partes de baja, confirmación o alta.

Las bajas médica en las situaciones de enfermedad y de aislamiento por COVID-19 tendrán la consideración de accidente de trabajo, se percibirá el 75% de la base reguladora.

Se tramitará llamando al Centro de Salud desde donde personal facultativo contactará con la persona afectada y acordará lo oportuno (baja por posible COVID-19, aislamiento, etc.).

A partir de la fecha de esta notificación, no será necesario entregar a los afectados de COVID-19 en cualquiera de los códigos existentes en AP-Madrid, copia de los partes de baja, confirmación o alta.

Las empresas interesadas recibirán esta notificación a través del INSS por la vía establecida. Pasada la situación asistencial excepcional existente se normalizará esta situación entregando las copias no emitidas al propio paciente.



AUTÓNOMOS/AS

A continuación, exponemos las medidas tomadas por el gobierno para paliar la crisis del COVID19 para autónomos/as.

Cuantía de la prestación:

- 70% de la base reguladora formada por los 12 últimos meses (la base de cotización media los últimos 12 meses).
- 70% de la base mínima de cotización en el caso de no tener 12 meses cotizados
- La cuantía será de un mes o hasta el último día del mes en que se finalice el estado de alarma si ésta supera al mes.

La prestación va dirigida a:

- A los/as que ejerzan actividades que se encuentre dentro de las que marca el RD 463/2020 (Restaurantes, hoteles, cines, etc.)
- A los/as que ejerzan cualquier otra actividad cuando su facturación en el mes anterior al que se solicita la prestación se vea reducida, al menos, en un 75% en relación con el promedio de facturación del semestre anterior.

Requisitos a cumplir:

- Estar afiliados/as y en alta al Régimen Especial de Trabajadores Autónomos (R.E.T.A.) en el momento de declararse el estado de alarma.
- Acreditar la reducción de la facturación si no se realiza una actividad de las obligadas a cerrar por el RD 463/2020 de 14 de marzo.
- Estar al corriente de pago de las cuotas a la seguridad social. Habrá treinta días para ponerse al corriente en el supuesto de no estar al corriente de pago, sin que ello implique perder el derecho a la prestación.

Otros:

- Las Mutuas gestionarán esta prestación.
- Esta prestación será incompatible con cualquier otra prestación de la seguridad social.

EMPLEO Y PRL

Ámbito de la Prevención de Riesgos Laborales.

Existen una serie de obligaciones por parte de las empresas para prevenir el contagio de implantación inmediata:

- Establecer canales de comunicaciones oportunos frente a notificación de casos sospechosos.
- Garantizar la difusión oportuna y permanente a todos/as los/as trabajadores/as de todas las comunicaciones oficiales que se emitan.
- Cumplir con las recomendaciones que realicen los servicios de prevención.
- Suministrar equipos de protección individual idóneos.
- Reforzar las medidas de limpieza, prevención y auto cuidado en los centros de trabajo, prestando especial atención en la limpieza y desinfección frecuentes de objetos que sean de contacto común.
- Formar a los/as trabajadores/as sobre técnicas adecuadas para el lavado de manos y promover el lavado frecuente de las mismas.



Consejos para teletrabajar

7.
Planifica los descansos y desconecta.

1.
Trabaja como si estuvieras en la oficina.

6.
Cumple con tu horario de forma rigurosa.

2.
Arréglate y evita el pijama.

5.
Evita distracciones de casa y las RRSS.

3.
Separa tu lugar de trabajo.

4.
Enumera tus tareas y ponte plazos para conseguirlas.

#AteneaTeletrabaja

#Quedateencasa

#Saldremosdeesta



#QUÉDATEENCASA



**RECURSOS
CULTURALES**

ENTRETENIMIENTO

OCIO Y CULTURA

PEQUES Y ADULT@S

CULTURA

10 MUSEOS PARA VISITAR ESTANDO EN CASA TOUR VIRTUAL Y COLECCIONES ONLINE.

1. Pinacoteca di Brera - Milan: <https://pinacotecabrera.org/>
2. Galleria degli Uffizi - Florencia: <https://www.uffizi.it/mostre-virtuali>
3. Musei Vaticani - Roma:
<http://www.museivaticani.va/content/museivaticani/it/collezioni/catalogo-online.html>
4. Museo Archeologico - Atenas: <https://www.namuseum.gr/en/collections/>
5. Prado - Madrid: <https://www.museodelprado.es/en/the-collection/art-works>
6. Louvre - Paris: <https://www.louvre.fr/en/visites-en-ligne>
7. British Museum - Londres: <https://www.britishmuseum.org/collection>
8. Metropolitan Museum - Nueva York: <https://artsandculture.google.com/explore>
9. Hermitage - Sanpertesburgo: <https://bit.ly/3cJHdnj>
10. National Gallery of art - Washington: <https://www.nga.gov/index.html>



ENTRETENIMIENTO

INICIATIVAS EN RRSS

El ingenio y la solidaridad pueden alcanzar a mucha más población en la actual sociedad de la información.

Si todavía no tienes redes sociales, contacta con nosotr@s y te ayudaremos e informaremos sobre su creación y uso.

En redes como Instagram han aparecido múltiples retos e iniciativas plásticas, musicales, deportivas, etc.

#telocuentoendirecto

@yomequedoencasafestival.

@yoencasita

@yomemuevoencasa

Múltiples artistas están ofreciendo conciertos, masterclass y otras actividades con los hastag #cuarentena y #yomequedoencasa.

Del mismo modo son múltiples las cadenas en Whatsapp con retos, inciativas, etc. para compartir con la familia y amistades.



MENORES

ESPACIO JOVEN SAN BLAS

SIGUENOS EN:

 @espaciojouensanblas

TELEOCIO

Talleres diarios/Directos/Retos/Hauseparty...

HOME SCHOOLING

Técnicas de estudio telemáticas

Inglés en directo

Tips de estudio en casa

ESCUELA DE FAMILIAS

Talleres telemáticos

Atención individualizada

Chat de dudas



MENORES

El Ministerio de Educación y Formación Profesional y RTVE han lanzado 'Aprendemos en casa' para facilitar el aprendizaje de todo el alumnado durante la suspensión de clases presenciales.

