

GUÍA DE ORIENTACIÓN
SOBRE LA INCLUSIÓN
SOCIAL DE LAS PERSONAS
CON DISCAPACIDAD
INTELECTUAL

Un proyecto de  **Plena
inclusión**
Asturias

Con el apoyo de



Adaptado y validado en lectura fácil por



© EuropeanEasy-to-Read Logo: InclusionEurope.

Más información en www.inclusion-europe.org/etr

Pictogramas: Los símbolos pictográficos utilizados de ARASAAC (<http://arasaac.org>) son parte de una obra colectiva propiedad de la Diputación General de Aragón y han sido creados bajo licencia Creative Commons.

Índice

¿De qué trata esta guía? 4

Ayudas a personas inmigrantes. 5

Ayudas a personas adictas a drogas y a otras situaciones. 11

Ayudas a menores . 15

Ayudas a mujeres. 19

Ayudas a personas en riesgo de exclusión social. 21

Lista de organizaciones de ayuda. 23



¿De qué trata esta guía?

Plena inclusión Asturias es la organización más grande de Asturias de apoyo a las personas con discapacidad intelectual. Hay 19 asociaciones unidas en Plena Inclusión Asturias.

Plena inclusión Asturias tiene varios servicios y actividades para mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual y de sus familias. Uno de esos servicios es el de “Atención integral a las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo en situaciones de especial **vulnerabilidad** o de mayor riesgo de **exclusión social**”.

Esta guía habla de ese servicio.

Esta guía pretende:

- Explicar las ayudas para las necesidades de este grupo de personas.
- Dar a conocer al resto de la sociedad las necesidades de este grupo de personas.

Hemos adaptado esta guía a lectura fácil para que te resulte más sencillo entenderlo todo.

Puedes encontrar más información en:

www.plenainclusionasturias.org

 twitter.com/plenasturias

 facebook.com/plenasturias

Vulnerabilidad:
situación de discriminación o desventaja de algunas personas en la sociedad.

Exclusión social:
situación de falta de recursos para vivir que limitan la participación de las personas en la sociedad.

The background is a close-up of a brick wall with various shades of brown and grey bricks. On the left side, there is a large, semi-transparent green circular graphic that overlaps the wall. The text is positioned on the right side of the wall, partially overlapping the green graphic.

**ayudas a
personas
inmigrantes**



Ayudas a personas inmigrantes

Los inmigrantes son personas de otros países que vienen a buscar trabajo a España.

Los inmigrantes tienen varias dificultades cuando llegan a España:

- Desconocen los trámites para cumplir con las leyes.
- Desconocen los servicios que pueden recibir.
- Desconocen la cultura y las costumbres.
- Algunos hablan otros idiomas y no saben el español.

Hay inmigrantes con discapacidad intelectual.

Estas personas tienen mayores problemas y más riesgos de exclusión social.

Estas personas tienen varias ayudas.



Trámites

Los extranjeros que llegan a España deben hacer unos trámites para vivir y trabajar según las leyes.

Un turista o un extranjero que busca trabajo puede estar 3 meses como máximo.

Al final de los 3 meses, el extranjero puede pedir una **prórroga** o debe marcharse de España.

La prórroga es por otros 3 meses como máximo

Exclusión social: situación de falta de recursos para vivir que limitan la participación de las personas en la sociedad.

Los documentos y trámites más importantes

Hay 2 documentos importantes para los extranjeros en España:

- El NIE o Número de Identificación de Extranjeros
Es un documento que indica el nombre y otros datos personales.
- El TIE o Tarjeta de Identificación de Extranjeros
Es el documento que autoriza a un extranjero a vivir y trabajar en España durante más de 6 meses.

Los extranjeros pueden solicitar los 2 documentos en la Comisaría de Policía más cercana a su casa o en una Oficina de Extranjería.

Otro trámite importante es el empadronamiento.

El empadronamiento es el trámite de registro de personas que viven en un pueblo o ciudad en un listado llamado Padrón.

Todas las personas deben empadronarse, incluso los extranjeros.

Deben hacerlo en el Ayuntamiento.

Necesitan estar empadronados para saber su centro de salud o el colegio de sus hijos.

Los extranjeros deben llevar varios documentos para empadronarse:

- El TIE o **el pasaporte**.
- Un contrato de una vivienda alquilada o el contrato de compra de una casa a su nombre.
- Cuando viven en casa de otra persona, deben llevar un permiso del dueño o compañero de la casa.
- Un recibo de un pago de la casa, como la luz, el gas o el agua.
- Los menores de 18 años deben llevar el **Libro de Familia**.

Pasaporte:
documento que permite viajar de un país a otro.

Libro de Familia:
documento que anota nacimientos, muertes, bodas y divorcios de una familia.

