

EDICIÓN JUNIO 2019

VIVIR EN LA CALLE EN BARCELONA

**GUÍA PRÁCTICA
CON CONSEJOS DE
PERSONAS QUE
VIVEN EN LA CALLE**

#nadedurmiendoenlacalle



Si estás viviendo en la calle y eres mayor de edad, este documento te servirá de guía. Encontrarás recursos públicos y privados a los cuales puedes ir directamente y que pueden resolver tus necesidades básicas.

Si eres un ciudadano o una ciudadana preocupado por la situación de las personas sin hogar, en esta guía encontrarás una serie de consejos.

| | | |
|--|---|----|
|  | DORMIR | 4 |
|  | ALIMENTARTE | 5 |
|  | MANTENER LA HIGIENE PERSONAL | 7 |
|  | PROTEGER TUS COSAS | 10 |
|  | BUSCAR AYUDA SI SUFRES UNA AGRESIÓN | 10 |
|  | DESPLAZARTE POR LA CIUDAD | 12 |
|  | SABER DÓNDE BUSCAR TRABAJO | 13 |
|  | ESTAR COMUNICADO/A | 13 |
|  | DEFENDER TUS DERECHOS | 14 |
|  | ¿ERES UN CIUDADANO O UNA CIUDADANA PREOCUPADO/A? ¡IMPLÍCATE! | 20 |



Servicio donde descansar durante el día



Servicio para mujeres



Servicio con acceso para perros

Para ir a los recursos que recoge esta guía, no es necesario que tengas un/a trabajador/a social que te derive, puedes ir directamente.


Te recomendamos pedir ayuda a servicios sociales cuanto antes. Así como todos tenemos derecho a ir al médico, también lo tenemos a ser atendidos y atendidas en servicios sociales. Encontrarás lista de espera, pero no te canses de insistir.

Si vives en la calle en Barcelona,

ve al servicio específico del ayuntamiento y explica tu situación:

Servicio de Inserción Social del Ayuntamiento

Passeig Pujades, 29

 L1 Arc de Triomf

Abre a las 8h.

Si sois una familia que está a punto de quedarse en la calle, no esperéis hasta el último momento; el primer paso es contactar con los Servicios Sociales de vuestro barrio.

PERSONAS QUE VIVEN EN LA CALLE TE RECOMIENDAN...

Esta guía básica se ha hecho con las aportaciones de **cinco personas que han vivido en la calle** o que todavía viven allí. Desde su experiencia, han querido dar pistas y **consejos prácticos para sobrevivir en la calle**. Desde Arrels nos hemos limitado a recoger sus recomendaciones.

Aquí destacamos unos cuantos:

- ✓ Intenta llegar a los sitios con antelación para evitar colas o posibles cambios en los recursos.
- ✓ En el albergue suele haber lista de espera de días o semanas. Ten paciencia y déjales un teléfono para que puedan llamarte.
- ✓ Vigila tus cosas y tu documentación; asegura tus bolsos y zapatos.
- ✓ Busca un sitio donde te dejen duchar de manera estable.
- ✓ Prepárate para caminar porque los recursos están lejos los unos de los otros.



Estos centros para dormir son de acceso directo; puedes ir por tu cuenta. En Barcelona, además, existen otros tipos de recursos residenciales pero para acceder a ellos es necesario consultar antes a tu trabajador/a social

En los comedores municipales puedes ir por tu cuenta un máximo de tres días al año. Si necesitas ir más, pide a tu trabajador/a social que te derive. En los comedores privados, dependerá de si han cubierto la capacidad máxima o no.

Albergues

En Barcelona hay 3 albergues a los que puedes ir directamente. Son temporales. La mayoría tienen habitaciones compartidas. Si eres una mujer, hay habitaciones separadas.

1

Centro Residencial de Primera Acogida Sant Gervasi

c/ Císter, 20
 L7 Av. Tibidabo
 Todos los días, de 20h a 9h. El registro para entrar es a las 20h.

2

Centro Residencial de Primera Acogida Zona Franca

c/ Número 60 Zona Franca, 9
 21, 23, 109, 37 y V3
 Abre todo el día.

3

Equipamiento integral Nou Barris

c/ Marie Curie, 20
 L4 Lluçmajor
 Todos los días, de 20h a 8h.

Albergues de invierno

4

Centro de Estancias Breves

c/ Llacuna, 25
 L4 Llacuna

Este centro abre de diciembre a marzo. También abre cuando la temperatura baja de los 5°C. Puedes acceder a él directamente y a cualquier hora.

Cuando la temperatura es de 0°C o menor, se habilitan 325 plazas extras en distintos centros que están en Sant Martí y Sant Gervasi. Infórmate en el Centro de Estancias Breves, en los centros de día o en las entidades.

PERSONAS QUE VIVEN EN LA CALLE DICEN...

✓ **El albergue suele estar lleno** con lista de espera de días o semanas. Si tienes teléfono y les das tu número, te llamarán.

✓ **Vigila tus cosas**, sobre todo la documentación.

✓ Si tienes dinero, **alquila una habitación**. Búscala por internet, en los locutorios y centros de día del ayuntamiento. Según la época del año, encontrarás hostales compartidos de entre 6€ y 12€ pero necesitas documentación; recuerda ser educado/a.