'Aprendemos en casa' es una programación especial de televisión impulsada por el MEFP para paliar la falta de clases presenciales motivada por la crisis del coronavirus, especialmente entre el alumnado socialmente más vulnerable

Con cinco horas diarias de programación educativa, está dirigido a estudiantes de entre 6 y 16 años y se emitirá en abierto en la franja matinal de Clan TV y La 2 de TVE.



clan

MENORES

Desde Fundación Atenea y su “Servicio de Apoyo y Acompañamiento a menores” en la Mancomunidad de Servicios del Suroeste de Madrid, queremos hacer llegar a las familias y a los niños y niñas, algunas recomendaciones que esperamos os sirvan de apoyo para sobrellevar la situación actual.

Atent@s a nuestros consejos en la página de **Instagram @mancoactiva**

Quedamos a tu disposición para cualquier duda o consejo que puedas necesitar. **Puedes contactar con nosotras por teléfono o whastaspp en :**

692 96 27 39 / 747 77 15 66

O en correos electrónicos: nalia@fundacionatenea.org / isastre@fundacionatenea.org

Y por supuesto... Siguenos en Instagram @mancoactiva

<https://instagram.com/mancoactiva?igshid=1mf5f92069bt5>

Estamos organizando actividades online, ámate a participar.



MENORES

Desde Fundación Atenea seguimos con la antena puesta en la población más joven!!

Por eso desde nuestro proyecto “Antena de Riesgos” en MISECAM seguimos contigo.

Si quieres hablar, preguntar, distraerte y tienes entre 12 y 18 años, estamos de Lunes a Viernes de 12:00h a 13:00h a tu disposición.

Te esperamos en el 656888897. Atenderemos tus llamadas y whatsapp.

Síguenos en Instagram: @ateneamisecam

<https://instagram.com/ateneamisecam?igshid=veoafdtw4d6i>



INICIATIVAS DE ENTRETENIMIENTO

El “Servicio de Apoyo y Acompañamiento a Menores” de la Mancomunidad de Servicios del Suroeste de Madrid, gestionado por Fundación Atenea, pone en marcha la iniciativa online

“Flores de papel en primavera”.

La idea surge con el objetivo de servir de entretenimiento para pequeños y grandes mediante la creatividad y las manualidades. Con la creación de flores de papel se pretende aportar un poco de color a la entrada de la primavera, sirviendo de herramienta para afrontar la cuarentena decretada por el gobierno, con un poco más de entusiasmo y alegría.

Consiste en crear una flor de papel dando vía libre a la originalidad, fotografiarla y enviarla a la página de la mancomunidad en Instagram [@mancoactiva](https://www.instagram.com/mancoactiva).

El plazo de participación es hasta el jueves 26 de Marzo, toda persona que lo desee puede enviar la foto de su creación a través de mensaje directo en el perfil mencionado y se publicará en la red social, de esta forma el proyecto pretende llenar su perfil social de flores llenas de luz y color, dándonos ánimo en estos momentos tan difíciles y delicados.

Podéis consultar toda la información en la siguiente dirección web:

<https://www.instagram.com/p/B99AkSIKMxc/?igshid=1acs3gxp0gdf1>

INICIATIVAS

Solidaridad con las personas privadas de libertad

Estos días de cuarentena están siendo complicados, sin duda una de las cosas más difíciles de las que estamos viviendo es no poder estar cerca de la gente a la que se quiere.

Desde hace más de una semana las visitas de familiares se han suspendido en los centros penitenciarios. Solo pueden comunicar con sus familias mediante las llamadas autorizadas. Los días ya les pesan....

Por eso os animamos a escribirles, las cartas que sean recibidas se colgarán por nuestras compañeras de los equipos penitenciarios en los tabloneros de anuncios de los distintos módulos.

Tenemos la suerte de estar presentes en más de la mitad de las prisiones de Madrid por lo que tu carta de ánimo puede llegar a muchísimos internos

juntosprisionariadna@fundacionatenea.org

Gracias por llevar vuestras palabras a entre los muros de la prisión!!



INICIATIVAS

Solidaridad con las personas privadas de libertad



...Y de repente, sin esperarlo, vi
privada mi libertad, y entonces te
comprendí...

.....
Desde hace más de una semana las visitas de familiares se han
suspendido en los centros penitenciarios.

En estos momentos, en los que ponernos en sus zapatos es más
fácil que nunca, **os animamos a escribirles una carta.**

Tú carta puede ser el balcón de una persona que cuando mira por
su ventana solo ve barrotes.

Ahora más que nunca toda la ciudadanía unida miramos hacia
un futuro mejor.



Envía tu carta a:

juntosprisionariadna@fundacionatenea.org

#QUÉDATEENCASA



Fundación Atenea

**NO
ESTÁS
SOLA**

RECURSOS

MUJER

ATENCIÓN A LAS VG

#NOESTÁSSOLA

- En **Fundación Atenea**, todos nuestros servicios que atienden a mujeres (empleo, orientación y acompañamiento social, apoyo psicológico, salud, atención a las violencias machistas, etc.) siguen funcionando pese al estado de alarma. Ponte en contacto con nosotras, **NO ESTÁS SOLA**. En las últimas páginas de esta guía encontrarás cómo contactarnos.
- El teléfono 016 de atención a las víctimas de violencia de género sigue funcionando las 24 horas del día.
- Se ha establecido otro teléfono de Atención a Víctimas De Violencia de Género durante el Estado de Alarma - 900 100 009 (de lunes a viernes de 9.00 a 17.00h).
- Atención Personas con Discapacidad Auditiva - 900 110 016
- Centro de crisis 24 horas para la atención a mujeres víctimas de violencia sexual de Madrid:
Teléfono: 900 869 947
Correo: centrodecrisis@fundacion-aspacia.org
- Servicio de Atención a Mujeres Víctimas de Violencia de Género (S.A.V.G. 24 Horas) de Madrid:
Teléfono: 900 222 100
Correo: savg24h@madrid.es
- Además la red de Puntos Municipales del Observatorio Regional de la Violencia de Género siguen funcionando. Consultanos si quieres acceder al de tu municipio.



