

EDICIÓ JUNY 2019

VIURE AL CARRER A BARCELONA

**GUIA PRÀCTICA
AMB CONSELLS DE
PERSONES QUE
VIUEN AL CARRER**

#ningú dormint al carrer



Si estàs vivint al carrer i ets major d'edat, aquest document vol servir-te de guia. Trobaràs recursos públics i privats als quals pots anar directament per trobar resposta a necessitats bàsiques.

Si ets un ciutadà o ciutadana preocupat per la situació de les persones sense llar, en aquesta guia trobaràs orientacions sobre com implicar-te.

	DORMIR	4
	ALIMENTAR-TE	5
	MANTENIR LA HIGIENE PERSONAL	7
	PROTEGIR LES TEVES COSES	10
	BUSCAR AJUDA SI PATEIXES UNA AGRESSIÓ	10
	DESPLAÇAR-TE PER LA CIUTAT	12
	SABER ON BUSCAR FEINA	13
	ESTAR COMUNICAT	13
	DEFENSAR ELS TEUS DRETS	14
	ETS UN CIUTADÀ O CIUTADANA PREOCUPAT? IMPLICA'T!	20



Servei on es pot descansar durant el dia



Servei per a dones



Servei on es pot accedir amb gos

Per anar als recursos que recull aquesta guia, no cal que tinguis un treballador/a social que et derivi, pots anar-hi directament.


Et recomanem demanar ajuda a serveis socials el més aviat possible. Així com tothom tenim dret a anar al metge, també el tenim a ser atesos i ateses a serveis socials. Trobaràs llista d'espera però no et cansis d'insistir.

Si vius al carrer a Barcelona,

ves al servei específic de l'ajuntament i explica la teva situació:

Servei d'Inserció Social de l'Ajuntament

Passeig Pujades, 29

 L1 Arc de Triomf

Obre a les 8h.

Si sou una família que esteu a punt de quedar-vos al carrer, no espereu fins l'últim moment; el primer pas és contactar amb Serveis Socials del vostre barri.

PERSONES QUE VIUEN AL CARRER ET RECOMANEN...

Aquesta guia bàsica s'ha fet amb les aportacions de **cinc persones que han viscut al carrer** o que encara hi viuen. Des de la seva experiència, han volgut donar pistes i **consells pràctics per sobreviure al carrer**. Des d'Arrels, ens hem limitat a recollir les seves recomanacions.

Aquí en destaquem uns quants:

- ✓ Intenta arribar als llocs amb antelació per evitar cues o possibles canvis en els recursos.
- ✓ A l'alberg sol haver llista d'espera de dies o setmanes. Tingues paciència i deixa'ls un telèfon perquè et puguin trucar.
- ✓ Vigila les teves coses i la teva documentació; assegura les teves bosses i sabates.
- ✓ Busca un lloc on et deixin dutxar de manera estable.
- ✓ Prepara't per caminar perquè els recursos estan lluny uns dels altres.



Aquests centres per dormir són d'accés directe; pots anar pel teu compte. A Barcelona, a més, existeixen altres tipus de recursos residencials però per accedir-hi cal consultar primer al teu treballador/a social.

Als menjadors municipals pots anar pel teu compte un màxim de tres dies a l'any. Si necessites anar-hi més, demana al teu treballador/a social que faci una derivació. Als menjadors privats, dependrà de si estan a la màxima capacitat o no.

Albergs

Hi ha 3 albergs a Barcelona on pots anar directament. Són temporals. La majoria tenen habitacions compartides. Si ets dona, hi ha habitacions separades.

Albergs d'hivern

4 Centre d'Estades Breus

c/ Llacuna, 25
 L4 Llacuna

Aquest centre està obert entre els mesos de desembre i març. També obre quan la temperatura baixa dels 5°C. Hi pots anar directament i a qualsevol hora.

Quan la temperatura és de 0°C o menys, s'habiliten 325 places més en diferents centres que estan per Sant Martí i Sant Gervasi. Informa't al Centre d'Estades Breus, als centres de dia o a les entitats.

1

Centre Residencial de Primera Acollida Sant Gervasi

c/ Císter, 20
 L7 Av. Tibidabo

Tots els dies, de 20h a 9h. El registre per entrar és a les 20h.

2

Centre Residencial de Primera Acollida Zona Franca

c/ Número 60 Zona Franca, 9

21, 23, 109, 37 i V3
 Obre tot el dia.

3

Equipament integral Nou Barris

c/ Marie Curie, 20
 L4 Lluçmajor

Tots els dies, de 20h a 8h.

PERSONES QUE VIUEN AL CARRER DIUEN...

✓ **L'alberg sol estar ple** amb llista d'espera de dies o setmanes. Si tens telèfon i els hi deixes el teu número, et trucaran.

✓ **Vigila les teves coses**, sobretot la documentació.

✓ Si tens diners, **lloga una habitació**. Busca-la per internet, als locutoris i centres de dia de l'ajuntament. Segons el moment de l'any, trobes hostals compartits d'entre 6€ i 12€ però necessites documentació; recorda ser educat/ada.

✓ Al carrer, **no t'estiris directament al terra**, aconsegueix un cartró o material aïllant.

