

RECURSOS DE LA RIOJA ANTE COVID-19

A continuación, se presentan diferentes recursos activados por las administraciones públicas, entidades sociales, iniciativa privada y ciudadanía. Junto a todos ellos, también está el apoyo psicosocial de los y las profesionales del Trabajo Social de los diferentes ámbitos de intervención

Contenido

Recursos de alimentación	2
Recursos de alojamiento	2
Recursos de Teleasistencia y ayuda a domicilio.....	3
Apoyo psicológico y consejos para afrontar la situación	4
Guías sobre Duelo	5
Espacios de conversación.....	6
Otros apoyos a domicilio.....	7
Otros apoyos de carácter sanitario	8
Otros apoyos de entidades sociales.....	9
Otros apoyos de entidades sociales.....	10
Educación y tiempo libre.....	11
Entretenimiento	12
Atención a Víctimas de Violencia de Género y otras formas de violencia.....	13
Otras informaciones de interés.....	15
Cuidado de profesionales.....	16
Números de teléfono para dudas y consultas sobre el coronavirus COVID-19:	17

La guía se actualiza periódicamente en las páginas web de la [Coordinadora de ONGs de La Rioja](#) y en la del [Colegio Oficial de Trabajo Social](#)

4ª Actualización

Recursos de alimentación

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito aplicación	Observaciones
Reparto alimentos y otros productos	Gobierno de La Rioja	941 29 43 88	La Rioja	Solicitud de reparto de alimentos y productos de higiene y medicamentos a personas en situación de aislamiento por el coronavirus y sin apoyo familiar o social. Horario de L a V de 8 a 15h.
Servicio de comidas			Logroño	Previa valoración Trabajadora Social UTS Según información facilitada por Ayuntamiento de Logroño el servicio se mantiene igual. No ha habido restricciones.
Familias con niños	Cáritas	941 25 23 40	Logroño	Atienden las necesidades urgentes de alimentos de familias con niños que ya no acuden al comedor escolar, llamar por teléfono en horario de 9.30 a 13.30h, de lunes a viernes. Centro Unificado de Reparto de Alimentos estará cerrado por el momento.

Recursos de alojamiento

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito aplicación	Observaciones
Alojamiento alternativo sociosanitario	SERIS	Derivación interna desde hospital	Área de Salud	Alojamiento alternativo sociosanitario tras alta hospitalaria cuando no sea posible completar el tratamiento de recuperación en el domicilio. Previa valoración social de Trabajo Social Sanitario del Hospital San Pedro. Sólo pacientes que hayan sido hospitalizados previamente por COVID19. No para personas en aislamiento domiciliario con problemas de alojamiento.
Alojamiento	REMAR	680 55 82 50	La Rioja	lariojaremar@gmail.com Alojamiento y reparto de alimentos a personas en situación de exclusión y vulnerabilidad

Recursos de Teleasistencia y ayuda a domicilio

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito aplicación	Observaciones
Teleasistencia	Gobierno de La Rioja	941 22 52 12	La Rioja	Seguimiento diario a usuarios de TAD y alta servicio a usuarios con servicio concedido y actualmente en lista de espera. Teleasistencia_26@cruzroja.es
Teleasistencia	Gobierno de la Rioja	Servicios sociales de base de cada municipio. Ver listado	La Rioja	El Gobierno de La Rioja ha organizado un servicio de Teleasistencia urgente para personas que vivan solas, que además estén aisladas por diferentes causas (cuarentena por Covid-19, limitaciones de movilidad, etc.) y que carezcan de apoyo social o familiar. El servicio es gratuito mientras dure la situación actual. Quienes creen estar en esta situación o conozcan a alguien que pueda estarlo deben ponerse en contacto con los servicios sociales de su municipio para que procedan a su gestión. En su mayoría, estos servicios atienden en estos momentos telefónicamente. La información de contacto con los servicios sociales de su municipio se encuentra disponible en siguiente enlace https://www.larioja.org/servicios-sociales/es/red-basica-servicios-sociales/listado-municipios
SAD	Ayuntamiento Logroño	941 27 70 70	Logroño	Según información facilitada por responsables SAD. del Ayuntamiento el servicio se ha restringido a los casos más necesitados y sólo para atención personal. Ante cualquier duda de los usuarios deben llamar a los teléfonos indicados o pueden contactar con las empresas que gestionan el SAD.
	Municipio de La Rioja	Ver listado	La Rioja	En el siguiente enlace están las direcciones de todos los Servicios Sociales de La Rioja https://www.larioja.org/servicios-sociales/es/red-basica-servicios-sociales/listado-municipios