✓ En la calle, **no te estires directamente en el suelo**, consigue un cartón o material aislante.

✓ **Busca un sitio seguro**. Las salas de espera de los hospitales, las estaciones y el aeropuerto son una opción. Recuerda que son espacios privados con una normativa y dependerá de cada empresa que te dejen estar allí.

✓ **Duerme durante el día. Puedes ir a los centros de día** del ayuntamiento o de Arrels. También es seguro ir a bibliotecas, centros cívicos, estaciones de autobús o de metro.

✓ Si hace frío, calor o llueve, **busca un sitio cubierto**.

Comedores sociales públicos

5

Comedor social de Navas

Av. Meridiana, 238-240
 L1 Navas
 De lunes a domingo de 12h a 14h.

6

Comedor social del Paralelo

Av. Paral·lel, 97 bis
 L2 y L3 Paral·lel
 Todos los días, de 12h a 13h. Desde las 10h también puedes entrar para descansar. Los días laborables hacen actividades de 15h a 17h.

Desayuno

7

Assís centro de acogida

c/ Isaac Albéniz, 14-18
 L6 Reina Elisenda
 De lunes a sábado de 8:30h a 12h. Domingo de 9h a 12. Puedes entrar con tu perro. Si tienes bozal, tráelo.

8

Asociación Social Yaya Lluïsa

Plaça Raspall, 1
 L4 Joanic
 L4 y L5 Verdaguer
 Martes y jueves de 9h a 11h.

9

Barcelona Actua

c/Om, 12
 L2 y L3 Paral·lel
 Sábado y domingo, de 9h a 10:30h.

10

Iglesia Ejército de Salvación

c/ Robí, 18
 L3 Fontana
 De lunes a viernes de 8:30h a 9:30h.

11

Hospital de campaña de Santa Anna

c/Santa Anna, 29
 L1 y L3 Plaça Catalunya
 Todos los días de 8h a 11h. También puedes ir a descansar entre las 8h y las 20h.

12

Lola No Estás Sola

c/ Baltasar Gracian, 24-26 (local de la asociación de vecinos Prosperitat)
 L4 Via Júlia
 Martes y jueves de 10:30h a 12:30h. Espacio específico para mujeres. Te pueden facilitar artículos de higiene femenina. Miércoles de 17h a 19h hacen actividades.

13

Mañana en compañía

c/ Elisa, 23
 L7 Putxet
 De lunes a viernes de 10:30h a 12h.

14

Comedor Social Sant Cebrià

c/ Arenys, 65
 L5 El Coll-La Teixonera,
 L3 y L5 Vall d'Hebron
 De lunes a sábado de 8:30h a 9:30h.



15

Nueva Vida
c/ Robadors, 7

◆ M L3 Liceu
De lunes a sábado a las 9h.

16

Obra Social Santa Lluïsa de Marillac

c/ Sant Carles, 33
◆ M L4 Barceloneta
De lunes a viernes de 8:45h a 11h.

17

Patronat Social Escolar

c/ Provença, 389
◆ M L2 y L5 Sagrada Família
Todos los días a las 10h.

Comer

18

Menjador Reina de la Paz

Plaza de Sant Agustí, 2
◆ M L3 Liceu
Lunes, martes, miércoles, viernes y sábado de 10:15h a 11:15h. Domingo de 10:30h a 11:15h.

19

Comedor solidario Gregal

Rambla Prim, 22
◆ M L4 El Maresme-Fòrum
o Besòs Mar
De lunes a viernes de 13h a 15h.

Merendar o cenar

Hay pocos sitios donde cenar caliente. Algunas entidades ofrecen cenar en las estaciones de tren y autobuses como, por ejemplo, la de Sants.

20 CERRADO

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

◆ M L4 Ciutadella - Vila Olímpica
Lunes cada quince días, de 20h a 22h. Martes y miércoles de 20h a 21h. Jueves a las 21h. Viernes de 20h a 21h.

9

Barcelona Actua
c/ Om, 12

◆ M L2 y L3 Paral·lel
◆ T Jueves de 18:45h a 20h. También ofrecen un espacio para descansar a partir de las 17:30h.

21

Comunidad de Sant'Egidio - Casa de la Solidaritat

c/ Ataülf, 12
◆ M L3 Liceu y L4 Jaume I
Martes de 18:30h a 19:30h y sábado de 17h a 18:30h.

22

La Merienda

c/ Roger de Llúria, 70
(claustro de la parroquia de la Concepció)

◆ M L4 Girona
L3 Passeig de Gràcia
Lunes y miércoles de 17h a 20h.

23

La Terrasetta
c/ Fraternitat, 40

◆ M L3 y L5 Diagonal
L4 y L5 Verdaguer
De 18h a 20h.

15

Nueva Vida
c/ Robadors, 7

◆ M L3 Liceu
Lunes, miércoles, viernes, sábado y domingo a las 19:30h.

24

Parroquia Maria Reina

c/ Moneders, s/n
◆ M L3 Zona Universitària
De lunes a sábado a partir de las 18h.

PERSONAS QUE VIVEN EN LA CALLE DICEN...

✓ En los comedores **no encontrarás una dieta muy variada.**

✓ **Si necesitas una dieta especial** (por alergias, intolerancias, etc.), explícaselo al educador/a del comedor.