#NOESTÁSSOLA

- Además de buscar el apoyo de familiares y amistades de confianza, si necesitas hablar sobre cómo te encuentras o apoyo psicológico inmediato, el Ministerio ha puesto un servicio de Whatsapp, donde se puede contactar escribiendo a los siguientes números de teléfono: 682916136 y 682508507.
- Los centros de emergencia y de acogida han sido declarados servicios esenciales, por lo que podrás acudir a ellos si precisas abandonar el domicilio en todas las Comunidades Autónomas. Cuando pidas ayuda de emergencia debes explicar que necesitas alojamiento temporal seguro.
- Ante una situación de peligro, desde el Ministerio recuerdan que puedes abandonar el domicilio para pedir ayuda para ponerte en contacto con las fuerzas y cuerpos de seguridad del Estado: 112 (emergencias), 091 (Policía Nacional) y 062 (Guardia Civil).
- En situaciones de peligro o emergencia, no existirá sanción por salir a la calle. Si te ves en peligro y no puedes salir, busca un lugar seguro en el que resguardarte.
- Si no puedes pedir ayuda tú directamente intenta pedir ayuda a las personas que se puedan encontrar en tu entorno para que contacten con los teléfonos de emergencia o salgan a pedir ayuda o a denunciar la situación. Recuerda que también puedes activar la aplicación móvil ALERTCOPS.

#NOESTÁSSOLA

PSICÓLOGAS PERINATALES DE GUARDIA FRENTE A LA SITUACIÓN DE EMERGENCIA SANITARIA

Días Lunes

- 10 a 12 - Virginia Luz Galván +549 3517911508
- 10 a 12 - Pilar Gómez- Ulla - 617806563
- 11 a 12 - Lola Pavón - 647755126
- 11 a 14 - Mónica López - 600 26 59 17
- 18 a 20 - Gabriela González - 605387134

Días Martes

- 10 a 12 - Natalia Camps - 686266276
- 12 a 14 - Andrea Rodríguez - 678269087
- 16 a 18.00 - Ana Sánchez -687044598

Días Miércoles

- 10 a 13.30 - Iliana París García - 664704676
- 16.30 a 19.30 - Susana D´Ambrosio - 672659939
(Psiquiatra)
- 17.00 a 19.00 - Ana Kovacs - 651339760

Días Jueves

- 10 a 11.30 - Iria Sanz Vázquez -676678082
- 10 a 14.00 - Jazmín Mirelman - 620169030
- 14 a 16.00 - Silvia Saharrea - 658 862 964
- 14 a 18.00 - Irene Ovelar ireneovelar@gmail.com

Días Viernes

- 10 a 12.00 - Pilar Gómez -Ulla - 617806563
- 10 a 13.00 - Fabiola Cortéz - 676 041 641
- 14 a 18.00 - Carolina Sujoy - 5491163743070

Días Sábado

- 10 a 14.00 - Cristina Pozo Bardera - 622081205
- 10 a 14.00 - Idaira Izquier. Hidalgo- 653619863
- 10 a 20.00 - Iruña Arancibia - 635750588

Días Domingo

- 10 a 14.00 - Irene de la Cruz- 605362758
- 21.30 a 23.00 - Montse Plaza - 646418550



#QUÉDATEENCASA



Fundación Atenea

**REDES DE CUIDADOS
RECURSOS**

**ATENCIÓN A L@S
MÁS VULNERABLES**

SINHOGARISMO

ALIMENTACIÓN

Gestión emocional y ánimo a la responsabilidad



#AteneaTeletrabaja

#Quedateencasa

#Saldremosdeesta



SINHOGARISMO

EMERGENCIA SINHOGARISMO

Desde **Fundación Atenea**, reforzamos y nos ponemos en marcha para prestar la atención a todas las personas en situación de máxima vulnerabilidad a la que atendemos en diferentes recursos.

Nos estamos volcando en, siguiendo todas las medidas de seguridad y prevención de contagio, **atender a todas aquellas personas que residen en nuestros pisos de alojamiento social o pertenecen a nuestros programas de reducción de daños y acompañamiento social.** Estamos reforzando diariamente los correspondientes seguimientos y planteando un acompañamiento de calidad en esta excepcional situación.

Si conoces algún caso que creas que puede ser susceptible de nuestra ayuda **contáctanos.**



SINHOGARISMO

EMERGENCIA SINHOGARISMO

RECURSOS PARA LA PERNOCTACIÓN Y ACOGIDA DE EMERGENCIA:

- Glorieta de San Vicente (Metro: Príncipe Pío) a las 19:30 y 20:30. Salida de un autobús a las diferentes ubicaciones.
- Atocha (Metro: Atocha) a las 21:15 y a las 22:00 saldrá un autobús a las diferentes ubicaciones.
- Samur Social. Carrera de San Francisco 10 (La Latina).

:

SIN HOGARISMO

EMERGENCIA SIN HOGARISMO

El Ayuntamiento va a habilitar IFEMA Feria de Madrid para acoger a 150 personas sin hogar que no tengan síntomas de contagio por COVID-19.

La medida, que se tramitará mediante un contrato con procedimiento de urgencia, contempla la posibilidad de ampliar las plazas hasta llegar a 600 para cumplir con el aislamiento decretado por el Gobierno durante la crisis del coronavirus.

En este sentido, además de habilitar IFEMA, el Consistorio madrileño ha ampliado la campaña del frío hasta el 31 de mayo para contar con 479 plazas y 30 de centros de día y dispone de un hotel con otras 56 plazas ampliables a 110 y de una pensión en Madrid con 40 plazas y capacidad para llegar a 70.

En total, sumando todos estos nuevos recursos, el área social del Ayuntamiento ha ampliado las plazas para personas sin hogar ante la crisis del coronavirus en 246, que podrían llegar a ser 780 si fuera necesario, a las que a partir del 31 de marzo se sumarán las 509 de la campaña del frío.

De igual forma, el Ayuntamiento está aplicando un protocolo de seguridad específico para los centros de acogida a personas sin hogar, donde se ha procedido a la suspensión de actividades y visitas y se ha intensificado el seguimiento del equipo sanitario con aquellos usuarios que son más vulnerables por motivos de salud.

En caso de detección de un caso sospechoso de contagio por COVID-19, se procede al aislamiento del usuario y se avisa a los servicios sanitarios para que procedan a realizar una valoración y determinen posteriores medidas.

SINHOGARISMO

EMERGENCIA SINHOGARISMO

Recursos de alojamiento vinculados a la Campaña de Invierno.

Se ha ampliado el plazo de todos los recursos de alojamiento vinculados a la campaña de invierno hasta el mes de mayo.

Actualmente están todos completos. La PUE (Puerta Única de Entrada) no funciona.

Albergues Municipales.

Están todos completos y no admiten ingresos siguiendo los dictámenes del Ministerio de Sanidad.