Apoyo psicológico y consejos para afrontar la situación

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito aplicación	Observaciones
Atención psicológica	Colegio de Psicólogos	689 989 966	La Rioja	Teléfono de atención 689989966 (de 9:00 a 21:00) Grupo de Intervención Psicológica de emergencias.
Apoyo y consejo psicológico	Teléfono de la esperanza	941 49 06 06	La Rioja	Página web con recomendaciones y teléfono de atención 24 horas. Escucha telefónica en situación de crisis y atención profesional. Atendido 24 horas por voluntarios especialistas en escucha y relación de ayuda. También cuentan con una aplicación móvil Tú marcas tu futuro en la que incluyen contenidos interesantes para mujeres en desempleo, orientaciones, enlaces.... y a través de la que pueden hacerles consultas.
Apoyo en situación de duelo	Asociación de apoyo al duelo y pérdidas vitales	640 824 207	La Rioja	Servicio telefónico que ofrece de manera gratuita apoyo y consejo profesional a todas aquellas personas inmersas en un proceso de duelo. De 8 a 13.30h y de 16 a 21h gloriapsicoduelo@gmail.com
Apoyo Psicológico de emergencia	Gobierno de La Rioja	112 941 22 22 22	La Rioja	Equipo de Respuesta Inmediata ante Emergencias. ERIE Psicosocial Servicio telefónico de atención 24 horas, atendido por psicólogas y personal de apoyo de Cruz Roja. Proporciona acompañamiento y escucha activa, en momentos de emergencia, a las personas afectadas y sus allegados
Cartas de ánimo	Iniciativa ciudadana solidaria	email	La Rioja	cartasalhospitalsanpedro@gmail.com Iniciativa de residentes del Hospital San Pedro de La Rioja de entrega de cartas de ánimo a pacientes ingresados por coronavirus.
Por ti, por todos, por Haro	Ayuntamiento de Haro	Radio Haro	Haro y La Rioja	Cuña en radio SER con consejos básicos para concienciar a la ciudadanía

Guías sobre Duelo

Recurso	Entidad	Observaciones
Guía de Duelo Adulto. Para profesionales Socio-sanitarios	FMLC	Documento en pdf, de 145 páginas, con ilustraciones. Dirigido a público profesional https://www.fundacionmlc.org/wp-content/uploads/2020/03/Guia-Duelo-Adulto-FMLC.pdf
Guía de apoyo psicosocial durante esta pandemia de coronavirus	Asociación por el derecho a la salud	Entrada de blog, con información a modo de guía y con direcciones web sobre el Covid-19 https://ome-aen.org/guia-de-apoyo-psicosocial-durante-esta-epidemia-de-coronavirus/
Guía para familiares en duelo	Sociedad española de cuidados paliativos	Documento en pdf, de 51 pág. Guía ilustrada, con lenguaje sencillo, dirigida a las familias para afrontar el duelo http://ico.gencat.cat/web/.content/minisite/ico/professionals/documents/qualy/arxiu/doc_guia_para_familiares_en_duelo.pdf

Espacios de conversación

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito aplicación	Observaciones
Conversaciones	Iniciativa solidaria	Varias entidades	Arnedo	Si quieres ser llamado para charlar o mostrar tus preocupaciones, mantener una charla fresca, dinámica y atenta ponte en contacto con: Serv. Soc. Ayuntamiento de Arnedo 941 385766 Centro de Salud de Arnedo 941278935 (mañanas) Centro Participación Activa de Arnedo 941294715 Cáritas Arnedo 941 380880 Whatsapp al nº del Ayuntamiento de Arnedo 609097557 Es un servicio gratuito
Conversaciones	Cáritas La Rioja	648 413 773	La Rioja	Para paliar la soledad de quienes necesiten hablar. Teléfono atendido por voluntariado
Apoyo telefónico	Espacio 8	900 40 04 01	La Rioja	Teléfono gratuito ante situaciones de soledad Horario de L a V de 9 a 13.30 y de 16.30 a 20h

Otros apoyos a domicilio

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito aplicación	Observaciones
Compra de alimentos	Cáritas	941 38 08 80 Móvil 646 800 592	Arnedo	Servicio de Compra de Alimentos para personas mayores que estén solas, discapacidad y/o enfermedad.
Compra de alimentos	Fundación Francisca Bretón	621 276 740	Arnedo	Servicio de Compra de Alimentos para personas mayores que estén solas, discapacidad y/o enfermedad.
Apoyo en compras	Iniciativa ciudadana solidaria	941 28 78 74	La Rioja	Facebook #yotehagolacompra Realizar compra, medicinas, tabaco
Help coronavirus	Iniciativa ciudadana solidaria	Bosonit Tecnología	Ámbito nacional	www.helpcoronavirus.org Help Coronavirus es la APP sin ánimo de lucro que conecta personas necesitadas con personas que ofrecen su ayuda (hacer compra, pasear perros...)
Compras a domicilio	Carrefour	603 385 727	Logroño y alrededores	Servicio gratuito que lleva la compra a domicilio sin mínimo de gasto. Dirigido a personas a partir de 65 años , peronal sanitario y personas con problemas de movilidad. También a personal sanitario De 9 a 21 horas. Reparto en un radio de 10 a 15 km.
Recogida de necesidades	Asoc. Vecinal Madre de Dios	650 445 295	Barrio Madre de Dios, Logroño	Teléfono información y recogida de necesidades de la población de los barrios Madre Dios y San José de Logroño
Necesidades sociales	Ayuntamiento de Logroño	941277010	Logroño	“¿Podemos ayudarte en algo?” Teléfono 941 277010 horario de 9 a 19h. Recogen todo tipo de necesidades sociales y las derivan para su atención.