✓ Hay panaderías que donan lo que les ha sobrado.

✓ También hay **comercios que donan comida** a cambio de que les ayudes con alguna tarea.

✓ No esperes hasta el último momento e intenta llegar con antelación. Los horarios pueden cambiar.

✓ En sitios como la estación de Sants y la del Nord, hay grupos de gente que ofrecen bocadillos o cenas por la noche.

Servicios higiénicos públicos

Los servicios públicos de ducha abren por las mañanas.

25

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

◆ M L1 Arc del Triomf
◆ T De lunes a jueves de 8:45h a 13:30h y de 18h a 24h. Viernes de 8:45h a 11:45h y de 15:30h a 19:30h. Este servicio está dirigido a personas que consumen droga habitualmente.

26

CAS Sala Baluard
Av. Drassanes, 13-15

◆ M L3 Drassanes
De lunes a viernes de 7h a 21h, fines de semana de 8h a 21h y festivos de 10h a 19h. Este servicio está dirigido a personas que consumen droga inhalada y/o inyectada activamente. Antes será necesario que hables con un educador/a.

En la mayoría de los espacios donde puedes ducharte, también puedes quedarte un rato para descansar y resguardarte.

27

Centro de Día Horta
c/ Camí de l'Església, 4

◆ M L3 Valldaura
De lunes a sábado a las 8:30h. Hacen 35 servicios; es mejor que llegues a las 8h.

28

Centro de Día Meridiana

Av. Meridiana, 197
◆ M L1 Navas
De lunes a viernes de 16h a 19h. Tienes que pedir cita la tarde del día anterior.

29

Centro de Día Poble Sec

c/ Font Honrada, 8
◆ M L3 Poble Sec
L1 Espanya
De lunes a viernes de 9h a 11h. Tienes que ir el lunes a las 8h y pedir cita para la semana siguiente.

3

Equipamiento Integral Nou Barris

c/ Marie Curie, 20
◆ M L4 Lluçmajor
De lunes a domingo de 17h a 18h. Puedes pedir cita ese mismo día a partir de las 8h.



Servicios higiénicos privados

Cada entidad tiene un criterio de acceso distinto: primero tendrás que hablar con la persona responsable y tal vez no te den una respuesta ese mismo día. Intenta vincularte a alguno de los recursos. No podrás ducharte cada día, sino un máximo de 2-3 días por semana.

30

Arrels Fundació c/ Riereta, 24

📍 L2 y L3 Paral·lel

🕒 De lunes a viernes de 9:30h a 13h y de lunes a sábado de 16h a 19:30h. Ofrece este servicio a aquellas personas que tengan alguna dificultad para acceder a los servicios de duchas municipales. Puedes entrar con tu perro. Si tienes bozal, tráelo.

7

Assís centro de acogida c/ Isaac Albéniz, 14-18

📍 L6 Reina Elisenda

🕒 De lunes a sábado de 8:30h a 12h, con cita previa. Puedes entrar con tu perro. Si tienes bozal, tráelo.

8

Asociación Social Yaya Lluïsa Plaça Raspall, 1

📍 L4 Joanic
L4 y L5 Verdaguer

Martes y jueves de 9h a 11h.

31

Centro Abierto Heura Av. República Argentina, 1

📍 L3 Lesseps

🕒 De lunes a jueves de 16:30h a 19:30h. Tienes que pedir cita previa. Los viernes está abierto pero solo para descansar.

🕒 De lunes a jueves de 16:30h a 19:30h. Tienes que pedir cita previa. Los viernes está abierto pero solo para descansar.

32

Gimnasio social Sant Pau Ronda de Sant Pau, 46

📍 L2 y L3 Paral·lel
L2 Sant Antoni

Servicio de ducha de lunes a domingo de 11h a 13h y de lunes a viernes de 20h a 22h. Tienes que llevar toalla y el material que necesites.

Conseguir ropa

8

Asociación Social Yaya Lluïsa Plaça Raspall, 1

📍 L4 Joanic
L4 y L5 Verdaguer

Martes y jueves de 9h a 11h.

33

L' hora de Déu c/ Reina Amalia, 5

📍 L2 y L3 Paral·lel

Martes de 16:30h a 18h.

34

Obra Mercedària c/ Torres Amat, 15

📍 L1 y L2 Universitat

Tienes que ir por la mañana para pedir el servicio. De lunes a viernes, de 10h a 13.30h.

35

Parroquia Sant Josep Oriol c/ Villarroel, 83

📍 L1 Urgell

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

36

Sant Bernat de Claravall c/ Pedraforca, 2

📍 L11 Ciutat Meridiana

Lunes de 15h a 18h.

37

Sant Oleguer c/ Nàpols, 137

📍 L2 Tetuan

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

Lavar la ropa

3

Equipamiento Integral Nou Barris c/ Marie Curie, 20

📍 L4 Lluçmajor

Tienes que pedir cita previa con unos días de antelación. Puedes ir a partir de las 8h todos los días de la semana.

Servicio de peluquería

29

Centro de día Poble Sec c/ Font Honrada, 8

📍 L3 Poble Sec
L1 y L3 Espanya

Puedes pedir cita previa de lunes a domingo de 8h a 20h. Te darán un ticket que te servirá para ir a la peluquería.