Aprender el idioma

Hay organizaciones y asociaciones que ofrecen cursos de español para extranjeros.

En algunas comunidades autónomas, como Cataluña, los extranjeros también necesitan aprender catalán.

Atención médica

Los inmigrantes sin permiso de residencia tienen derecho a la atención médica en estos casos:

- Urgencias.
- Accidentes.
- Enfermedades graves.
- Mujeres embarazadas.

Los menores de 18 años tienen derecho a todos los servicios médicos.

Los extranjeros necesitan la tarjeta sanitaria para tener atención médica.

- ✓ ¿Dónde pedirla? En el centro de salud más cercano a tu casa.
- ✓ ¿Qué debes entregar?
 - Un documento de identidad, por ejemplo, el carné de identidad o el pasaporte.
 - El certificado de empadronamiento. Debes pedirlo en el Ayuntamiento.
 - El número de la Seguridad Social.

Debes pedirlo en la Tesorería de la Seguridad Social.



Mira más información en las páginas 23 y 24

Pasaporte: documento que permite viajar de un país a otro.

Libro de Familia: documento que anota nacimientos, muertes, bodas y divorcios de una familia.



RECUERDA

El teléfono de urgencias médicas es el 112.
Es gratis y puedes llamar a cualquier hora del día

Trabajo

Los inmigrantes tienen más dificultades para encontrar trabajo. Por eso, necesitan más ayudas para poder participar en la sociedad.

Las personas en España pueden trabajar desde los 16 años.

Los inmigrantes mayores de 16 años necesitan un permiso para vivir y trabajar en España.

Este permiso les facilita trabajar con los mismos derechos que los españoles.

Los inmigrantes pueden pedir la prolongación del permiso.

Deben hacerlo cada cierto tiempo.

También pueden pedir la nacionalidad para tener los mismos derechos y obligaciones que todos los españoles.

Las personas con discapacidad tienen varias posibilidades de trabajo:

- Centros especiales de empleo:
Son empresas donde la mayoría de trabajadores tiene discapacidad.
- Empleo con apoyo:
Son puestos de trabajo adaptados a la discapacidad del trabajador o con personas de apoyo que les ayudan en ese puesto.
- Empresas comunes: son todas las demás empresas.



Mira más información en esta página de Internet:
<http://extranjeros.empleo.gob.es/>



**ayudas a
personas con
adicciones**



Ayudas a personas adictas a drogas y a otras situaciones

Las drogas cambian nuestra forma de comportarnos, de pensar y de sentir. Las drogas nos producen sensaciones falsas, como creernos más valientes o caer mejor a los amigos. Al final, la sociedad rechaza a las personas que toman drogas.

Las drogas dan muchos problemas, por ejemplo:

- x No duermes bien.
- x Tienes mal humor.
- x Tienes problemas de salud.
- x Tienes problemas con tu familia y tus amigos.
- x Tienes problemas en el trabajo.



Los tipos de drogas

Hay muchos tipos de drogas, por ejemplo:

- La cocaína y la heroína.
- Drogas para fumar, como el hachís y la marihuana.
- Drogas con forma de pastilla, con las anfetaminas o los tranquilizantes.
- El pegamento aspirado por la nariz.

El alcohol y el tabaco pueden ser también adictivos como una droga.

Algunas medicinas pueden convertirse también en drogas, como los antidepresivos o las pastillas para la ansiedad. Por eso, debes tomar sólo la cantidad que te manda el médico.



RECUERDA

Nunca mezcles tus medicamentos con ninguna droga o con alcohol. Puede provocarte agresividad, mareos, vómitos, dificultad para respirar o problemas de corazón.

La verdad sobre las drogas

Sobre el tabaco

- x No te relaja cuando estás nervioso.

Sobre el alcohol

- x Empeora tus relaciones sexuales.
- x Es mentira que te hace más seguro o mejora tus relaciones con tus amigos.

Consejos sobre el alcohol

- ✓ Come antes de beber alcohol.
- ✓ Bebe despacio.
- ✓ Alterna una bebida con alcohol y otra sin alcohol.
- ✓ Si te has emborrachado, toma agua y zumos.
La borrachera solo se te pasará con las horas.
No hay remedios rápidos.
- ✓ Si ves a alguien desmayado por una borrachera, tumbale de lado.
Puede ahogarse con su lengua o su vómito.
Llama al teléfono de emergencias 112 o llévale a un médico.
- ✓ Impide conducir a una persona que ha bebido alcohol.
Está prohibido conducir después de beber alcohol.
Intenta que vuelva a casa de otra manera,
por ejemplo, en taxi o en autobús.

Sobre las drogas

- x Te enganchan y te dominan.
- x Empeoran tus relaciones sexuales.
- x No te lo pasas mejor cuando tomas drogas.
- x Los efectos de las drogas siguen aunque tomes otras cosas, como café, refrescos o comida.