La PUE (Puerta Única de Entrada) no funciona.

IFEMA

Las 150 plazas abiertas están completadas. Van a abrir más plazas.

Red FACIAM

Todos los alojamientos están en cuarentena y no aceptan ingresos.

Las entidades podemos seguir enviando derivaciones que se sumarán a la lista de espera. Cuando se acabe la cuarentena se irán completando según orden de recepción.

Personas sin hogar que están aún en la calle

Las personas que están viviendo en la calle pueden pasarse por la sede del SAMUR, sita en Carrera de San Jerónimo 10, donde les entregarán una tarjeta que les acredita para poder continuar en la calle sin ser multados.

Otros centros de la Comunidad de Madrid

Colmenar Viejo: Asociación Jesús Caminante. Completo en cuarentena. No admiten a nadie.

Aranjuez: Albergue San Vicente de Paúl. Incompleto en cuarentena. No admiten a nadie.

ALIMENTACIÓN

Reparto alimentos

Comedor de Plaza Elíptica

Dirección: Calle San Filiberto, 2

Transporte:

- Metro: Plaza Elíptica (líneas 6, 11)

- Bus: 60, 81, E1

Teléfono: 91 469 59 98

Información práctica y Horario por la situación de alarma: sin acceso directo. Se ha de solicitar plaza a través de los servicios sociales donde esté empadronada cada persona. Depende de la Comunidad de Madrid. Horario: lunes, miércoles y viernes recogida de bolsa de picnic para comer y cenar en el día y retiran la del día siguiente (con los tres días de recogida cubren toda la semana).

Hijas de la Caridad. Programa Integral Vicente de Paúl. Comedor María Inmaculada

Dirección: Paseo General Martínez Campos, 18

Transporte:

- Metro: Iglesia (línea 1), Alonso Cano (línea 7) y Rubén Darío (línea 5)

- Bus: 5, 16, 61

Teléfono: 91 446 47 39

Horario: Mantienen dos turnos a las 11h y a las 14h.

Información práctica: entrega de picnic y bocadillos con y sin tarjeta.



ALIMENTACIÓN

Reparto alimentos

Comedor de la Calle Canarias

Dirección: Calle Canarias 5

Transporte:

- Metro: Palos de la Frontera (línea 3)
- Bus: 6, 55, 47, 45, 19

Información práctica y horario por la situación excepcional de alarma: sin acceso directo. Se ha de solicitar plaza a través de los servicios sociales donde esté empadronada cada persona. Depende de la Comunidad de Madrid. Horario: lunes, miércoles y viernes recogida de bolsa de picnic para comer y cenar en el día y retiran la del día siguiente (con los tres días de recogida cubren toda la semana).

Comedor Santa Isabel

Dirección: Calle Galileo, 14

Transporte:

- Metro: San Bernardo (líneas 2, 4)
- Bus: 2, 202

Teléfono: 91 447 92 92

Información práctica y horario por la situación excepcional de alarma: sin acceso directo. Se ha de solicitar plaza a través de los servicios sociales donde esté empadronada cada persona. Depende de la Comunidad de Madrid.

Horario: lunes, miércoles y viernes recogida de bolsa de picnic para comer y cenar en el día y retiran la del día siguiente (con los tres días de recogida cubren toda la semana).

ALIMENTACIÓN

Reparto alimentos

Comedor Santiago Masarnau

Dirección: Calle Serafín de Asís, 7-A

Transporte:

Metro: Batán (línea 10) - Bus: 36, 39

Teléfono: 91 470 13 50

Horario: de 9h a 11h. El servicio va a funcionar de lunes a sábado.

- 1º adultos que pueden llevar un taper y cubiertos (y que tienen un lugar para calentar la comida).

NO necesitan ir derivados de servicios sociales. Presentan su documentación y les dan un número (código) que les sirve hasta el 3 de abril. Luego lo prologarán sucesivamente. De 9:00 a 11:00 de la mañana

Ofrecen 2 platos (1 y 2º) y fruta. Deben llevar dos táperes

- 2º adultos sin hogar: que no tienen taper y no tienen donde calentar.

NO necesitan ir derivados de servicios sociales

Presentan su documentación y les dan un número (código) que les sirve hasta el 3 de abril. Luego lo prologarán sucesivamente.

De 12:30 a 13:00 horas

Ofrecen bocadillos. No necesitan llevar nada

- 3º Banco de alimentos para familias:

Aunque hasta ahora era solo para familias derivadas de Servicios Sociales, están aceptando excepciones de familias con muchas necesidades si vienen derivadas de las entidades del tercer sector.

Para ello debéis llamar o mandar un correo electrónico previamente (para que os de la confirmación) a Montserrat:

Teléfono: 68 63 04 250 / montserrat@masarnau.ssvp.es

- 4º Un día a la semana van a dar bolsa con un sándwich y fruta para la cena

ALIMENTACIÓN

Reparto alimentos

Comedor Social Luz Casanova. Apostólicas del Corazón de Jesús

Dirección: Calle José Marañón, 15-E

Transporte:

- Metro: Alonso Martínez (líneas 4, 5, 10)
- Bus: 3, 7, 40, 147

Teléfono: 91 445 41 69

Horario:

- Desayunos de 9h a 10h
- Comidas de 12.45h a 14h /o reparto de bolsa de comida tipo picnic

Información práctica: están atendiendo a los habituales que ya tienen la tarjeta de comedor de 9 a 14. Para casos nuevos hablar con la Trabajadora Social (Tel: 914454169) y valoran el caso con posibilidad de incorporar a la persona.



ALIMENTACIÓN

**MERCADOS MUNICIPALES DE MADRID
COMPRA TELEFÓNICA Y ON LINE
REPARTO A DOMICILIO.**

**Contácta con Fundación Atenea Madrid y te indicaremos
cómo realizar dichas compras.**



1KLASS 5 KG
Ursprungsland: Finland

TOMAT

INICIATIVAS

RECOGEMOS A CONTINUACIÓN DIFERENTES REDES DE CUIDADOS EN MADRID.
¡QUÉ TAN VALIOSA ES LA PARTICIPACIÓN CIUDADANA, QUÉ IMPORTANTE Y VALIOSA LA GENTE!

GRUPO DE APOYO ARGANZUELA

Un grupo de jóvenes del barrio de Arganzuela estamos organizándonos para ayudar hacer la compra de alimentos y medicamentos para aquellas personas que no puedan o deban salir a la calle. Se tomarán todas las medidas sanitarias necesarias y no se producirá contacto alguno con estas personas.