31

Centre Abierto Heura Av. República Argentina, 1

📍 L3 Lesseps

🕒 Lunes de 16:30h a 19:30h. Tienes que pedir cita previa.

38

Perruquers sense fronteres Plaça de la Concòrdia, 1

📍 L3 Les Corts

El primer lunes de mes, de 16h a 18h (si es festivo, pasa al siguiente lunes).

39

Tijeras Solidarias c/ Om, 12

📍 L2 y L3 Paral·lel

El primer domingo de cada mes, de 9h a 10:30h.

Servicio de podología

En Barcelona no hay ningún servicio abierto de podología al que puedas ir. Si te han diagnosticado diabetes, coméntalo con tu médico de cabecera porque tienes derecho a 3 visitas al año.

PERSONAS QUE VIVEN EN LA CALLE DICEN...

✓ Los servicios de ducha suelen estar hacia la periferia. **Busca un sitio donde te dejen ducharte de manera estable.**

✓ Hay pocos sitios donde lavar la ropa. En los servicios de ducha, **puedes dejar tu ropa** y te darán otra.

✓ En verano puedes ducharte en la playa. Recuerda que te pueden sancionar si usas jabón.

✓ **Aprovecha los WC públicos** que hay por Barcelona. También puedes entrar en los servicios de los mercados, centros cívicos, bibliotecas, centros médicos...

✓ Si te lavas o lavas la ropa en las fuentes, pueden sancionarte.

✓ **Ves a los roperos a primera hora.** Si es la primera vez, dílo, porque en algunos te atenderán con preferencia.

✓ Si tienes un poco de dinero, puedes comprar ropa en tiendas de segunda mano o pagar un gimnasio para ducharte.

✓ **Intenta cuidar mucho tus pies.** No camines en exceso e intenta mantener una buena higiene y que estén secos. En los servicios de ducha y en los roperos puedes intentar conseguir calzado en buenas condiciones.



Estate alerta, tu seguridad depende mucho de que seas consciente de tu entorno. Algunas personas pueden representar una amenaza para tu seguridad, otras pueden pensar que tú eres la amenaza. Sé prudente y respetuoso/a.

Consignas durante el día

11

Hospital de campanya de Santa Anna

c/ Santa Anna, 29
 L1 y L3 Plaça Catalunya
 Todos los días de 8h a 20h.

Consignas de larga duración

30

Arrels Fundació

c/ Riereta, 24
 L2 y L3 Paral·lel
 De lunes a viernes de 9:30h a 13h y de lunes a sábado de 16h a 19:30. Siempre y cuando haya sitio disponible, podrás guardar tus cosas durante un mes, con posibilidad de renovación. También puedes pedir guardar la documentación.

PERSONAS QUE VIVEN EN LA CALLE DICEN...

✓ Vigila tus pertenencias. Mientras duermes, **asegura tus bolsos, los zapatos y la documentación.**

✓ Guarda tu documentación en un lugar seguro; puedes hacer fotocopias y llevarlas encima.

✓ **Si pierdes o te roban** la ropa, los zapatos o la documentación, puedes pedir ayuda en los centros de día, las entidades y los albergues. Puedes pedirles que te guarden la documentación.

✓ Recuerda que, **si has consumido alcohol u otras sustancias, serás más frágil** y no podrás estar alerta.



Si vives en la calle y te agreden

Es importante denunciar, por ti y para que no les pase lo mismo a otras personas.

Ves a un servicio de urgencias médicas.

Pide el informe como prueba y que hagan constar que has sufrido una agresión.

Ves a la policía a hacer la denuncia.

Si has sufrido una agresión por vivir en la calle, por tu procedencia o porque no tienes recursos económicos, coméntalo y comprueba que aparece en la copia de la denuncia que te darán.

Si no quieres ir a la policía o antes quieres orientación, puedes llamar a Arrels Fundació

Un equipo jurídico podrá orientarte sobre qué hacer si has sufrido una agresión. Si no responden al momento, deja un mensaje de voz o un WhatsApp y te llamarán.

30

Arrels Fundació
 635439400

Otros sitios donde pueden ayudarte:

7

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

De lunes a sábado de 8:30h a 12h. Pregunta por el equipo de educadores y educadoras para que te orienten.

40

Oficina para la No Discriminación del Ayuntamiento
 c/ Ferran, 32
 L4 Jaume I

Lunes y viernes de 9h a 14h.
 Martes y jueves de 9h a 18h.
 Miércoles de 9h a 20h.

41

Juzado de guardia
 Gran Via de les Corts Catalanes, 111
 (Ciutat de la Justícia)

L1 Santa Eulàlia
 Ildefons Cerdà
 Ciutat de la Justícia
 Abierto 24 horas.

Si has sido víctima de violencia de género

Puedes llamar al servicio de atención permanente contra la violencia machista: 900 900 120. Es gratuito y confidencial. Ves cuanto antes al servicio de urgencias de un centro médico; no te duches ni te cambies de ropa para conservar las pruebas de la agresión.

42

Servicio de Atención, Recuperación y Acogida (SARA)
 c/ Marie Curie, 16
 L4 Lluçmajor

Puedes pedir cita llamando de 8h a 20 al 933532715. También puedes ir directamente, en caso de urgencia, de lunes a viernes de 9h a 17h.