Otros apoyos de carácter sanitario

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito aplicación	Observaciones
Salud Responde	SERIS	941 29 83 33	La Rioja	Información para resolver duda sobre el Covid19
Recetas	SERIS	Centro de salud	La Rioja	La activación automática de recetas es un bulo. Cada paciente debe llamar a su Centro de Salud y su médico se pondrá en contacto con él para todo lo relacionado a recetas
Curso de prevención del coronavirus	Colegio de Enfermería de La Rioja	Página web	La Rioja	“Cómo prevenir la infección por coronavirus (COVID19)” Dirigido a toda la población para tener una visión clara, no alarmista y basada en evidencias científicas sobre la epidemia por coronavirus (COVID19). Curso abierto desde el 13 de marzo hasta el 13 de abril. www.saluslife.app/cursos/como-prevenir-la-infeccion-por-coronavirus-covid19
Consultas médicas	DKV SALUD	Página web	Nacional	www.medicosfrentealcovid.org Plataforma de telemedicina gratuita para realizar consultas médicas online, a través de la app Quiero Cuidarme más.
Guía Fisioterapia	Profesionales fisioterapia	Documento		Cuarentena Covid-19 Guia Fisioterapia https://bit.ly/guia-fisioterapia-cuarentena
Actividad física	Logroño Deporte	Página web	La Rioja	www.logroñodeporte.es videos de #entrenaencasa

Otros apoyos de entidades sociales

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito aplicación	Observaciones
Información y recursos para seguir a tu lado	Asociación IGUAL A TI	941 23 36 00	La Rioja	Recurso de apoyo dirigido a las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo y a sus familias a través de la web de la asociación.
Servicio de traducción en lengua árabe y mediación intercultural	Asociación de trabajadores inmigrantes marroquíes (ATIM)	941 23 92 85	La Rioja	Servicios de traducción en lengua árabe, información sobre medidas de protección, asesoría jurídica, social, educativa y apoyo escolar. atim.org94@gmail.com
Atención Sociojurídica	La Rioja Acoge	941 26 31 15	La Rioja	Información y orientación en temas sociales. Información sobre los recursos de la comunidad. Apoyo en trámites habituales. Asesoramiento sobre normativa de extranjería. De lunes a jueves de 9:00 a 11:30. rioja.acoge@redacoge.org Atención telefónica y por correo electrónico durante el estado de alarma por Covid19
Atención social	Asociación Pakistán de La Rioja	678.207.722	La Rioja	Trabajan principalmente con el colectivo pakistaní, y también con otras nacionalidades. Información asesoramiento, información y orientación relacionadas con trámites de extranjería, renovaciones de pasaportes y CNIC (tarjeta de identidad pakistaní) traducciones, prestaciones de la Seg. Social y Hacienda, etc, Durante el estado de alarma atienden por email asoc.pakistanrioja@yahoo.es y por teléfono.

Otros apoyos de entidades sociales

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito aplicación	Observaciones
Apoyo a transportistas en ruta	Grupo Arnedo	941 48 63 18	Ecociudad del Transporte N-232 KM 367 Pradejón (La Rioja)	Comida, cena y acceso a aseos y ducha en sus instalaciones gratuito para transportistas. Sito en Ecociudad del transporte en nacional 232 p. km 367 en el término de Pradejón.
Oferta/demanda recursos	Iniciativa ciudadana	Página web	678828287	Aplicación que pone en contacto demanda y oferta de recursos varios para afrontar crisis Covid19. Dirigida fundamentalmente a empresas pero también responde a necesidades de particulares (por ejemplo han gestionado el envío de mantas de la fábrica de Ezcaray a IFEMA) Pág web rescueapp.es
Viseras- máscara de protección	Coronavirus Maker La Rioja	679 53 21 91	La Rioja	Suministro gratuito de máscaras de protección a para profesionales de atención directa de servicios esenciales