Consejos sobre las drogas

- ✓ Nunca mezcles las drogas con medicinas.
Cuando mezclas drogas con medicinas, puedes tener graves problemas de salud.
- ✓ Si te pasas con las drogas, busca un lugar tranquilo y con temperatura suave para relajarte.

- ✓ Está prohibido conducir cuando tomas drogas.
- ✓ Si ves a alguien desmayado por tomar drogas, tumbale de lado.
Puede ahogarse con su lengua o su vómito.
Llama al teléfono de emergencias 112 o llévale a un médico.

¿Cómo puedes decir NO a las drogas?

Muchas veces queremos caer bien a nuestros amigos y hacemos lo que ellos hacen.

Por eso, aceptamos tomar drogas porque ellos también las toman.

Debes decirles NO, por ejemplo:

- ✓ No me apetece.
- ✓ Me sientan mal.
- ✓ No me interesa.
- ✓ No es mi rollo.
- ✓ Prefiero otras cosas.



RECUERDA

Di NO a las drogas de forma fuerte y clara.

Otras adicciones

Las loterías, las máquinas tragaperras, las compras, el móvil o internet también pueden ser adictivos como las drogas y cambiar tu carácter.

Por ejemplo, eres adicto cuando gastas mucho dinero en juego,

pasas muchas horas con el móvil

o sólo puedes pensar en navegar por internet.

Hay muchas personas que te pueden ayudar.

Adictivo:
sustancia o actividad que engancha o que tiene posibilidades de hacerte dependiente.



Mira más información en las páginas 24, 25 y 26



**ayudas a
menores**

Ayudas a menores

Los menores de 18 años son un grupo que necesitan más protección en situaciones difíciles, por ejemplo, cuando tienen una discapacidad, sufren maltrato, su familia tiene poco dinero o no pueden ir al colegio.

Los menores de 18 años con discapacidad necesitan un certificado oficial para conseguir ayudas y apoyos.

El certificado oficial explica el grado de discapacidad que tiene la persona.

Las personas con discapacidad deben ir a los Centros Base de la Seguridad Social.

Debes pasar reconocimientos médicos y consultas con psicólogos.



Mira más información sobre los Centros Base de la Seguridad Social en las páginas 26 y 27

Servicios y ayudas para menores



Alimentación

La alimentación de los menores de 18 años es muy importante. La **Consejería de Salud** de Asturias publica folletos con ideas para una buena alimentación.

También hay asociaciones y comedores sociales que ofrecen desayunos y comidas gratis para los hijos de familias sin dinero.

Consejería de Salud: departamento del Gobierno de una Comunidad Autónoma que trabaja para que sus ciudadanos tengan salud.



Salud

Los niños deben ponerse vacunas contra varias enfermedades. Las familias deben pedir información al médico sobre la edad para poner cada vacuna.

Los menores de 18 años deben hacer ejercicio.

Los ayuntamientos y los colegios organizan actividades deportivas gratis.

Puedes apuntarte a ellas.



Educación

Los niños entre 0 y 6 años pueden ir a la escuela infantil.

No es obligatoria.

La escuela obligatoria en España es desde los 6 a los 16 años.

Las familias pueden apuntar a sus hijos en el colegio más cercano a tu casa.

También pueden preguntar por los colegios

en las oficinas de los **Servicios Sociales** de tu pueblo o ciudad.

Los colegios en España son:

- Públicos: son gratis.
- Concertados: son colegios privados gratis.
- Privados: son colegios de pago.

Muchos colegios tienen comedor.

Puedes pedir **becas** para que el comedor sea gratis para los niños.

El autobús de ida y vuelta al colegio es gratis para los niños que lo necesitan.

Pide información sobre los apoyos para tu hijo si tiene discapacidad.

También hay **colegios de educación especial**.

El Ministerio de Educación ofrece becas y ayudas de estudios.

Debes estar atento a las fechas para presentar la solicitud.

Puedes mirar toda la información en estas páginas de internet:

- Ministerio de Educación: <http://www.mecd.gob.es/servicios-al-ciudadano-mecd/catalogo/educacion/becas-ayudas-subvenciones.html>
- Boletín Oficial del Estado: <http://www.boe.es>

Servicios Sociales: servicios públicos que da un Ayuntamiento o comunidad autónoma para que los ciudadanos en situación de vulnerabilidad tengan ayudas y apoyos.

Becas: ayuda económica para estudiar o pagar un servicio para estudiantes.

Colegios de educación especial: colegios solo para personas con discapacidad.