43

Centro de Urgencias y Emergencias Sociales de Barcelona (CUESB)

c/ Llacuna, 25
 L4 Llacuna
 Puedes ir en situaciones de urgencia las 24 horas todos los días del año.

PERSONAS QUE VIVEN EN LA CALLE DICEN...

✓ Ves con cuidado sobre todo los fines de semana, **todo cambia de la noche a la mañana.**

✓ Si te roban la ropa, los zapatos o la documentación, pide ayuda de emergencia a algún servicio o entidad de confianza. Los **centros de día municipales abren los domingos.**



Para ir de un recurso a otro necesitarás desplazarte en transporte público. Puedes pedir descuentos o ayudas para obtener la tarjeta de metro, bus o ferrocarril.

Si estás en el paro

Si estás en el paro y buscando trabajo, puedes pedir un descuento en la tarjeta de transporte mensual.

Puedes informarte en las oficinas del Servicio de Ocupación de Cataluña (SOC).



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

Si tienes pocos ingresos

Si tienes pocos ingresos también puedes pedir ayuda para el transporte público tramitando la tarjeta rosa o la tarjeta de ferrocarriles de la Generalitat. Recuerda que:

✓ Tienes que estar empadronado/a en Barcelona o en el área metropolitana.

✓ Debes tener más de 60 años (para la tarjeta rosa) o 65 años (para la tarjeta de los ferrocarriles).

✓ También puedes pedirla si tienes acreditada una discapacidad igual o superior al 33%.

Para pedir la tarjeta rosa

Ves a cualquier oficina del ayuntamiento de Barcelona; cuesta 6,72€ y dura un año.



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

Para pedir la tarjeta del ferrocarril

Ves a c/ Avenir 6; cuesta 5€ y dura entre tres y cinco años.

📍 L3 y L5 Diagonal

📍 S1 y S2 Gràcia



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

PERSONAS QUE VIVEN EN LA CALLE DICEN...

✓ Prepárate para caminar porque los recursos están lejos los unos de los otros.

✓ Si vas en metro o autobús **sin billete te pueden sancionar**. Intenta tener siempre una tarjeta de transporte.

Apúntate en las oficinas del Servicio de Ocupación de Cataluña para recibir ofertas de trabajo, propuestas de cursos formativos y asesoramiento.

En los centros de día del ayuntamiento hay ordenadores donde podrás hacer el currículum, buscar trabajo por internet, etc.



Barcelona Activa c/ Llacuna, 162-164

📍 L1 Glòries
L2 Clot

De lunes a jueves de 8:30h a 18:30h y viernes de 8:30h a 15h.



Feina amb Cor c/ Ardèvol, 5

📍 L9 y L10 Bon Pastor

De lunes a viernes de 9h a 19h.



La Merienda

c/ Roger de Llúria, 70
(claustro de la parroquia de la Concepció)

📍 L4 Girona

Lunes y miércoles de 17h a 20h. Este recurso está dirigido únicamente a personas con documentación vigente.

PERSONAS QUE VIVEN EN LA CALLE DICEN...

✓ Intenta tener un **móvil** o un **e-mail** para que contacten contigo.

✓ Si tienes una **entrevista** y necesitas **ducharte** e ir bien vestido, busca una entidad con recursos higiénicos y ropero. También necesitarás un sitio para guardar tus cosas.

✓ Adáptate a los cursos disponibles; servirá para que vean que estás activo/a.

✓ En el currículum **no necesitas poner una dirección postal**; tampoco tienes que añadir una foto ni decir tu edad.



Mantente comunicado

Es importante que estés conectado/a y localizable. Consigue un sitio donde recibir la correspondencia porque lo necesitarás para la mayoría de trámites.

Recibir las cartas



Arrels Fundació c/ Riereta, 24

📍 L2 y L3 Paral·lel

📧 De lunes a viernes de 9:30h a 13h y de lunes a sábado de 16h a 19:30h. Si no conoces otra entidad o a alguien de confianza, pueden facilitarte este servicio mientras vivas en la calle.

Connectarse a internet

Hay ordenadores y wifi en las bibliotecas y en los centros de día del ayuntamiento.



Todas las personas tenemos derechos, no lo olvides. Si no tienes tarjeta sanitaria, puedes ir de urgencias al médico; también puedes empadronarte aunque vivas en la calle y, si crees que se ha vulnerado alguno de tus derechos, puedes presentar una queja.

Empadronarse

Es importante saber dónde estás empadronado/a para acreditar que vives de manera permanente en un municipio y para tramitar ayudas.

En Barcelona puedes empadronarte sin domicilio fijo si presentas el DNI o el pasaporte vigente. Pregunta en la Oficina de Atención al Ciudadano que tengas más cerca.

Si tu nacionalidad no es española, tienes que renovar el padrón cada dos años. Si eres española, has de renovar el padrón cada dos años.

PERSONAS QUE VIVEN EN LA CALLE DICEN...

✓ Para **empadronarte sin domicilio fijo** tendrás que identificarte. Si has perdido o no tienes DNI, prueba con una fotocopia con la denuncia. Si has perdido el pasaporte, prueba con el justificante de la solicitud de denuncia.