✓ **Busca un lloc segur**. Les sales d'espera dels hospitals, les estacions i l'aeroport són una opció. Recorda que es tracta d'espais privats amb una normativa i dependrà de cada empresa que et deixin estar.

✓ Dorm durant el dia. **Pots anar als centres de dia** de l'ajuntament o d'Arrels. També és segur la biblioteca, els centres cívics, l'estació de bus o metro.

✓ Si fa fred, calor o plou, **busca un lloc cobert**.

Menjadors socials públics

5

Menjador social de Navas

Av. Meridiana, 238-240
 L1 Navas

De dilluns a diumenge de 12h a 14h.

6

Menjador social de Paral·lel

Av. Paral·lel, 97 bis
 L2 i L3 Paral·lel

Tots els dies, de 12h a 13h. Des de les 10h també pots entrar per descansar. Els dies laborables fan activitats de 15h a 17h.

7

Assís centre d'acollida

c/ Isaac Albéniz, 14-18
 L6 Reina Elisenda

De dilluns a dissabte de 8:30h a 12h. Diumenge de 9h a 12h. Pots entrar amb el teu gos. Si tens morrió, porta'l.

8

Associació Social Yaya Lluïsa

Plaça Raspall, 1
 L4 Joanic

L4 i L5 Verdaguera
 Dimarts i dijous de 9h a 11h.

9

Barcelona Actua

c/Om, 12
 L2 i L3 Paral·lel

Dissabte i diumenge, de 9h a 10:30h.

10

Església Exèrcit de Salvació

c/ Robí, 18
 L3 Fontana

De dilluns a divendres de 8:30h a 9:30h.

11

Hospital de campanya de Santa Anna

c/Santa Anna, 29
 L1 i L3 Plaça Catalunya

Tots els dies de 8h a 11h. També pots anar a descansar entre les 8h i les 20h.

12

Lola No Estás Sola

c/ Baltasar Gracian, 24-26 (local de l'associació de veïns Prosperitat)

L4 Via Júlia

Dimarts i dijous de 10:30h a 12:30h. Espai específic per a dones. Et poden facilitar productes d'higiene femenina. Dimecres de 17h a 19h fan activitats.

13

Mañana en compañía

c/ Elisa, 23
 L7 Putxet

De dilluns a divendres de 10:30h a 12h.

14

Menjador Social Sant Cebrià

c/ Arenys, 65
 L5 El Coll-La Teixonera i L3 i L5 Vall d'Hebron

Dilluns a dissabte de 8:30h a 9:30h.



15

Nueva Vida
c/ Robadors, 7

📍 L3 Liceu

De dilluns a dissabte a les 9h.

16

Obra Social Santa Lluïsa de Marillac

c/ Sant Carles, 33

📍 L4 Barceloneta

De dilluns a divendres de 8:45h a 11h.

17

Patronat Social Escolar

c/ Provença, 389

📍 L2 i L5 Sagrada Família

Tots els dies a les 10h.

Dinar

18

Menjador Reina de la Paz

Plaça de Sant Agustí, 2

📍 L3 Liceu

Dilluns, dimarts, dimecres, divendres i dissabte de 10:15h a 11:15h. Diumenge de 10:30h a 11:15h.

19

Menjador solidari Gregal

Rambla Prim, 22

📍 L4 El Maresme-Fòrum o Besòs Mar

De dilluns a divendres de 13h a 15h.

Berenar o sopar

Hi ha pocs llocs on sopar calent. Algunes entitats ofereixen sopar a les estacions de tren i autobusos com, per exemple, la de Sants.

20 TANCAT

Amásdes, Casa Solidària, Tèrikè i Silo
c/Sardenya, 29

📍 L4 Ciutadella - Vila Olímpica

Dilluns cada quinze dies, de 20h a 22h. Dimarts i dimecres de 20h a 21h. Dijous a les 21h. Divendres a les 20h

9

Barcelona Actua
c/ Om, 12

📍 L2 i L3 Paral·lel

🕒 Dijous de 18:45h a 20h. També trobes un espai per descansar des de les 17:30h.

21

Comunitat de Sant'Egidio - Casa de la Solidaritat

c/ Ataülf, 12

📍 L3 Liceu i L4 Jaume I

Dimarts de 18:30h a 19:30h i dissabte de 17h a 18:30h.

22

La Merienda

c/ Roger de Llúria, 70
(claustre de la parròquia de la Concepció)

📍 L4 Girona

L3 Passeig de Gràcia
Dilluns i dimecres de 17h a 20h.

23

La Terrasetta
c/ Fraternitat, 40

📍 L3 i L5 Diagonal
L4 i L5 Verdader

De 18h a 20h.

15

Nueva Vida
c/ Robadors, 7

📍 L3 Liceu

Dilluns, dimecres, divendres, dissabte i diumenge, a les 19:30h.

24

Parròquia Maria Reina

c/ Moneders, s/n

📍 L3 Zona Universitària

De dilluns a dissabte a partir de les 18h.

PERSONES QUE VIUEN AL CARRER DIUEN...

✓ Als menjadors **no trobaràs una dieta molt variada.**

✓ **Si necessites una dieta especial** (per al·lèrgies, intoleràncies, etc.), explica-ho a l'educador/a del menjador.