CONTACTO:
667267923
680870514
649216070

RED DE APOYO EN BELLAS VISTAS

gestionado y organizado por la Comisión de Fiestas Bellas Vistas

¿Necesitas ir a la compra o a la farmacia?

Hemos creado un grupo de vecin@s de menor riesgo para que las personas más vulnerables por coronavirus no tengan que salir de su casa.
NUESTRA AYUDA SERÁ GRATUITA Y SOLIDARIA.

SI QUIERES SER VOLUNTARIO ESCRÍBENOS O LLAMA AL: 609479375

SI NECESITAS AYUDA ESCRÍBENOS O LLAMA AL: 630519510

¿NECESITAS AYUDA O QUIERES AYUDAR?

BANCO DE AYUDAS PARA CUALQUIER VECIN@ DEL BARRIO

TELÉFONOS: 638287856 o 626775403
CORREO: av.manzanares@gmail.com

DESDE LA AAVV MANZANARES LANZAMOS ESTA INICIATIVA PARA PONER EN CONTACTO A LAS PERSONAS INTERESADAS EN DAR O RECIBIR AYUDA
SOLIDARIDAD EN EL BARRIO - COLONIA DEL MANZANARES

RED DE CUIDADOS BARRIO DEL PILAR

Desde el Centro Social la Piluka creemos que la solidaridad entre vecin@s es fundamental para hacer frente a esta crisis sanitaria, por lo que nos ofrecemos como apoyo para:

- CUIDAR INDIVIDUALMENTE A LOS PEQUES CUYAS FAMILIAS NO PUEDAN TRABAJAR DESDE CASA Y HACERSE CARGO DE ELLOS
- HACER LAS COMPRAS A LAS PERSONAS MAYORES O DE OTROS GRUPOS DE RIESGO
- PASEAR A LAS MASCOTAS DE PERSONAS MAYORES O DE OTROS GRUPOS DE RIESGO

CONTACTOS
Para algún cuidado:
610 08 04 53 o lapiluka8m@gmail.com
Para unirse como voluntari@: 681 13 89 54

INICIATIVAS

RECOGEMOS A CONTINUACIÓN DIFERENTES REDES DE CUIDADOS EN MADRID.
¡QUÉ TAN VALIOSA ES LA PARTICIPACIÓN CIUDADANA, QUÉ IMPORTANTE Y
VALIOSA LA GENTE!

QUERIDA VECINA, QUERIDO VECINO ¿NECESITAS AYUDA? ¿PUEDES OFRECERLA?

En La Conce y Quintana nos sumamos a la iniciativa de red cuidados de otros barrios para ofrecer apoyo en:

- HACER COMPRAS A PERSONAS MAYORES O DE GRUPOS DE RIESGO.
- CUIDADOS INDIVIDUALIZADOS A PEQUES CUYAS FAMILIAS NO PUEDAN TRABAJAR DESDE CASA.
- PASEO DE ANIMALES DE PERSONAS MAYORES O DE GRUPOS DE RIESGO.
- ¿NECESITAS O CONOCES A ALGUIEN QUE NECESITE OTRO TIPO DE APOYO?

Desde el Banco del Tiempo de La Conce, pondremos en contacto a las personas que ofrecen ayuda y a las que la necesitan, siguiendo las medidas de prevención y recomendaciones sanitarias.

¡SOLIDARIDAD SIN FRONTERAS Y APOYO MUTUO EN LOS BARRIOS!

Contacta para recibir cuidados o formar parte del grupo:

 615 652 209 (llamadas y whatsapp)

 bancotiempolaconce@gmail.com


Banco de
TIEMPO
La Conce



¿Vives en Collado Villalba y eres grupo de riesgo?
¿Necesitas ir a la compra o a la farmacia?

Hemos organizado un grupo de vecin@s de menor riesgo para que las personas más vulnerables al coronavirus no tengan que salir de casa. Nuestra ayuda será gratuita y solidaria.

 **Escríbenos o llámanos al 622-53-75-36**

INICIATIVAS

RECOGEMOS A CONTINUACIÓN DIFERENTES REDES DE CUIDADOS EN MADRID.
¡QUÉ TAN VALIOSA ES LA PARTICIPACIÓN CIUDADANA, QUÉ IMPORTANTE Y
VALIOSA LA GENTE!

en VILLAVERDE nos CUIDAMOS JUNTAS BAJO

RED DE APOYO MUTUO Y CUIDADOS DE VILLAVERDE BAJO
Estamos creando una red de solidaridad y cuidados para hacer frente a este período de emergencia sanitaria.
Teléfono: +34 684 43 27 05
e-mail: redcuidadosvillaverdebajo@gmail.com
Personas voluntarias:
<https://forms.gle/MuUdwNPSNc1f8CZu9>
Personas que necesitan ayuda:
<https://forms.gle/3EUEkoj1FVp1ybpa9>

También saben de nuestra existencia:
Centro de Salud del barrio, Farmacias, Servicios Sociales, parroquias, Asociaciones Vecinales, comercios del barrio... trabajamos en conjunto.
Para SERVICIOS SOCIALES:
csseduardominguito@madrid.es 91 710 93 56
Para GESTIONES MÉDICAS: Recetas, bajas, citas, dudas..
Centro de Salud Rosales: CALLE DIAMANTE, 12
917 230 327 (cita previa).
Centro de Salud el Espinillo: AVENIDA OROVILLA, 53
913 180 775

#YOQUEDEOENCASA
#QUEDATEENCASA
#TECEDOUNRECADO
#APOYO MUTUO
#BARRIOSEQUEDAENCASA

Cuidémonos del Coronavirus

Red de Cuidados Chamberí

¿Quiénes somos?

Pues la misma gente que siempre nos cruzamos por el bloque, por el barrio... Pero esta vez con una crisis en la que tenemos que fortalecer nuestros lazos (aunque sea a 2 metros) y ayudarnos mutuamente.

¿Qué hacemos?

Vamos a hacer todo lo posible para ayudarnos a seguir las recomendaciones que nos transmiten las autoridades en salud y poder hacer lo más fácil estas semanas de excepción que nos quedan por delante.

Para facilitar, a todas esas personas que son población de riesgo o que por una razón u otra puedan contagiar y tengan que estar en cuarentena, nos ofrecemos, sin ánimo de lucro y con protocolos de higiene, para cosas varias como hacer compras, sacar basura, sacar al perro, etc.