Protección contra el maltrato

Los menores de 18 años pueden sufrir diferentes tipos de maltrato de sus padres y cuidadores:

- Les pegan.
- Les insultan o les gritan.
- Les utilizan en las relaciones sexuales.
- Les abandonan y no les dan los cuidados necesarios.

Los menores también pueden sufrir maltrato de sus compañeros de colegio. Esto se llama acoso.

También es conocido por la palabra inglesa “bullying”.

Algunos menores también sufren acoso por internet y las redes sociales, como Twitter y Facebook.

Esto se llama ciberacoso.

Hay asociaciones de ayuda a menores que sufren maltrato y acoso.



Mira más información en las páginas 26 y 27



RECUERDA

Habla con un familiar o con un profesor cuando sufras acoso en casa, en el colegio o a través de internet.



Los menores y los delitos

Algunos menores de 18 años cometen delitos, como robos o atracos.

Los menores de 18 años van a centros de menores, nunca a la cárcel.

Solo los mayores de 18 años van a la cárcel cuando cometen un delito.

Hay asociaciones dedicadas a:

- Evitar que los menores cometan delitos.
- Negociar soluciones con las víctimas para evitar que el menor vaya a un juicio.

Apoyar a los menores en los centros, cuando un juez les condena.



**ayudas
a mujeres**



Ayudas a mujeres

Las mujeres siempre han sufrido discriminación.
Tienen pocos apoyos cuando son madres
y tienen más problemas para encontrar un trabajo.

Las mujeres con discapacidad intelectual sufren más la discriminación.
Tienen más peligro de recibir malos tratos.
Muchas veces, nadie las cree cuando sufren maltrato de otra persona.



La verdad sobre las mujeres y los hombres

- ✓ Las mujeres cobran menos dinero por el mismo trabajo que los hombres.
- ✓ Las mujeres ocupan menos puestos importantes que los hombres, aunque tengan los mismos estudios.
- ✓ Los hombres y las mujeres tienen las mismas capacidades. Por ejemplo, para estudiar, conducir, cargar peso o hacer deporte.
- ✓ Los hombres y las mujeres pueden hacer los mismos trabajos. Por ejemplo, hay mujeres mineras y hombres peluqueros.
- ✓ Los hombres y las mujeres tienen las mismas capacidades para hacer las tareas de la casa o cuidar de los hijos.
- ✓ Es mentira que todas las mujeres son delicadas y todos los hombres son fuertes.



*s Servicios y ayudas para mujeres

En Asturias, hay varias instituciones y asociaciones que ofrecen servicios y ayudas gratis a mujeres con situaciones difíciles.
Algunas mujeres sufren malos tratos de su pareja.
Por ejemplo, los hombres las pegan, las amenazan o abusan de ellas.
Estas mujeres pueden recibir ayuda también de varias asociaciones.




Mira más información en la página 28



RECUERDA

Las mujeres maltratadas pueden llamar al teléfono de ayuda 016.
La llamada es gratis y no aparece en la factura.



**ayudas a
personas en
riesgo de
exclusion**



Ayudas a personas en riesgo de exclusión social

Las personas con discapacidad intelectual en riesgo de exclusión social viven situaciones muy difíciles.

Por ejemplo, no tienen dinero, están sin casa, tienen enfermedades graves o no pueden ir al colegio. Estas personas tienen varias ayudas.

Servicios y ayudas para personas en riesgo de exclusión social

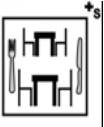


Salud

El Servicio de Salud del Principado de Asturias, conocido como SESPA, te ofrece médicos gratuitos.

Hay asociaciones que te ofrecen psicólogos o una ayuda más concreta para tu situación o tu enfermedad.

Por ejemplo, hay asociaciones de enfermos de cáncer o de apoyo a enfermos mentales.



Albergues y comedores

En Asturias, hay albergues para ducharte, dormir y comer para personas sin casa y sin dinero.

Algunos son gratis y otros te piden un poco de dinero según tus ingresos.



Ropa

Muchas familias donan ropa a almacenes para personas y familias sin dinero. Las personas que necesitan ropa pueden recogerla gratis en estos almacenes.



Trabajo

Las personas con discapacidad y las mujeres son grupos con más dificultades para encontrar un trabajo.

Las personas sin trabajo tienen más riesgo de exclusión social, porque el trabajo permite tener dinero y ayuda a la inclusión de todas las personas.

Puedes pedir ayuda para buscar el trabajo en Trabajastur, que es el Servicio Público de Empleo de Asturias.

En Trabajastur hay ofertas de trabajo, cursos

y puedes recibir ayuda para buscar trabajo o hacer tu currículum.