✓ Hi ha fleques que donen allò que els ha sobrat aquell dia.

✓ També hi ha **comerços que donen menjar** a canvi de què els ajudis en alguna tasca.

✓ No esperis fins l'últim moment i procura arribar amb antelació. Els horaris poden canviar.

✓ A llocs de Barcelona com l'estació de Sants i del Nord, hi ha grups de gent que ofereixen entrepans o sopar a la nit.

Serveis higiènics públics

Els serveis de dutxa públics obren pel matí.

25

ARD-Lluís Companys
Davant del Portal Nou, s/n.

📍 L1 Arc del Triomf

🕒 De dilluns a dijous de 8:45h a 13:30h i de 18h a 24h; i divendres de 8:45h a 11:45h i de 15:30h a 19:30h. Aquest servei s'adreça a persones amb consum habitual de droga.

26

CAS Sala Baluard
Av. Drassanes, 13-15

📍 L3 Drassanes

De dilluns a divendres de 7h a 21h, caps de setmana de 8h a 21h i festius de 10h a 19h. Aquest servei s'adreça a persones amb consum actiu de droga per via inhalada i/o injectada. Abans caldrà que parlis amb un educador/a.

27

Centre de Dia Horta
c/ Camí de l'Església, 4

📍 L3 Valldaura

De dilluns a dissabte a les 8:30h. Es fan 35 serveis; millor si hi vas a les 8h.

28

Centre de Dia Meridiana

Av. Meridiana, 197

📍 L1 Navas

De dilluns a divendres de 16h a 19h. Has de demanar cita la tarda del dia abans.

29

Centre de Dia Poble Sec

c/ Font Honrada, 8

📍 L3 Poble Sec
L1 Espanya

De dilluns a divendres, de 9h a 11h. Has d'anar el dilluns a les 8h per demanar cita per a la següent setmana.

3

Equipament Integral Nou Barris

c/ Marie Curie, 20

📍 L4 Lluçmajor

De dilluns a diumenge de 17h a 18h. Pots demanar cita el mateix dia a partir de les 8h.



Serveis higièncs privats

Cada entitat té un criteri d'accés diferent; hauràs de parlar primer amb la persona responsable i potser no et donen resposta el primer dia. Intenta vincular-te a algun dels recursos. No podràs dutxar-te cada dia, sinó un màxim de 2-3 dies a la setmana.

30

Arrels Fundació c/ Riereta, 24

M L2 i L3 Paral·lel

De dilluns a divendres de 9:30h a 13h i de dilluns a dissabte de 16h a 19:30h. Ofereix aquest servei a aquelles persones que tenen alguna dificultat per accedir als serveis de dutxes municipals. Pots entrar amb el teu gos. Si tens morrió, porta'l.

7

Assís centre d'acollida c/ Isaac Albéniz, 14-18

M L6 Reina Elisenda

De dilluns a dissabte de 8:30h a 12h, amb cita prèvia. Pots entrar amb el teu gos. Si tens morrió, porta'l.

8

Associació Social Yaya Lluïsa Plaça Raspall, 1

M L4 Joanic
L4 i L5 Verdaguer

Dimarts i dijous de 9h a 11h.

31

Centre Obert Heura Av. República Argentina, 1

M L3 Lesseps

De dilluns a dijous, de 16:30h a 19:30h. Cal que demanis cita prèvia. Els divendres està obert però només per descansar.

32

Gimnàs social Sant Pau

Ronda de Sant Pau, 46

M L2 i L3 Paral·lel
L2 Sant Antoni

Servei de dutxa de dilluns a diumenge d'11h a 13h i de dilluns a divendres de 20h a 22h. Cal que portis tovallola i el material que necessitis.

Aconseguir roba

8

Associació Social Yaya Lluïsa Plaça Raspall, 1

M L4 Joanic
L4 i L5 Verdaguer

Dimarts i dijous de 9h a 11h.

33

L'hora de Déu c/ Reina Amalia, 5

M L2 i L3 Paral·lel

Dimarts de 16:30h a 18h.

34

Obra Mercedària c/ Torres Amat, 15

M L1 i L2 Universitat

Has d'anar durant el matí per demanar el servei. De dilluns a divendres, de 10h a 13:30h.

35

Parròquia Sant Josep Oriol

c/ Villarroel, 83

M L1 Urgell

Dijous de 17:30h a 19:30h.

36

Sant Bernat de Claravall

c/ Pedraforca, 2

M L11 Ciutat Meridiana

Dilluns de 15h a 18h.

37

Sant Oleguer c/ Nàpols, 137

M L2 Tetuan

Dimarts de 16:30h a 19:30h.

Rentar la roba

3

Equipament Integral Nou Barris

c/ Marie Curie, 20

M L4 Lluçmajor

Cal que demanis cita prèvia amb uns dies d'antelació. Pots anar a partir de les 8h tots els dies de la setmana.

Servei de perruqueria

29

Centre de dia Poble Sec

c/ Font Honrada, 8

M L3 Poble Sec
L1 i L3 Espanya

Pots demanar cita prèvia de dilluns a diumenge de 8h a 20h. Et donaran un tiquet que et servirà per anar a una perruqueria.

31

Centre Obert Heura

Av. República Argentina, 1

M L3 Lesseps

Els dilluns, de 16:30h a 19:30h. Cal que demanis cita prèvia.