¿Cómo nos puedes contactar?



676 257 023
675 416 477
636 882 029
cuidadoschamberi@gmail.com

¿NECESITAS AYUDA O QUIERES AYUDAR?

Vamos a realizar un banco de ayuda al que cualquier vecino/a puede acceder.

Contactarnos al: 722233425
o nuevalipa@gmail.com



Será la asociación la que ponga en contacto a las personas que ofrecen ayuda y las que lo necesitan

SOLIDARIDAD EN LA ELIPA

LANZAMOS ESTO DESDE LA ASOCIACIÓN VECINAL PARA AYUDAR A LOS VECINOS Y VECINAS EN ESTA CRISIS SANITARIA

INICIATIVAS

RECOGEMOS A CONTINUACIÓN DIFERENTES REDES DE CUIDADOS EN MADRID.
¡QUÉ TAN VALIOSA ES LA PARTICIPACIÓN CIUDADANA, QUÉ IMPORTANTE Y VALIOSA LA GENTE!

LOS VECINOS DE CARABANCHEL HEMOS CREADO "CIUDADANIA SOLIDARIA"

Si quieres participar como voluntario, ¡ponte en contacto con nosotros!

SEGURIDAD
PRECAUCIÓN
CONFIANZA

Actuaremos conforme al artículo 7 del Real Decreto

¿Conoces a alguien mayor que necesite ayuda en el barrio?

Si conoces a alguien en situación de necesidad, ¡no dudes!



PONTE EN CONTACTO:
616798519
694432417

COLABORAN:

Asociación de vecinos de Comillas
Asociación de mujeres de Comillas
Asociación de vecinos Alto de San Isidro
Asociación de vecinos General Ricardos
Grupo de Mujeres de Carabanchel

Asociación de vecinos Casco Antiguo de Carabanchel

COORDINAN:
Centro de salud de Fátima:
Asociación Trasluz

RED DE CUIDADOS ALUCHE

frente a la crisis del COVID-19

En Distrito 104 Aluche, creémos que en momentos de crisis y de necesidad, es indispensable que los vecinos de los barrios seamos solidarios y cooperemos para seguir adelante. Como somos un colectivo joven, **ofrecemos nuestra ayuda para realizar la compra tanto de alimentos como de medicamentos a todas las personas que lo necesiten** y que por cualquier circunstancia no puedan salir a la calle.

No dudéis en pedir ayuda y contactar con nosotras en caso de necesidad. Tomaremos las medidas sanitarias necesarias para evitar cualquier riesgo. En los momentos más difíciles, solidaridad y apoyo mutuo.

CONTACTO

distrito104aluche@gmail.com

@distrito104

(Campamento - Aluche - Eugenia de Montijo - Carabanchel)

RED DE CUIDADOS DE MORATALAZ



Somos vecinos y vecinas de Moratalaz, las mismas que nos cruzamos en el barrio o en el bloque, que entendemos que ante la crisis que estamos viviendo debemos fortalecer nuestros lazos y apoyarnos mutuamente.



Sabemos que muchas estáis teniendo dificultades especiales por ser población de riesgo (y tener que seguir una -todavía más- estricta cuarentena), tener dificultades de movilidad, etc.



Por ello, nos ofrecemos **sin ánimo de lucro** y con protocolos de **higiene** para cuestiones como hacer la compra, sacar la basura o sacar al perro

Si tienes necesidades de cuidados y/o dificultades para hacer la compra

Contacta con nosotras en redcuidadosmoratalaz@gmail.com
o en el teléfono 629 894 981
Déjanos tus datos de contacto: nombre, teléfono, y necesidades

Grupo de Cuidados de
TETUÁN
TODOS LOS DÍAS

- Cuidado de peques
- Llevar la compra a casa
- Sacar de paseo a perritos
- Cualquier otro tipo de necesidad que no pueda llevar a cabo

CONTACTA por correo: celiajise@gmail.com
o a los telés: 635 07 31 95
608 57 10 70
679 21 15 06

organizado por vecinas de tetuán por la solidaridad y el apoyo mutuo



INICIATIVAS

RECOGEMOS A CONTINUACIÓN DIFERENTES REDES DE CUIDADOS EN MADRID.
¡QUÉ TAN VALIOSA ES LA PARTICIPACIÓN CIUDADANA, QUÉ IMPORTANTE Y
VALIOSA LA GENTE!

Grupo de Cuidados Guindalera
CUIDÉMONOS DEL CORONAVIRUS

¿Quiénes somos?
Vecinos y vecinas del barrio que ante la crisis sanitaria y social en que nos encontramos pensamos que para salir de ella hay que fortalecer los lazos y el apoyo mutuo entre las personas.

¿Qué hacemos?
Vamos a hacer todo lo posible para ayudarnos a seguir las recomendaciones que nos transmiten las autoridades en salud y hacérselo más fácil estas semanas de excepción que nos quedan por delante.
Para facilitararlo, a todas esas personas que son población de riesgo o que por una razón u otra puedan contagiarse y tengan que estar en cuarentena, nos ofrecemos, sin ánimo de lucro y con protocolos de higiene, para cosas varias como hacer compras, sacar basura, sacar al perro, etc.

¿Cómo nos puedes contactar?
633 42 65 20
redcuidadosguindalera@gmail.com

Para ayudar entra en el grupo de Whatsapp de voluntariado:

en MI BARRIO nos CUIDAMOS JUNTAS

***RED DE APOYO MUTUO Y CUIDADOS DE USERA*
BARRIO SAN FERMÍN**

Estamos creando una red de solidaridad y cuidados vecinales para hacer frente a este periodo de emergencia sanitaria.
Para la RED de San Fermín, CONTACTA: 690 072 074 (BÁRBARA)

También saben de nuestra existencia:
Centro de Salud del Barrio, Farmacias, Servicios Sociales, parroquias, Asociaciones Vecinales, comercios del barrio... trabajamos en conjunto.