✓ Necesitarás **una carta de tu trabajador/a social**. Si no tienes trabajador/a social, ve al SIS.

✓ Piensa en qué zona te mueves normalmente para que te hagan el padrón sin domicilio fijo donde más te interese.

Obtener la tarjeta sanitaria

Con la tarjeta sanitaria puedes ir al médico y recibir una atención sanitaria continua. Recuerda que en los centros de atención primaria hay trabajadores/as sociales que te pueden ayudar, por ejemplo, a comprar la medicación.

La tramitación inicial es gratuita. Necesitas tener un documento de identidad vigente, estar empadronado/a y estar dado/a de alta en la Seguridad Social.

Si eres extranjero/a, no estás dado/a de alta en la Seguridad Social y tienes ingresos inferiores a la renta básica (604€) también puedes tramitar la tarjeta sanitaria.

Si eres de un país comunitario, te pedirán un documento de tu seguridad social de tu país para saber si te cubren o no los gastos sanitarios.

Ir al médico sin tarjeta sanitaria

Todos tenemos derecho a recibir asistencia sanitaria pública de urgencia. Si tienes una urgencia médica y no tienes tarjeta sanitaria, ve a cualquier servicio de urgencias. Si no puedes moverte, llama al 112; es gratuito.

46 Salud y Familia c/ Via Laietana, 40

📍 L1 Urquinaona y L4 Jaume I
De lunes a viernes, de 9h a 12h, puedes pedir una entrevista con el/la trabajador/a social. Pueden informarte si tienes problemas para tener la tarjeta sanitaria y si necesitas medicación para enfermedades no crónicas. Si no tienes tarjeta sanitaria, tienen un médico un día a la semana y pueden asesorarte si un centro médico público te hace una factura.

Dónde ir si consumes drogas

La Generalitat tiene un servicio telefónico gratuito: 900 900 540. Para recibir tratamiento es necesario ir a un centro especializado.

Llama al 900 900 540 y te dirán qué centro te corresponde. Si consumes activamente, en los centros de reducción de daños ofrecen puntos de intercambio de jeringas, espacios de venopunción asistida y atención social.

26 CAS Baluard Av. Drassanes, 13-15

📍 L3 Drassanes
🏠 De lunes a viernes de 7h a 21h, fines de semana de 8h a 21h y festivos de 10h a 19h. Dispone de sala de venopunción y para el consumo de droga por inhalación.

47 CAS Forum c/ Llull, 410

📍 L4 El Maresme/Fòrum
De lunes a viernes de 12:30h a 19:15h. Sábados y domingos de 13:30h a 18:15h.

25 ARD-Lluís Companys Delante del Portal Nou s/n.

📍 L1 Arc del Triomf.
🏠 De lunes a jueves de 9h a 13:30h y de 15:30h a 20h. Viernes de 9h a 11:30h y de 15:30 a 19:30h. Dispone de sala de venopunción.

48 CAS Sants c/ Comtes de Bell-lloc, 138 bajos

📍 L3 Plaça del Centre
De lunes a jueves de 9h a 15h y de 16h a 20h. Viernes de 9h a 15h.

49 CAS Sarrià c/ Dalmases, 76

📍 S1 / S2 Sarrià
Lunes de 8h a 13h y de 16h a 20h. Martes y jueves de 9h a 13h. Miércoles de 9h a 13h y de 16h a 20h. Viernes de 9h a 15h.

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

📍 L3 Vall d'Hebron
De lunes a jueves de 8:30h a 20h. Viernes de 8:30h a 15h.

51 Unidad móvil Zona Franca c/ del Foc, s/n

(al lado del centro de salud Dr. Carles Ribas)
📍 L10 Foneria
De lunes a viernes de 14h a 21h.

PERSONAS QUE VIVEN EN LA CALLE DICEN...

✓ Intenta no perder la tarjeta sanitaria o guardarla en alguna parte.

✓ Si no tienes tarjeta sanitaria y necesitas ir al médico, **tienes que ir de urgencias**.

✓ Si eres un parado de larga duración, no tendrás que pagar por la medicación que habitualmente entra por la Seguridad Social. Pregunta en el ambulatorio.

✓ Si en urgencias te pasan la factura por atenderte, recuerda que el servicio de salud de tu comunidad autónoma se hará cargo de los costes.



Personas con trastornos o enfermedades mentales

Existen los centros de salud mental de adultos, que ofrecen atención psiquiátrica y de salud mental a mayores de 18 años. Antes, consulta al médico de cabecera.

Ir a Servicios Sociales

Si vives en la calle pero habías tenido un/a trabajador/a social en tu barrio, pide cita lo antes posible.

52

Servicio de Inserción Social (SIS)

Passeig Pujades, 29

📍 L1 Arc de Triomf
De lunes a viernes de 8h a 14h. Martes y jueves abre también de 16h a 19h.

Puedes ir directamente; es el servicio específico municipal para personas adultas que viven en la calle en Barcelona. Si eres extranjero/a y hace menos de dos años que vives en España, tienes que dirigirte al SAIER.