38

Perruquers sense fronteres

Plaça de la Concòrdia, 1

M L3 Les Corts

El primer dilluns de mes, de 16h a 18h (si és festiu passa al següent).

39

Tijeras Solidarias c/ Om, 12

M L2 i L3 Paral·lel

Cada primer diumenge de mes, de 9h a 10:30h.

Servei de podologia

A Barcelona no hi ha cap servei obert de podologia on puguis anar. Si t'han diagnosticat diabetis, comenta-ho amb el metge de capçalera perquè tens dret a tenir 3 visites a l'any.

PERSONES QUE VIUEN AL CARRER DIUEN...

- ✓ Els serveis de dutxa solen estar cap a la perifèria. **Busca un lloc on et deixin dutxar de manera estable.**
- ✓ Hi ha pocs llocs on rentar la roba. Als serveis de dutxa, **pots deixar la teva roba** i et donen una altra.
- ✓ A l'estiu pots dutxar-te a la platja. Recorda que et poden sancionar si fas servir sabó.
- ✓ **Aprofita els WC públics** que hi ha per Barcelona. També pots entrar als serveis dels mercats, centres cívics, biblioteques, centres mèdics...
- ✓ Si et rentes o rentes la roba a la font et poden sancionar.
- ✓ **Als robbers, ves-hi a primera hora.** Si és la primera vegada, digues-ho, perquè en alguns t'atendran preferentment.
- ✓ Si tens una mica de diners, pots comprar roba a botigues de segona mà o pagar un gimnàs per dutxar-te.
- ✓ **Procura tenir molta cura dels teus peus.** No caminis en excés i intenta mantenir una bona higiene i que estiguin secs. Als serveis de dutxa i als robbers pots intentar aconseguir calçat en bones condicions.



Estigues alerta, la teva seguretat depèn molt de què siguis conscient del teu entorn. Algunes persones poden representar una amenaça per a la teva seguretat, altres poden pensar que tu ets l'amenaça. Sigues prudent i respectuós/osa.

Consignes durant el dia

11

Hospital de campanya de Santa Anna

c/ Santa Anna, 29
 M L1 i L3 Plaça Catalunya
 Tots els dies de 8h a 20h.

Consignes de llarga durada

30

Arrels Fundació

c/ Riereta, 24
 M L2 i L3 Paral·lel
 De dilluns a divendres de 9:30h a 13h i de dilluns a dissabte de 16h a 19:30h. Sempre que hi hagi lloc podràs guardar les teves coses durant un mes, amb possibilitat de renovació. També pots demanar guardar la documentació.

PERSONES QUE VIUEN AL CARRER DIUEN...

✓ Vigila les teves pertinences. Mentre dorms, **assegura les teves bosses, les sabates i la documentació.**

✓ Guarda la teva documentació en un lloc segur; pots fer fotocòpies i portar-les a sobre.

✓ **Si perds o et roben** la roba, les sabates o la documentació, pots demanar ajuda als centres de dia, les entitats i els albergs. Els hi pots demanar que et guardin la documentació.

✓ Recorda que **si has consumit alcohol o altres substàncies seràs més fràgil** i no podràs estar alerta.

Si vius al carrer i algú t'agredeix.

És important denunciar, per a tu i perquè no li passi a altres persones.

Ves a un servei d'urgències mèdiques.

Demana l'informe com a prova i que facin constar que has rebut una agressió.

Ves a la policia a fer la denúncia.

Si has patit l'agressió pel fet de viure al carrer, per la teva procedència o perquè no tens recursos econòmics, comenta-ho i comprova que apareix a la còpia de la denúncia que et donaran.

Si no vols anar a la policia o abans vols orientació, pots trucar a Arrels Fundació.

Un equip jurídic et podrà orientar sobre què fer si has rebut una agressió. Si no responen en el moment, deixa un missatge de veu o un whatsapp i et trucaran.

30

Arrels Fundació
 635439400

Altres llocs on et poden ajudar:

7

Assís centre d'acollida
 c/ Isaac Albéniz, 14-18
 L6 Reina Elisenda

De dilluns a dissabte de 8:30h a 12h. *Pregunta per l'equip d'educadors i educadores perquè t'orientin.*

40

Oficina per la No Discriminació de l'Ajuntament
 c/ Ferran, 32
 M L4 Jaume I

Dilluns i divendres de 9h a 14h. Dimarts i dijous de 9h a 18h. Dimecres de 9h a 20h.

41

Jutjat de guàrdia
 Gran Via de les Corts Catalanes, 111
 (Ciutat de la Justícia)

M L1 Santa Eulàlia
 Ildelfons Cerdà
 Ciutat de la Justícia
 Obert 24 hores.

Si has estat víctima de violència de gènere

Pots trucar al servei d'atenció permanent contra la violència masculista: 900 900 120. És gratuït i confidencial. Ves el més aviat possible al servei d'urgències d'un centre mèdic; no et dutxis ni et canviïs de roba per conservar les proves de l'agressió.

42

Servei d'Atenció, Recuperació i Acollida (SARA)
 c/ Marie Curie, 16
 M L4 Lluçmajor

Pots demanar visita trucant de 8h a 20h al telèfon 933532715.