Para Emergencias de SERVICIOS SOCIALES:
91 565 60 20 / 22 (CSS San Filiberto)

Para GESTIONES MÉDICAS:
recetas, bajas, citas, dudas...
91 792 33 12 (Centro Salud San Fermín)

#YoMeQuedoEnCasa
#QuédateEnCasa
#UseraSeQuedaEnCasa
#TeCedoUnRecado
#ApoyoMutuoUsera
#SanFermínSeQuedaEnCasa

RED VECINAL Y CUIDADOS DE GALAPAGAR

¿QUIÉNES SOMOS? Vecinas y vecinos de Galapagar que ante la situación de emergencia sanitaria nos organizamos para ayudar a personas con problemas de movilidad y población de riesgo que vivan en el término municipal de Galapagar.

¿QUÉ HACEMOS? Nos ofrecemos a hacer la compra de supermercado y farmacia y generamos una lista de todos los comercios que permanecen abiertos en el término municipal de Galapagar, todo ello de manera solidaria, sin ánimo de lucro y con

protocolo estricto de HIGIENE

¿CÓMO PARTICIPAR? Tengamos en cuenta a las personas a la población en riesgo y personas mayores. Si necesitas ayuda o quieres colaborar

CONTACTA a:
679 378 977 – 665 430 924 – 647 464 484

OFRECEMOS AYUDA PARA HACER LA COMPRA Y OTRAS NECESIDADES BÁSICAS DE MANERA GRATUITA

Desde la Asamblea Vecinal de Rivas nos ofrecemos para todas las personas que no puedan realizar compras de primera necesidad.

Teléfonos: 628 848 408 // 682 895 225 // 609 911 185

Correo: assembleavecinalderivas@gmail.com

También pedimos COLABORACIÓN CIUDADANA Y DIFUSIÓN para realizar estas tareas.

¡Gracias!



#QUÉDATEENCASA



Fundación Atenea

OFICINAS
EXTRANJERÍA
CIUDADANÍA

EXTRANJERÍA,
INSS, TRÁMITES.

DNI

INSS

EXTRANJERÍA

CON MOTIVO DE LA SITUACIÓN EXCEPCIONAL GENERADA EN ESPAÑA POR EL COVID-19, SE RECOGEN ALGUNAS DE LAS MEDIDAS ADOPTADAS QUE INCIDEN EN LA TRAMITACIÓN DE EXTRANJERÍA.

El Instituto Cervantes (13/03/2020) cancela la celebración de las convocatorias del examen de CCSE de 26 de marzo de 2020, y las del examen DELE de abril y mayo 2020, ambos necesarios para acceder a la nacionalidad española por residencia.

La Secretaría de Estado de Política Territorial y Función Pública, con carácter preventivo, cesa la atención presencial al público en todas las OFICINAS DE EXTRANJEROS integradas en el Área Funcional de Trabajo e Inmigración, quedando suspendidas temporalmente todas las citas concertadas en estas oficinas, con efectos desde el día 16/03/2020.

Se suprime el servicio de cita previa para la expedición de documentos de extranjería por la Policía, incluyendo la anulación de las citas que ya estuvieran reservadas para su realización.

En total, quedan afectados por dicha suspensión los siguientes trámites:

- Toma de huellas.
- Autorización de regreso.
- Carta de invitación.
- Prórroga de estancia sin visado.
- Prórroga de **visado** de estancia de corta duración.
- Certificado de NIE, de residente y de no residente.
- Cédula de inscripción de indocumentado.
- Título de viaje para la salida de España (indocumentado).
- Documentación relativa a protección internacional y estatuto de apátrida.
- Certificado de registro de ciudadano de la UE.

EXTRANJERÍA

CON MOTIVO DE LA SITUACIÓN EXCEPCIONAL GENERADA EN ESPAÑA POR EL COVID-19, SE RECOGEN ALGUNAS DE LAS MEDIDAS ADOPTADAS QUE INCIDEN EN LA TRAMITACIÓN DE EXTRANJERÍA.

Instrucción del CGPJ (11/03/2020): se suspenden los plazos de las actuaciones registrales. Sede del Registro Civil Único (c/ Pradillo, 66): suspendida la celebración de juras de nacionalidad.

Se mantienen:

- La celebración de matrimonios ya señalados (acceso a Sala sólo de contrayentes y 2 testigos),
- Las inscripciones de nacimiento en plazo y la firma de licencias de enterramiento. Los certificados podrán solicitarse a través de la web del Ministerio de Justicia: www.mjusticia.es, en "trámites y gestiones personales".

Las ventanillas de legalizaciones e información del Ministerio de Asuntos Exteriores, Unión Europea y Cooperación (MAEC) de la calle Pechuán, 1 (Madrid), permanecerán cerradas hasta nuevo aviso.

Sigue la información en el [913798854](tel:913798854) e informacion.consular@maec.es

La Subdirección General de Protección Internacional/Oficina de Asilo y Refugio (C/Pradillo, 38-40, Madrid) suspende la atención al público hasta nuevo aviso, incluyendo las entrevistas convocadas desde el 16/03/2020.

También se suspenden los trámites que efectúan, en el mismo edificio, la Policía Nacional y la Unidad de Trabajo Social del Ministerio de Inclusión, Seguridad Social y Migraciones, manteniéndose sólo la atención telefónica por parte de la citada Unidad.

Solo se expedirán certificados de antecedentes penales, sexuales, últimas voluntades y seguros de vida a través de la sede electrónica del Ministerio, quedando suspendida la atención presencial y, por tanto, sin efecto las citas previas. También para el registro de documentos deberá recurrirse a la sede electrónica.

Quedan suspendidas las citas previas del Servicio de Orientación Jurídica (SOJ) del ICAM -tlf. 900 814 815 -, incluyendo el de extranjería. Quienes ya tenían cita fijada serán atendidos por teléfono y éste se mantiene a efectos de información.

EXTRANJERÍA

OFICINAS MUNICIPALES DE INFORMACIÓN, ORIENTACIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO PARA LA INTEGRACIÓN SOCIAL DE LA POBLACIÓN INMIGRANTE DEL AYUNTAMIENTO DE MADRID.

Como medida preventiva ante el COVID-19 no prestarán atención presencial.

Las atenciones se realizarán por teléfono o en los correos que a continuación las oficinas han indicado:

OFICINAINMIGRACION@OFICINAINMIGRACION.INFO Y
OFICINAINMIGRACION@MADRID.ES

Las acciones y actividades grupales quedan suspendidas hasta nueva orden.

TELÉFONOS DE CONTACTO EN OFICINA NORTE:
917581437- 664893803 / 664594921.