Mira más información en la página 29



Lista de organizaciones de ayuda

Organizaciones de ayuda a inmigrantes

Nombre 	Dirección 	Teléfono 	Web o correo electrónico 
ACCEM	Avenida del Llano, 27, piso bajo posterior. Gijón	985 16 56 77	www.accem.es
AIRA (Asociación de inmigrantes residentes en Asturias)	Calle Llano Ponte, 9, piso bajo. Oviedo	985 28 29 59 658 83 93 01	asturiasaira.blogspot.com.es
ALFALAR	Carretera de la Estrecha, 26. Corredoria.	985 29 12 46	
Asociación amigos de Colombia	Hotel de Asociaciones Calle Fernández Ladreda, 48. Oviedo	618 92 39 94	
Asociación de Ecuatorianos residentes en Asturias (AEREO)	Avda. Pumarín, 23, piso 1º B, escalera izquierda. Oviedo	984 28 06 61 653 77 32 09	AEREOASOSIACION@hotmail.com
Asturias Acoge	Calle Oscura, 3. Oviedo	985 20 39 92	www.asturiasacoge.org
Cáritas Arciprestal	Calle el Quirinal, 14. Avilés.	985 56 27 04	www.caritas.es
Cáritas Diocesana	Calle González del Valle, 5. Oviedo	985 20 80 89	www.caritas.es
Centro de día "Adsis Beleño". Fundación ADSIS.	Calle Dindurra 19, bajo. Gijón.	985 19 57 73	www.fundacionadsis.org
Centro Municipal de Servicios Sociales de Gijón	Calle Palacio Valdés, 2. Gijón.	985 18 22 85	www.sede.asturias.es
Centro Municipal de Servicios Sociales de Oviedo	Calle Martínez Marina, 10, piso 2. Oviedo	985 98 18 88 985 98 18 87	www.oviedo.es
Centro Municipal de Servicios Sociales de Avilés	Calle Galiana, 11. Avilés	985 55 16 20 985 54 92 25	aviles.es/web/ayuntamiento/servicios-sociales
Consejo de la juventud del Principado de Asturias	Plaza del Sol, 4-6. Oviedo	985 250 065 985 250 668	www.cmpa.es
Centro Base Oviedo	Plaza de América, Oviedo	985 23 65 54	sede.asturias.es
Centro Base Avilés	Calle Ferrería, 27. Avilés	98 512 91 55	sede.asturias.es
Centro Base Gijón	Calle Premio Real, 17 Gijón	985 33 48 44	sede.asturias.es
Departamento de migraciones de UGT Asturias	Plaza General Ordóñez, 1. Oviedo	985 25 38 22	www.ugt-asturias.org

Organizaciones de ayuda a inmigrantes

Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS)	Calle Santa Teresa de Jesús, 8-10. Oviedo	985 96 26 34	www.seg-social.es
Médicos del Mundo	Plaza Barthe Aza, piso 6º bajo. Oviedo	985 20 78 15	www.medicosdelmundo.org
Oficina de atención al inmigrante	Plaza del lago Enol, sin número. Oviedo	985 22 44 01 985 22 44 04	www.oviedo.es
Padrón Municipal	Calle Quintana, 8. Oviedo	985 98 18 89	www.oviedo.es
Psicólogos sin fronteras	Facultad de Psicología. Despacho 222. Plaza Feijoo, sin número. Oviedo.	985 10 41 76	psf.ongd@psicologossinfronteras.es
SOS Racismo Asturias	Calle Gascona, 12. Oviedo	652 84 09 03	www.sosracismo.org
Tesorería General de la Seguridad Social	Calle Pérez de la Sala, 9. Oviedo	985 96 11 60	
Trámites de extranjería	Plaza de España, 3. Oviedo	984 76 93 37 984 76 93 49 984 76 93 50	personal_extranjeria.asturias@eap.minhap.es

Organizaciones de ayuda contra las drogas y las adicciones

Nombre	Dirección	Teléfono	Web o correo electrónico
			
Alcohólicos Anónimos Avilés	Avenida de Alemania, 9. Avilés	985 56 63 45	www.alcoholicos-anonimos.org
Asociación “Buenos Amigos”	Calle Manuel Llaneza 25 - 2º, piso 3º. Mieres	985 46 84 16 985 46 58 00	www.asociacionbuenosamigos.es/
Asociación de Amigos contra la Droga de Avilés	Calle Piqueros de Abajo, 14. La Magdalena. Avilés	985 54 21 69 985 55 01 83 638 52 99 35	http://www.acdaviles.org/
Asociación de Familiares y Enfermos Alcohólicos Rehabilitados “La Santina” (ASFEAR)	Calle Dos de Mayo, 29, Piso bajo. Gijón	985 09 7829	
Asociación juvenil dedicada a la investigación social. ADIIS	Centro Social de Pumarín. Calle Turina, 1. Oviedo	622 116 201	
Asociación Lárpa contra la Ludopatía	Calle González Besada, 39, piso 10º A. Oviedo		larpa.es