També pots anar directament, en cas d'urgència, de dilluns a divendres de 9h a 17h.

43

Centre d'Urgències i Emergències Socials de Barcelona (CUESB)
 c/ Llacuna, 25
 M L4 Llacuna

Pots anar en situacions d'urgència, les 24 hores tots els dies de l'any.

PERSONES QUE VIUEN AL CARRER DIUEN...

✓ Ves amb compte sobretot els caps de setmana, **tot canvia del dia a la nit.**

✓ Si et roben la roba, les sabates o la documentació, demana ajuda d'emergència a algun servei o entitat de confiança. Els **centres de dia municipals obren els diumenges.**



Per anar d'un recurs a l'altre de la ciutat necessitaràs desplaçar-te en transport públic. Pots demanar descomptes o ajudes per tenir la targeta de metro, bus o ferrocarril.

Si estàs a l'atur

Si estàs a l'atur i buscant feina, pots demanar un descompte en la targeta de transport mensual.

Pots informar-te a les oficines del Servei d'Ocupació de Catalunya (SOC).



<http://serveiocupacio.gencat.cat/ca/soc/oficines-de-treball/>

Si tens pocs ingressos

Si tens pocs ingressos també pots demanar ajuda per al transport públic, tramitant la targeta rosa o bé la targeta de ferrocarrils de la Generalitat. Recorda que:

- ✓ Has d'estar empadronat/da a Barcelona o l'àrea metropolitana,
- ✓ Has de tenir més de 60 anys (per a la targeta rosa) o 65 anys (per a la targeta dels ferrocarrils),
- ✓ També la pots demanar si tens acreditada una discapacitat igual o més del 33%.

Per demanar la targeta rosa

Ves a qualsevol oficina de l'ajuntament de Barcelona; costa 6,72€ i dura un any.



<http://ajuntament.barcelona.cat/targetarosa/>

Per demanar la targeta del ferrocarril

Ves al c/ Avenir 6; costa 5€ i dura entre tres i cinc anys.

🚇 L3 i L5 Diagonal

🚉 S1 i S2 Gràcia



<https://www.fgc.cat/>

PERSONES QUE VIUEN AL CARRER DIUEN...

✓ **Prepara't per caminar** perquè els recursos estan lluny uns dels altres.

✓ Si vas en metro o autobús **sense bitllet et poden sancionar**. Procura tenir sempre una targeta de transport.

Apunta't a les oficines del Servei d'Ocupació de Catalunya per rebre ofertes de feina, propostes de cursos formatius i assessorament.

Als centres de dia de l'ajuntament hi ha ordinadors on podràs fer el currículum, buscar feina per internet, etc.

44

Barcelona Activa c/ Llacuna, 162-164

🚇 L1 Glòries
L2 Clot

De dilluns a dijous de 8:30h a 18:30h i divendres de 8:30h a 15h.

45

Feina amb Cor c/ Ardèvol, 5

🚇 L9 i L10 Bon Pastor

De dilluns a divendres de 9h a 19h.

22

La Merienda

c/ Roger de Llúria, 70
(claustre de la parròquia de la Concepció)

🚇 L4 Girona

Dilluns i dimecres de 17h a 20h. Aquest recurs s'adreça únicament a persones amb la documentació vigent.

PERSONES QUE VIUEN AL CARRER DIUEN...

✓ Procura tenir un **mòbil o mail perquè et puguin contactar**.

✓ **Si tens una entrevista de feina i necessites dutxar-te** i anar mudat, busca alguna entitat amb recursos higièncs i rober. També necessitaràs un lloc per guardar les teves coses.

✓ Adapta't als cursos que hi hagi disponibles; servirà perquè vegin que estàs actiu/va.

✓ **Al currículum no cal que posis cap adreça postal**; tampoc cal posar foto ni dir la teva edat.



Estigues comunicat

És important que estiguis connectat/ada i localitzable. Aconsegueix un lloc on rebre la correspondència perquè ho necessitaràs per a la majoria de tràmits.

Rebre les cartes

30

Arrels Fundació c/ Riereta, 24

🚇 L2 i L3 Paral·lel

🏠 De dilluns a divendres de 9:30h a 13h i de dilluns a dissabte de 16h a 19:30h. Si no coneixes cap altra entitat o ningú de confiança, et pot facilitar aquest servei mentre vius al carrer.

Connectar-te a internet

Trobes ordinadors i wifi a les biblioteques i als centres de dia de l'ajuntament.



Totes les persones tenim drets, no ho oblidis. Si no tens targeta sanitària, pots anar d'urgències al metge; també pots empadronar-te encara que visquis al carrer i, si creus que algun dret se t'ha vulnerat, pots fer una queixa.

Empadrona't

És important saber on estàs empadronat/da per acreditar que vius de manera permanent en un municipi i per tramitar ajuts.

A Barcelona et pots empadronar sense domicili fix si tens el teu DNI o passaport vigent. Pregunta a l'Oficina d'Atenció al Ciutadà que tinguis més a prop.

Si la teva nacionalitat no és espanyola, has de renovar el padró cada dos anys.

PERSONES QUE VIUEN AL CARRER DIUEN...