TELÉFONOS DE CONTACTO EN OFICINA SUR:
914625480- 664595902



SEGURIDAD SOCIAL

La Seguridad Social cierra la atención al público presencial en sus oficinas desde el lunes 16 de marzo, las oficinas del INSS, de la TGSS y del ISM **no tendrán servicio de atención al público.**

Se trata de una medida extraordinaria que busca cumplir con las indicaciones de las autoridades sanitarias

La Seguridad Social seguirá trabajando para garantizar la acción protectora del Sistema y los derechos de la ciudadanía.

La ciudadanía tiene la posibilidad de realizar los trámites urgentes que no puedan posponerse a través de los instrumentos telemáticos de la Sede Electrónica, del Sistema Red y del Registro Electrónico y llamando a los teléfonos: 901166565 (INSS) y 901502050 (TGSS).

Los centros se mantendrán operativos a puerta cerrada, con el fin de garantizar el funcionamiento únicamente de los servicios indispensables.

Se tienen en cuenta, además, la suspensión de términos y la interrupción de plazos de los procedimientos administrativos aprobadas para no perjudicar a la ciudadanía.



INSS

Dada la situación de excepcionalidad con motivo de la epidemia por COVID-19 que padecemos en la Comunidad de Madrid, la Gerencia Asistencial de Atención Primaria ha adoptado diferentes medidas organizativas entre las cuales tiene especial importancia evitar desplazamientos de ciudadanos a los centros de salud.

En esta línea, con fecha 18 de marzo de 2020 la Gerencia Asistencial de Atención Primaria, contactó con el INSS con motivo de evitar desplazamientos de ciudadanos a los centros de salud para la realización de trámites administrativos relacionados con los partes de baja, confirmación o alta.

Así, se ha acordado que, a partir de la fecha de esta notificación, no será necesario entregar a los afectados de COVID-19 en cualquiera de los códigos existentes en APMadrid, copia de los partes de baja, confirmación o alta.

Las empresas interesadas recibirán esta notificación a través del INSS por la vía establecida.

Pasada la situación asistencial excepcional existente se normalizará esta situación entregando las copias no emitidas al propio paciente.

Desde atención primaria se continuará emitiendo estos partes en IT WEB como se viene haciendo en la actualidad, y desde los centros de salud se notificará esta medida a los ciudadanos en los contactos telefónicos que se mantienen con regularidad.

TRÁMITES Y PLAZOS

- Los Ayuntamientos están ampliando plazos y paralizando tiempos a la hora de abonar [tasas y tributos](#). Consulta con tu Ayto.
- La [campaña de la renta](#) continua por el momento, e iniciará el 1 de abril. La recomendación es su presentación telemática. Consulta fuentes oficiales y pide ayuda si no sabes cómo hacerlo.
- Se establece una moratoria de 1 año para la renovación del DNI. Es decir, si tu [DNI](#) caduca durante el estado de alarma tendrá validez un año más. Y si ya lo tenía caducado y no le ha dado tiempo a renovarlo, hasta que no acabe el estado de alarma ese DNI es válido, sin embargo, cuando termine tiene que renovarlo.
- El [Pasaporte](#) por ser un documento con validez internacional no puede prorrogar su validez. Por lo que durante el estado de alarma no podrá renovarlo si le ha caducado. Recuerden que existen restricciones en las fronteras y se recomienda no viajar.
- [Carné de conducir](#): el Decreto del Gobierno, permite que su carné de conducir sea válido durante este periodo de excepcionalidad. Por ello usted puede circular, aunque las autoridades sanitarias recomiendan que no lo haga para evitar expandir el coronavirus. No obstante, cuando acabe este periodo excepcional deberá renovárselo, ya que, de no hacerlo incurriría en una infracción.

TRÁMITES Y PLAZOS

- Durante el periodo de estado de alarma no tendrá obligación de renovar la ITV de su vehículo.
- Todos los procesos administrativos o judiciales se paralizan como consecuencia del estado de alarma sanitaria motivada por la pandemia del coronavirus. Las Administraciones Públicas, el Consejo General del Poder Judicial y el Ministerio de Justicia han emitido comunicados explicando las medidas que se están tomando en sus respectivos ámbitos. Para evitar que los derechos de los administrados y justiciables se vean afectados por la situación, el Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el Covid-19 estipula la suspensión de los plazos procesales y administrativos, así como los de prescripción y caducidad de los plazos legales para el ejercicio de todo tipo de acciones.
- Queda matizado que la suspensión de los trámites administrativos tiene excepciones: no aplica al pago de cotizaciones a la Seguridad Social ni a los plazos tributarios, como la presentación de declaraciones o autoliquidaciones.
- Los plazos de devolución de compras se interrumpen por el coronavirus hasta que pierda vigencia el estado de alarma. Podrá realizar las devoluciones de productos adquiridos de manera presencial u online una vez pase el periodo excepcional, aunque hayan pasado los 15 o 30 días que se establecen con normalidad.

CONTÁCTANOS SI TIENES DUDAS

ASESORÍA LEGAL:

asesorialegal@fundacionatenea.org

914 696 153 (genérico y mujer) / 635 587 474 (temas laborales)

ASESORÍA EN MATERIA DE EXTRANJERÍA:

asesoriaextranjeria@fundacionatenea.org

635 587 474

ASESORÍA PARA MUJER:

alondra@fundacionatenea.org

914 696 153 / 695 920 098

ASESORÍA EN CUIDADOS Y SALUD:

mrmsmadrid@fundacionatenea.org

higeamadrid@fundacionatenea.org

914 696 153

ASESORÍA EN EMPLEO:

asesoriaempleo@fundacionatenea.org

635 587 474

ASESORÍA EN MENORES, JUVENTUD Y FAMILIA:

antenaderiesgosm@fundacionatenea.org

centrojuvenilsanblas@fundacionatenea.org

747772376



Fundación Atenea

FUNDACIÓN ATENEA

MEJORA LA VIDA DE LAS PERSONAS

En Fundación Atenea continuamos trabajando y acompañándote durante el estado de alarma.

Email:

fundacion@fundacionatenea.org

Twitter: @FundacionAtenea

Facebook: Fundación Atenea @fundacionatenea

Web: <http://fundacionatenea.org/>



Fundación Atenea

Guía de Fundación Atenea

Recopilación de información: Distintos equipos profesionales F.A. Madrid.

Elaboración y maquetación: Sakina Abselam Ballesteros.

#QUÉDAJTEENCASA



Fundación Atenea

#QUÉDATE EN CASA



Fundación Atenea