53

Servicio de Atención a Inmigrantes, Emigrantes y Refugiados (SAIER)

Av. Paral·lel, 202

📍 L1 y L3 Espanya

De lunes a jueves de 9h a 19h y viernes de 9h a 14h. Si eres extranjero/a, no tienes permiso de residencia y hace menos de dos años que vives en España, tienes que dirigirte a este servicio para que puedan ofrecerte atención social.

PERSONAS QUE VIVEN EN LA CALLE DICEN...

✓ Si vas al SIS, intenta llegar sobre las 6:30h porque atienden a pocas personas al día. La noche anterior puedes dormir cerca.

✓ Si es la primera vez que vas, pide todo aquello que necesites: ducha, comedor, tarjeta de metro, gafas, etc. Asegúrate de que necesitas todo lo que pides.

✓ No te pongas nervioso/a, pregunta con respeto todo aquello que no entiendas.

Si has salido de prisión

34

Obra Mercedària c/ Torres i Amat, 15

📍 L1 Universitat

De lunes a viernes, de 10h a 13:30h. Ofrecen apoyo a personas en libertad definitiva.

PERSONAS QUE VIVEN EN LA CALLE DICEN...

✓ Antes de salir de prisión, explica que no tendrás un lugar donde dormir. Pueden orientarte.

✓ Si tienes algo de dinero, busca una pensión para dormir y luego dirígete a servicios sociales para que te orienten.

✓ Tienes derecho a una prestación económica, pero necesitas el papel de excarcelación, cuenta corriente y DNI. Se pide en la oficina del INEM, tienes 15 días para tramitarlo. Recuerda hacerlo antes de 15 días porque, si no lo haces, perderás el derecho a pedirlo.

Asistencia jurídica gratuita

Si necesitas resolver una duda legal o has recibido una comunicación del juzgado, puedes pedir directamente asistencia jurídica gratuita.

54

Servicio de Orientación Jurídica

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

📍 L1 Santa Eulàlia

📍 Ildefons Cerdà
Ciutat de la Justícia

De lunes a viernes de 9h a 14h. Puedes pedir cita presencialmente o llamando al 934221545 si te llega una carta del juzgado o tienes una duda legal que necesitas preguntar. Es gratuito.

53

Servicio de Atención a Inmigrantes, Emigrantes y Refugiados (SAIER)

Av. Paral·lel, 202

📍 L1 y L3 Espanya

De lunes a jueves de 9h a 19h y viernes de 9h a 14h. Si vienes de otro país y tienes problemas con los papeles, puedes ir al SAIER. Asesoran sobre permisos residenciales y laborales, reagrupación familiar, nacionalidad, etc. Puede que te den cita para unas semanas o meses más tarde.

i

Otras entidades que asesoran jurídicamente:

http://www.bcn.cat/novaciutadania/arees/ca/assessorament/on_adrecarse/xesaje.html

Quejarte sobre la administración

Si crees que tus derechos han sido vulnerados por la administración o los servicios públicos, puedes explicarlo al defensor/a del síndic/a.

55

Síndic de Greuges de Catalunya

Passeig Lluís Companys, 7

📍 L1 Arc de Triomf

De lunes a viernes de 8:30h a 18h.

56

Síndic de Greuges de Barcelona

Ronda Sant Pau, 43-45

📍 L2 Sant Antoni

L3 Paral·lel

De lunes a viernes de 9h a 13:30h y de lunes a jueves de 16h a 18h.

PERSONAS QUE VIVEN EN LA CALLE DICEN...

✓ Barcelona tiene una ordenanza de civismo que prohíbe dormir y beber alcohol en la calle, hacer ruido, hacer necesidades fisiológicas en sitios públicos, lavarse en las fuentes... te pueden multar. Trata de tener una conducta cívica y mantener el espacio limpio.

✓ No mires a otra parte si la Guardia Urbana se interesa por tu situación, pueden orientarte sobre los servicios sociales.

✓ Si te ponen una multa por incivismo, pregunta qué puedes hacer a tu trabajador/a social o a alguna entidad que conozcas.

✓ No tengas miedo de reclamar tus derechos.



Pedir una prestación económica

No es necesario que tengas un/a trabajador/a social de referencia para pedir una prestación social, solo reunir los requisitos que pidan.

57

Servicio de Ocupación de Cataluña (SOC)

Si hace pocas semanas que has perdido el trabajo, pregunta si tienes derecho al paro o a algún tipo de subsidio.

Si tienes más de 55 años y se te ha acabado el paro, infórmate sobre el subsidio de paro para mayores de 55 años.

Puedes ir al c/ Aragó, 182; en cada distrito de Barcelona encuentras oficinas.

El horario es de 8:30h a 14h, de lunes a viernes.

58

Seguridad Social

Si has cotizado y no trabajas por motivos de salud o tienes 60 años o más, infórmate sobre prestaciones económicas contributivas de invalidez o jubilación.

Puedes ir a c/ Arc del Teatre 63-65; también hay oficinas en otros distritos de la ciudad.

59

Oficina de Asuntos Sociales y Familias

Si tienes más de 65 años, no has cotizado el mínimo y tienes residencia legal desde hace 10 años, infórmate sobre las prestaciones no contributivas de jubilación.

Si tienes más de 65 años, no has cotizado el mínimo y tienes residencia legal desde hace 5 años, infórmate sobre las prestaciones para cubrir necesidades básicas.