✓ Per **empadronar-te sense domicili fix** t'hauràs d'identificar. Si has perdut o no tens DNI, prova amb una fotocòpia amb la denúncia. Si has perdut el passaport, prova amb el justificant de sol·licitud de denúncia.

✓ Necessitaràs **una carta del teu treballador/a social**. Si no tens treballador/a social, vés al SIS.

✓ Pensa en quina zona et mous normalment perquè et facin el padró sense domicili fix allà on t'interessa més.

Tenir targeta sanitària

Amb la targeta sanitària pots anar al metge i tenir una atenció sanitària continuada. Recorda que als centres d'atenció primària hi ha treballadors/es socials que et poden ajudar, per exemple, a comprar la medicació.

La tramitació inicial és gratuïta. Necessites tenir un document d'identitat vigent, estar empadronat i estar donat d'alta a la Seguretat Social.

Si ets estranger, no estàs donat d'alta a la Seguretat Social i tens ingressos inferiors a la renda bàsica (604 €) també pots tramitar la targeta sanitària.

Si ets d'un país comunitari, et demanaran un document de la seguretat social del teu país per saber si et cobreixen o no les despeses sanitàries.

Anar al metge sense targeta sanitària

Tothom té dret a rebre assistència sanitària pública d'urgència. Si tens una urgència mèdica i no tens targeta sanitària, ves a qualsevol servei d'urgències. Si no et pots moure, truca al 112: és gratuït.

46 Salut i Família c/ Via Laietana, 40

◆ L1 Urquinaona i L4 Jaume I

De dilluns a divendres, de 9h a 12h, pots demanar una entrevista amb el treballador/a social. Et poden informar si tens problemes per tenir la targeta sanitària i si necessites medicació per a malalties no cròniques. Si no tens targeta sanitària, tenen un metge un dia a la setmana i et poden assessorar si un centre mèdic públic et fa factura.

On anar si consumeixes drogues

La Generalitat té un servei telefònic gratuït: 900 900 540. Per rebre tractament, cal anar a un centre especialitzat.

Truca al 900 900 540 i et diran quin centre et correspon. Si consumeixes de manera activa, als centres de reducció de danys t'ofereixen punts d'intercanvi de xeringues, espais de venopunció assistida i atenció social.

26 CAS Baluard Av. Drassanes, 13-15

◆ L3 Drassanes

◆ De dilluns a divendres de 7h a 21h, caps de setmana de 8h a 21h i festius de 10h a 19h. Disposa de sala de venopunció i per al consum de droga per via inhalada.

47 CAS Forum c/ Llull, 410

◆ L4 El Maresme/Fòrum

De dilluns a divendres de 12:30h a 19:15h. Dissabte i diumenge de 13:30h a 18:15h.

25

ARD-Lluís Companys Davant del Portal Nou s/n.

◆ L1 Arc del Triomf.

◆ De dilluns a dijous de 9h a 13:30h i de 15:30h a 20h. Divendres de 9h a 11:30h i de 15:30h a 19:30h. Disposa de sala de venopunció.

48

CAS Sants c/ Comtes de Bell-lloc, 138 baixos

◆ L3 Plaça del Centre

De dilluns a dijous de 9h a 15h i de 16h a 20h. Divendres de 9h a 15h.

49

CAS Sarrià c/ Dalmases, 76

◆ S1 / S2 Sarrià

Dilluns de 8h a 13h i de 16h a 20h. Dimarts i dijous de 9h a 13h. Dimecres de 9h a 13h i de 16h a 20h. Divendres de 9h a 15h.

50

CAS Vall d'Hebron Passeig Vall d'Hebron, 119

◆ L3 Vall d'Hebron

De dilluns a dijous de 8:30h a 20h. Divendres de 8:30h a 15h.

51

Unitat mòbil Zona Franca c/ del Foc, s/n

(al costat del centre de salut Dr. Carles Ribas)

◆ L10 Fonèria

De dilluns a divendres de 14h a 21h.

PERSONES QUE VIUEN AL CARRER DIUEN...

✓ Intenta no perdre la targeta sanitària o guarda-la en algun lloc.

✓ Si no tens targeta sanitària i necessites anar al metge, **has d'anar d'urgències**.

✓ Si ets aturat/ada de llarga durada, no hauràs de pagar per la medicació que habitualment entra per la Seguretat Social. Pregunta a l'ambulatori.

✓ Si a urgències et passen la factura per atendre't, recorda que el servei de salut de la teva comunitat autònoma es farà càrrec.



Persones amb trastorn o malaltia mental

Existeixen els centres de salut mental d'adults, que ofereixen atenció psiquiàtrica i de salut mental a majors de 18 anys. Abans, consulta el metge de capçalera.

Anar a Serveis Socials

Si vius al carrer però havies tingut un treballador/a social al teu barri, demana cita el més aviat possible.

52

Servei d'Inserció Social (SIS)

Passeig Pujades, 29

🚇 L1 Arc de Triomf
De dilluns a divendres, de 8h a 14h. Els dimarts i dijous obre també de 16h a 19h. Pots anar directament; és el servei específic municipal per a les persones adultes que viuen al carrer a Barcelona. Si ets estranger/a i fa menys de dos anys que vius a Espanya, has d'anar al SAIER.