Asociación Juvenil Socio-comunitaria "Xaregu"	Calle Coronel Bobes, 26. Oviedo	985 110 534	info@xaregu.org
Ayuntamiento de Oviedo. Plan Municipal de Drogodependencias	Calle Quintana, 8 piso bajo. Oviedo	985 98 18 08	www.oviedo.es
Cáritas Arciprestal. Centro de día Calor y Café	Calle Azcárraga, 43-45, piso bajo. Oviedo	985 20 84 36 985 20 53 00	www.caritas.es
Centro de día "Mil Soles"	Calle Quevedo, 27, bajo. Gijón	985 13 43 62 Centro de día: 630 91 20 96 984 29 93 70	
Centro Base Oviedo	Plaza de América, Oviedo	985 23 65 54	sede.asturias.es
Centro Base Avilés	Ferrería, 27. Avilés	98 512 91 55	sede.asturias.es
Centro Base Gijón	Premio Real, 17. Gijón	985 33 48 44	sede.asturias.es
Comisiones Obreras. Planes municipales sobre drogas	Calle Santa Teresa, 15, entresuelo. Oviedo	985 25 71 99	www.ccooasturias.es/saludlabora
Comité ciudadano antisida del Principado de Asturias	Calle Ramón y Cajal, 39, piso bajo. Gijón	985 33 88 32 684 62 83 37	www.comiteantisida-asturias.org
Comunidad terapéutica del valle APTAS	Finca la Barzaniella sin número. Santo Adriano	985 76 16 57	http://aptas.es/
Consejería de Salud y Servicios Sanitarios. Área de promoción de la salud y participación	Calle Ciriaco Miguel Vigil, 9, piso 2º, sector izquierdo. Oviedo	985 10 68 73	
Consejo de la juventud del Principado de Asturias	Plaza del Sol, 4-6. Oviedo	985 25 00 65 985 25 06 68	www.cmpa.es
Fundación ADSIS. Centro de día "Adsis Beleño"	Calle Dindurra, 19, pisobajo. Gijón	985 19 57 73	http://www.fundacionadsis.org/
Fundación Albergue Covadonga	Calle Diario El Comercio, sin número. Gijón	985 35 84 34	alberguecovadonga.wordpress.com
Hospital central de Asturias	Avenida de Roma, sin número. Oviedo	985 10 80 00	www.hca.es
Médicos del mundo	Plaza Barthe Aza, 6, piso bajo. Oviedo	985 20 78 15	www.medicosdelmundo.org
Plan Municipal de Drogodependencias. Ayuntamiento de Avilés	Calle Galiana, 11. Avilés	985 51 04 58	
Plan Municipal de Drogodependencias. Ayuntamiento de Gijón	Calle Palacio Valdés, 2. Gijón	985 18 28 38	
Proyecto Hombre. Fundación C.E.S.P.A	Plaza del Humedal, 5, entresuelo 2º. Gijón	985 17 02 44	www.proyctohombrestur.org
Servicio de salud poblacional	Edificio Buenavista Calle Ciriaco Miguel Vigil, 9, piso 2º, sector izquierdo. Oviedo	985 10 63 37 985 10 63 38	

Unidad de Coordinación del Plan sobre Drogas para Asturias	Calle Ciriaco Miguel Vigil,9, piso 2º, sector izquierdo. Oviedo	985 66 81 54	
Unidades de desintoxicación hospitalaria de Oviedo	Área Sanitaria 4. Hospital Universitario Central de Asturias Calle Julián Clavería, sin número. Oviedo	985 10 61 00	www.hca.es
Unidades de desintoxicación hospitalaria de Gijón	Área Sanitaria 5. Hospital de Cabueñes, sin número. Gijón	985 18 50 00	
Unidades de tratamiento de toxicomanías de Avilés	Área Sanitaria 3.Calle Llano Ponte,49. Avilés.	985 51 06 20	www.centrosdesalud.net
Unidades de tratamiento de toxicomanías de Oviedo	Área Sanitaria 4.Calle Julián Clavería, s/n. Oviedo	985 10 61 56	www.hca.es
Unidades de tratamiento de toxicomanías de Gijón	Área Sanitaria 5.Calle Ramón y Cajal,39. Gijón	985 33 57 77 985 13 31 03	
Unión general de trabajadores de Asturias. Salud laboral. Cambio climático y medio ambiente	Plaza General Ordóñez, 1, planta 11. Oviedo	985 27 54 05	www.ugt-asturias.org