Si tienes menos de 65 años, una discapacidad reconocida y 5 años de residencia legal, infórmate.

Si tienes una enfermedad o discapacidad no reconocida, pregunta cómo puedes hacer la solicitud del trámite.

También puedes pedir un complemento económico a tu prestación no contributiva.

Puedes ir a c/ Nou de Sadurní, 5, o a otras oficinas de Barcelona, de lunes a viernes de 9h a 14h.

Si no cumples los requisitos anteriores, tus ingresos son inferiores a 604€ al mes, tienes la documentación en regla, eres mayor de 23 años y hace dos años que vives en Cataluña, puedes pedir la renta garantizada.



Puedes informarte y pedir cita previa llamando al **900400012**.

PERSONAS QUE VIVEN EN LA CALLE DICEN...

✓ Si tus ingresos (ya sean por un empleo o por prestaciones) son inferiores al salario mínimo interprofesional, no te pueden embargar nada para cobrar deudas o multas. Si los ingresos son superiores, se pueden quedar una parte. Si tienes ingresos puntuales que provienen de otro sitio, te los pueden coger directamente del banco.

✓ Para pedir cualquier prestación, necesitarás tener la documentación actualizada.

✓ Puedes **preguntar si tienes derecho a una prestación social** preguntando a tu trabajador/a social, en la Oficina de Bienestar y Familia y en la oficina de empleo.

✓ Ten paciencia porque los trámites duran un mínimo de 6 meses.

✓ Asegúrate de que lo entiendes todo. Pregunta.

✓ Si cobras poco, **tendrás que pagar y priorizar** (una habitación, higiene personal, una tarjeta de metro...).

Pide una vivienda pública

En Barcelona hay varias oficinas de vivienda donde puedes inscribirte en el Registro de Solicitantes para poder acceder al parque público de vivienda.

60

Oficina de Vivienda de Ciutat Vella

Puedes ir a la oficina de la plaza Salvador Seguí, 13; también hay oficinas en otros distritos de la ciudad.

Abre lunes, martes, miércoles y viernes de 8:30h a 14:30h y jueves de 8:30h a 18:30h.

PERSONAS QUE VIVEN EN LA CALLE DICEN...

✓ Tienes derecho a **apuntarte a los pisos de protección oficial**. No te preocupes si no tienes ingresos, también podrás acceder. Es difícil pero no dejes de apuntarte.

✓ Tienes que estar **empadronado/a** para poder apuntarte a los pisos de protección oficial.

¿Eres un ciudadano o una ciudadana preocupado/a?

Información útil sobre qué hacer si ves a una persona viviendo en la calle



La guía que tienes en las manos está dirigida a personas que viven en la calle desde hace poco. Si eres un/a ciudadano/a que sí tiene hogar, te invitamos a implicarte.



Si ves a una persona sin hogar que se encuentra mal.

Si ves a una persona sin hogar tumbada en el suelo y crees que tal vez se encuentra mal, avisa directamente al 112.



Saluda a la persona y párate a hablar con ella.

Un rato de conversación también es importante para saber qué necesita la persona y para hacerla visible.



Si conoces a alguien que está a punto de quedarse sin hogar.

El primer paso es contactar con Servicios Sociales del barrio donde vive la persona. Así como todos tenemos derecho a un médico o a un abogado de forma gratuita, también tenemos derecho a tener un trabajador social.

Orienta a la persona al Servicio de Inserción Social.

Es el servicio del ayuntamiento para personas adultas que duermen en la calle en Barcelona. Puedes explicarle que existe este recurso y que, si quiere, puede ir directamente.

Paseo Pujades, 29

L1 Arc de Triomf
De lunes a viernes, abre a las 8h.



Si siempre ves a la persona de noche.

Puedes contactar con los equipos de calle del ayuntamiento de Barcelona. Es posible que ya conozcan a la persona, pero no dejes de avisar.

932566650



Si ves a la persona de día.

Puedes avisar a los equipos de calle del ayuntamiento de Barcelona. También puedes contactar con Arrels Fundació o descargar la aplicación Arrels Localitzador. Es posible que ya conozcan a la persona, pero no dejes de avisar.

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

¡Recuerda!

No se puede conseguir que una persona deje la calle de la noche a la mañana. No se trata de un tema policial sino de atención social. No se puede sacar a alguien de la calle por la fuerza.

¿Qué más puedes hacer?

- ✓ **Ofrece esta guía** a alguien que viva en la calle si crees que le será útil.
- ✓ **Haz un voluntariado** e implícate en la lucha contra el sinhogarismo.
- ✓ **Colabora económicamente** para fortalecer los recursos que tenemos en marcha desde Arrels.

La Caixa: ES43 2100 0975 2802 0006 5046

Triodos Bank: ES18 1491 0001 2120 1336 6022



arrelsfundacio.org/colabora/

#nadiedurmiendoenlacalle

Esta guía quiere ser de utilidad para aquellas personas que viven en la calle y para la ciudadanía preocupada por las personas sin hogar.

¡Úsala o compártela!



Riereta 24, bajos, 08001 Barcelona

www.arrelsfundacio.org

La Caixa: ES4321000975280200065046 Triodos Bank: ES1814910001212013366022