53

Servei d'Atenció a Immigrants, Emigrants i Refugiats (SAIER)

Av. Paral·lel, 202

🚇 L1 i L3 Espanya

De dilluns a dijous de 9h a 19h i els divendres de 9h a 14h. Si ets estranger/a, no tens permís de residència i fa menys de dos anys que vius a l'Estat espanyol, t'has d'adreçar a aquest servei per a què et puguin oferir atenció social.

PERSONES QUE VIUEN AL CARRER DIUEN...

✓ Si vas al SIS, intenta arribar sobre les 6:30h perquè cada dia atenen poques persones. La nit d'abans pots dormir a prop.

✓ Si és la primera vegada que vas, demana tot allò que necessitis: dutxa, menjador, targeta de metro, ulleres, etc. Assegura't que necessites allò que demanes.

✓ No et posis nerviós/a, pregunta amb respecte tot allò que no entenguis.

Si has sortit de la presó

34

Obra Mercedària c/ Torres i Amat, 15

🚇 L1 Universitat

De dilluns a divendres, de 10h a 13:30h. Ofereixen suport a persones en llibertat definitiva.

PERSONES QUE VIUEN AL CARRER DIUEN...

✓ Abans de sortir de la presó, explica que no tindràs on dormir. Et poden orientar.

✓ Si tens una mica de diners, busca una pensió per dormir i després adreça't a serveis socials perquè t'orientin.

✓ Tens dret a una prestació econòmica però has de tenir el paper d'excarceració, compte bancari i DNI. Es demana a l'oficina de l'INEM, tens 15 dies per tramitar-ho. Recorda fer-ho abans de 15 dies perquè sinó no tindràs dret a demanar-la.

Assistència jurídica gratuïta

Si necessites resoldre un dubte legal o has rebut una comunicació dels jutjats, pots demanar directament assistència jurídica gratuïta.

54

Servei d'Orientació Jurídica

Av. del Carrilet, 3
Edifici D 1ra planta
(Ciutat de la Justícia)

🚇 L1 Santa Eulàlia

🏠 Ildefons Cerdà
Ciutat de la Justícia

De dilluns a divendres de 9h a 14h. Pots demanar cita presencialment o trucant al telèfon 934221545 si t'arriba una carta del jutjat o bé tens un dubte legal que necessites preguntar. És gratuït.

53

Servei d'Atenció a Immigrants, Emigrants i Refugiats (SAIER)

Av. Paral·lel, 202

🚇 L1 i L3 Espanya

De dilluns a dijous de 9h a 19h i divendres de 9h a 14h. Si vens d'un altre país i tens problemes amb els teus papers, pots anar al SAIER. Assessoren sobre permisos de residència i treball, reagrupament familiar, nacionalitat, etc. Pot ser que et donin cita per a unes setmanes o mesos més tard.

i

Altres entitats que assessoren jurídicament:
http://www.bcn.cat/novaciudadania/arees/ca/assessorament/on_adrearse/xesaje.html

Queixar-te sobre l'administració

Si creus que els teus drets han estat vulnerats per l'administració o els serveis públics, pots explicar-ho al síndic/a.

55

Síndic de Greuges de Catalunya

Passeig Lluís Companys, 7

🚇 L1 Arc de Triomf

De dilluns a divendres de 8:30h a 18h.

56

Síndica de Greuges de Barcelona

Ronda Sant Pau, 43-45

🚇 L2 Sant Antoni

L3 Paral·lel

De dilluns a divendres de 9h a 13:30h i de dilluns a dijous de 16h a 18h.

PERSONES QUE VIUEN AL CARRER DIUEN...

✓ Barcelona té una ordenança de civisme que prohibeix dormir i beure alcohol al carrer, fer soroll, fer necessitats fisiològiques a l'espai públic, rentar-te a les fonts... et poden multar. Intenta tenir una conducta cívica i tenir l'espai net.

✓ No vagis a la teva si la Guàrdia Urbana s'interessa per la teva situació, et poden orientar sobre els serveis socials.

✓ Si et posen una multa per incivisme, pregunta què pots fer al teu treballador/a social o a alguna entitat que coneguis.

✓ No tinguis por a reclamar els teus drets.



Demandar una prestació econòmica

No cal que tinguis un treballador/a social de referència per demanar una prestació social, només reunir els requisits que es demanin.

57

Servei d'Ocupació de Catalunya - SOC

Si fa poques setmanes que has perdut la feina pregunta si tens dret a l'atur o algun subsidi.

Si tens més de 55 anys i s'ha acabat l'atur, informa't sobre el subsidi d'atur per a majors de 55 anys.

Pots anar al c/ Aragó 182; a cada districte de Barcelona trobes oficines.

L'horari és de 8:30h a 14h, de dilluns a divendres.

58

Seguretat Social

Si has cotitzat i no treballes per motius de salut o tens 60 anys o més, informa't sobre prestacions econòmiques contributives d'invalidesa o jubilació.

Pots anar a c/ Arc del Teatre 63-65; també trobes oficines a altres districtes de la ciutat.

59

Oficina d'Afers Socials i Famílies

Si tens més de 65 anys, no has cotitzat el mínim i tens residència legal des de fa 10 anys, informa't sobre prestacions no contributives de jubilació.