Organizaciones de ayuda a menores

Nombre	Dirección	Teléfono	Web o correo electrónico
			
Abierto Asturias	Calle Norte Bloque, 2C Bajo derecha. Avilés	985 510 463	abierto@abiertoasturias.com
Asociación Juvenil Socio-comunitaria "Xaregu".	Calle Coronel Bobes, 26, piso 2.Oviedo	985 110 534	info@xaregu.org
Cáritas Diocesana de Oviedo	Calle González del Valle, 5. Oviedo	985 20 80 89	www.caritas.es/asturias/
Cáritas Diocesana de Gijón	Calle Álvaro de Albornoz, 17. Gijón	985 17 58 67	www.caritas.es/asturias/
Cáritas Diocesana de Avilés	Calle El Quirinal, 14. Avilés	985 56 27 04	www.caritas.es/asturias/
Centros Base Oviedo	Plaza de América, Oviedo	985 23 65 54	sede.asturias.es
Centros Base Avilés	Ferrería, 27. Avilés.	98512 91 55	sede.asturias.es
Centros Base Gijón	Premio Real, 17. Gijón	985 33 48 44	sede.asturias.es

Centro Materno Infantil de Oviedo	Avenida Pedro Masaveu, 45. Oviedo	985 27 17 43	
Cruz Roja	Calle Martínez Vigil, 36. Oviedo	985 20 82 15	www.cruzroja-asturias.org
Fundación ADSIS.Centro de día "Adsis Beleño"	Calle Dindurra 19, piso bajo. Gijón	985 19 57 73	http://www.fundacionadsis.org/
Fundación Banco de Alimentos	Polígono Industrial Puente Nora. Calle A, 12, Lugones. Siero	985 11 58 60	www.bancaliasturias.org
Fundación Hogar de San José	Calle Mariano Pola, 52. Gijón	985 32 14 69	www.fundacionhogardesanjose.org
Fundacion Vinjoy	Avenida de los Monumentos, 61C. Oviedo	985 11 89 09	www.vinjoy.es
GRUME. Policía Nacional de Avilés	Calle Río San Martín, 2	985 12 92 42 985 12 9243	www.policia.es
GRUME. Policía Nacional de Gijón	Plaza Padre Máximo González, sin número	985 17 92 08 985 17 92 86	www.policia.es
Mar de Niebla	Calle Martín, número, 9, piso bajo. Gijón	985 35 84 34	mardeniebla.es
Médicos del Mundo	Plaza Barthe Aza, 6, piso bajo.Oviedo	985 20 78 15	www.medicosdelmundo.org
Meniños. (acogimiento y adopciones)	Calle Historiador Juan Uría, 15, piso bajo. Oviedo	985 20 81 24 900 90 70 52	www.acogimientoyadopcionasturias.org
Teléfono de atención a la infancia		116 111	
Teléfono del Menor		900 20 20 10	
TRAMA	Calle Ildefonso Sánchez del Río, 8, piso bajo. Oviedo	985 20 74 17	www.trama.org
UNICEF	Plaza Romualdo Alvargonzález, sin número. Centro Comercial San Agustín. Local B 9, Gijón	985 34 64 53	www.unicef.es
Unidad Atención Temprana ASPACE Gijón	Camín del Cotarón, 583. Castiello de Bernueces. Gijón	985 13 0699 985 13 0998	www.aspace.org
Unidad Atención Temprana ASPACE Oviedo	Calle El Campón, sin número. Latores. Oviedo	985 23 33 23	www.aspace.org

Organizaciones de ayuda a mujeres

Nombre 	Dirección 	Teléfono 	Web o correo electrónico 
ACCEM Gijón	Avenida del Llano, 27, piso bajo posterior. Gijón	985 16 56 77	www.accem.es
ACCEM Avilés	Avenida de Portugal, 10, piso bajo. Avilés	985 54 27 43	www.accem.es
ACCEM Oviedo	Calle Tenderina, 206. Oviedo	985 23 28 62	www.accem.es
APRAMP. Asociación para la prevención, reinserción y atención a la mujer prostituida	Calle Ruiz Gómez, 4. Avilés	985 51 23 30	apramp.org
CentroBase Oviedo	Plaza de América, Oviedo	985 23 65 54	sede.asturias.es
Centros Base Avilés	Ferrería, 27. Avilés	98 512 91 55	sede.asturias.es
Centros Base Gijón	Premio Real, 17. Gijón	985 33 48 44	sede.asturias.es
Consejo de la Juventud del Principado	Fuertes Acevedo, 10, piso bajo. Oviedo	985 25 00 65 985 25 06 68	http://www.cmpa.es/
CODOPA			www.codopa.org
Instituto Asturiano de la Mujer	Calle Río Nalón, 37. Oviedo	985 11 55 54	institutoasturianodelamujer.com
Mayores felices	Calle Carreño Miranda, 7, piso 1º izquierda. Avilés	647 63 71 06	info@mayores.es
Policía Nacional. Servicio de Atención a la Mujer		Información: 900 19 10 10 Denuncia de malos tratos: 900 100 009	www.policia.es