Si tens més de 65 anys, no has cotitzat el mínim i tens residència legal des de fa 5 anys, informa't de prestacions per atendre necessitats bàsiques.

Si tens menys 65 anys, una discapacitat reconeguda i 5 anys de residència legal, informa't.

Si tens una malaltia o discapacitat no reconeguda, pregunta com pots fer la sol·licitud del tràmit.

També pots demanar un complement econòmic a la teva prestació no contributiva.

Pots anar a c/ Nou de Sadurní, 5, o a altres oficines de Barcelona, de dilluns a divendres de 9h a 14h.

Si no compleixes els requisits anteriors, els teus ingressos són inferiors a 604€ al mes, tens la documentació en regla, ets major de 23 anys i fa dos anys que vius a Catalunya, pots demanar la renda garantida.



Pots informar-te i demanar cita prèvia trucant al **900400012**.

PERSONES QUE VIUEN AL CARRER DIUEN...

✓ Si els teus ingressos (ja sigui per una feina o per prestacions) són inferiors al salari mínim interprofessional, no et poden embargar res per cobrar deutes o multes. Si els ingressos són superiors, es poden quedar una part. Si tens diners puntuals que venen d'un altre lloc, te'ls poden agafar directament del banc.

✓ Per demanar qualsevol prestació, necessitaràs tenir al dia tota la documentació.

✓ Pots **preguntar si tens dret a una prestació social** preguntant al teu treballador/a social, a l'oficina de Benestar i Família i a l'oficina de treball.

✓ Tingues paciència perquè els tràmits triguen, com a mínim, 6 mesos.

✓ Assegura't que ho entens tot. Pregunta.

✓ Si cobres poc, **hauràs de triar què pagar i prioritzar** (una habitació, higiene personal, una targeta de metro...).

Demana un habitatge públic

A Barcelona hi ha diverses oficines d'habitatge on et pots inscriure al Registre de Sol·licitants per poder accedir al parc públic d'habitatge.

60

Oficina d'Habitatge de Ciutat Vella

Pots anar a l'oficina de la Plaça Salvador Seguí, 13; també trobes oficines a altres districtes de la ciutat.

Obre dilluns, dimarts, dimecres i divendres de 8:30h a 14:30h i dijous de 8:30h a 18:30h.

PERSONES QUE VIUEN AL CARRER DIUEN...

✓ Tens dret a apuntar-te als pisos de protecció oficial. No et preocupis si no tens ingressos, també podràs accedir. És difícil però no deixis d'apuntar-te.

✓ Cal que estiguis empadronat/ada per poder apuntar-te als pisos de protecció oficial.



Aquesta guia que tens a les mans s'adreça a persones que viuen als carrers de Barcelona des de fa poc. Si ets un ciutadà/ana que si té una llar, et convidem a implicar-te.



Si veus una persona sense llar que es troba malament.

Si veus una persona sense llar estirada al terra i penses que es pot trobar malament, avisa directament al 112.



Saluda la persona i atura't a parlar amb ella.

Una estona de conversa és també important per saber què necessita la persona i per fer-la visible.



Si coneixes algú que està a punt de quedar-se sense casa.

El primer pas és contactar amb Serveis Socials del barri on viu la persona. Així com tothom tenim dret a tenir un metge o un advocat de manera gratuïta, també tenim dret a tenir un treballador social.



Orienta la persona cap al Servei d'Inserció Social.

És el servei específic de l'ajuntament per a les persones adultes que dormen al carrer a Barcelona. Li pots explicar que existeix aquest recurs i que, si vol, hi pot anar directament.

Passeig Pujades, 29

L1 Arc de Triomf

De dilluns a divendres, obre a les 8h.



Si sempre veus a la persona de nit.

Pots contactar amb els equips de carrer de l'ajuntament de Barcelona. Podria ser que ja coneguin la persona però no deixis d'avisar.

932566650



Si veus a la persona de dia.

Pots avisar als equips de carrer de l'ajuntament de Barcelona. També pots contactar amb Arrels Fundació o descarregar-te l'aplicació Arrels Localitzador. Podria ser que ja coneguin la persona però no deixis d'avisar.

<https://www.arrelsfundacio.org/localitzador/>

Recorda!

Aconseguir que una persona deixi el carrer no es fa de la nit al dia. No es tracta d'un tema policial sinó d'atenció social. No es pot treure una persona del carrer per la força.

Què més pots fer?

- ✓ **Ofereix aquesta guia** a alguna persona que visqui al carrer, si creus que li serà útil.
- ✓ **Fes un voluntariat** i implica't en la lluita contra el sensellarisme.
- ✓ **Col·labora econòmicament** per enfortir els recursos que tenim en marxa des d'Arrels.

La Caixa: ES43 2100 0975 2802 0006 5046

Triodos Bank: ES18 1491 0001 2120 1336 6022



arrelsfundacio.org/colabora/

#ningú dormint al carrer

Aquesta guia vol ser útil per a les persones que viuen al carrer i per a la ciutadania preocupada per les persones sense llar.

Utilitza-la o comparteix-la!



Riereta 24, baixos, 08001 Barcelona

www.arrelsfundacio.org

La Caixa: ES4321000975280200065046 Triodos Bank: ES1814910001212013366022