Organizaciones de ayudas a personas en riesgo de exclusión social

Nombre 	Dirección 	Teléfono 	Web o correo electrónico 
ADEIPA	Avenida de la Constitución, 31. Gijón	984 20 00 20 619 89 10 22	www.adeipa.org
ADSIS	Calle Dindurra 19, piso bajo. Gijón	985 195 773	www.fundacionadsis.org
Albergue Cano-Mata Vigil. Cáritas. Oviedo	Calle Armando Collar, 21. Oviedo	985 21 75 54	www.caritas.es
Albergue Covadonga. Gijón	Calle Diario El Comercio, sin número. Gijón	985 35 84 34	alberguecovadonga.wordpress.com
APRAMP. Asociación para la Prevención, Reinserción y Atención de la Mujer Prostituida de Asturias.	Calle Plaza Santiago López, 1, piso 1º. Avilés	985 51 23 30	apramp.org
Asociación Gitana de Gijón	Avenida de Galicia, 62. Gijón	985 32 06 34	
Asociación socio-cultural de minorías étnicas Unga	Calle Cabo Peñas, 4, piso bajo. Oviedo	985 11 14 04	
Cáritas. Albergue Municipal de Transeúntes de Avilés	Centro de Encuentro y Acogida (CEA). Oviedo		www.caritas.es
Cáritas. Centro “Calor y Café”. Oviedo.	Azcárraga, 43-45. Oviedo	985208436	www.caritas.es
Cáritas. Cocina Económica. Oviedo	Calle de San Vicente, 6. Oviedo	985 21 28 25	www.caritas.es
CentroBase Oviedo	Plaza de América, Oviedo	985 23 65 54	sede.asturias.es
CentroBase Avilés	Ferrería, 27. Avilés	98 512 91 55	sede.asturias.es
Centro Base Gijón	Premio Real, 17. Gijón	985 33 48 44	sede.asturias.es
Centro Penitenciario. Centro de Inserción Social (CIS)	Finca Tabladiello. Villabona-Llanera.	985 10 52 09	www.institucionpenitenciaria.es
Centro de Apoyo a la integración VINJOY	Avenida de los Monumentos, 61 C. Oviedo	985 11 89 09	www.vinjoy.es
Centro de Día para personas sin hogar de Avilés Cáritas	Calle Estación, 15. Avilés	985 52 61 60	www.caritas.es
Centros de Servicios Sociales de Oviedo	Calle Martínez Marina, 10. Oviedo	985 98 18 87	

Centros de Servicios Sociales de Avilés	Calle Galiana, 11. Avilés	985 55 16 20 985 54 92 25	
Centros de Servicios Sociales de Gijón	Calle Palacio Valdés, 2. Gijón	985 18 28 51	
Fundacion Banco de Alimentos Asturias	Polígono Industrial Puente Nora. Calle A, 12, Lugones. Siero	985 11 58 60	www.bancaliasturias.org
Fundación Cauce	Calle del Cardenal Inguanzo, 2. Oviedo	985 22 64 01	fundacioncauce.org
IMERSO		901 10 98 99	
Manos Extendidas	Calle Monte Gamonal, 2, piso bajo. Oviedo	985 11 77 92	http://www.manosextenidas.net
Médicos del Mundo	Plaza Barthe Aza, 6, piso bajo. Oviedo	985 20 78 15	www.medicosdelmundo.org
Movimiento Asturiano por la Paz	Campus del Milán. Departamento de filosofía. Despacho 111. Calle Teniente Alfonso Martínez, sin número. Oviedo.	985 08 09 86	maspaz.org
Ningún niño sin cenar	Avenida Constitución, 31 y Calle Fray Luis de León, 12 (Almacén). Gijón	984 20 00 20	ningunpequesincenar.org
Oficina de Extranjería		985 24 64 14 985 24 64 15	
REMAR	Avenida de Portugal, 64. Gijón	985 35 68 97	remar.org
Secretariado Gitano de Oviedo	Calle Llano Ponte, 11, piso bajo. Oviedo	985 11 69 58	www.gitanos.org
Secretariado Gitano de Avilés	Calle Sánchez Calvo, 2, piso bajo. Avilés	985 56 35 05	www.gitanos.org
Secretariado Gitano de Gijón	Calle Domingo Juliana, 29, piso bajo. Gijón	985 30 11 86	www.gitanos.org
Servicios de Orientación al Inmigrante UGT	Plaza General Ordoñez, 1, piso 2. Oviedo	985 27 67 29	www.ugt-asturias.org
SILOÉ	Calle Llanes, 6. Gijón	984 49 00 22	