Educación y tiempo libre

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito aplicación	Observaciones
Campamentos en casa	YMCA	Haro: 941 31 00 89 Logroño: 941 23 71 70	Haro y Logroño	www.ymca.es/campamento-en-casa Actividades, juegos, manualidades para niños y niñas
Actividades en familia	Cruz Roja	Guía en pdf	Nacional	Guía de actividades y manejo de la situación de confinamiento en Familia. La guía esta dividida en tres partes: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Información adaptada a niños y niñas sobre el coronavirus ➤ Manejo parental de la situación de estado de alarma ➤ Actividades y recursos lúdicos y educativos.
Juntos desde casa		Página web	Nacional	www.juntosdesdecasa.com Proyecto de un equipo de profesionales de la tecnología para entretener en casa a través de habilidades y tendencias digitales. Categorías de juegos por grupos de edad
Clases particulares online	Estudiantes contra la pandemia	Página web	Nacional	Proyecto formado por voluntarios universitarios que ayuda de forma GRATUITA a alumnado de Primaria y Secundaria durante el estado de alarma, mediante clases online, material de refuerzo y ayuda personalizada. Los padres de los alumnos deberán apuntarse en la web https://www.universitarioscontralapandemia.es/

Entretenimiento

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito aplicación	Observaciones
Prensa online	Diario La Rioja	Página web	La Rioja	Suscripción gratuita de un mes a La Rioja ON https://www.larioja.com
Televisión a la carta	Movistar	Página web	Nacional	www.movistar.es Ofrece de manera gratuita los canales de televisión Movistar+Lite durante un mes
Concierto de guitarra	Pablo Sáinz Villegas	Página web	online	Concierto y reflexiones en directos los domingos a las 19:00 mientras dure el estado de alarma, a través https://www.facebook.com/PabloVillegasGuitar/videos/213923589843468/
Ciencia para niños	Big Van ciencia	Canal youtube	online	Clowntifics Este canal de YouTube es una herramienta excelente para educadores, padres y madres que quieran compartir espacios de ciencia y diversión con los más peques, aprendiendo conceptos clave a la vez que realizan sencillos experimentos y actividades en casa o en el aula.

Atención a Víctimas de Violencia de Género y otras formas de violencia

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito aplicación	Observaciones
Teléfono de atención	Ministerio y CCAA	016 112(solo emergencias)	La Rioja	Teléfono operativo las 24 horas del día para ofrecer atención a víctimas de malos tratos por violencia de género. Se trata de una atención gratuita y profesional, que ofrece atención a cualquier víctima y a su entorno, sobre recursos y derechos de las víctimas en todo el territorio.
Servicio de Urgencias Sociales	Ayuntamiento de Logroño	900 101 555 (Logroño)	La Rioja	Teléfono de emergencia para mujeres en situación de violencia de género en casa, que están en casa con el agresor.
Teléfono de información a la mujer	Gobierno de La Rioja	900 70 10 10	La Rioja	Teléfono de información, operativo 24 horas. Acceso a la información de forma personalizada con rapidez, inmediatez y confidencialidad, para mejorar sus conocimientos y su calidad de vida. El teléfono ofrece información sobre temas relacionados con violencia de género, no discriminación por razón de sexo y apoyo a la mujer embarazada.
Oficina de Atención a la Víctima del Delito - OAVD	Gobierno Rioja	941 29 6365	La Rioja	Atención telefónica integral (Jurídica, Social y Psicológica) oficina.victima@larioja.org De lunes a viernes de 8:00 a 15:00 horas y martes y jueves de 17:00 a 20 horas. Asistencia a las Víctimas del Delito - Violencia intrafamiliar o doméstica Violencia intrafamiliar o doméstica, entre miembros del núcleo familiar que conviven en el mismo hogar: <ul style="list-style-type: none"> ▪ entre parejas cuando no es violencia de género (de mujer a hombre, hombre a hombre, mujer a mujer), ▪ padre- madre a hijo/a, hijos/as adultos a padre-madre, ▪ entre hermanos/as, familiares que conviven en el mismo domicilio (nietos/as-abuelos/as), ▪ personal del servicio doméstico interno en domicilios, ▪ cuidador/a de personas mayores.

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito aplicación	Observaciones
Centro Asesor de la Mujer	Gobierno Rioja	941 29 45 50	La Rioja	Horario de 8 a 15 horas para ofrecer atención psicológica, orientación y apoyo.
Centros de servicios Sociales	Ayuntamientos, mancomunidades	Ayuntamientos	La Rioja	Contacto telefónico con Trabajadora/or social del Centro Municipal de Servicios Sociales
Centros de Salud	SERIS	Listado de centros de salud	La Rioja	En los centros de salud de cada usuaria, donde se mantiene se mantiene la atención presencial
Atención a mujeres	Red Vecinal contra la Violencia de Género e intrafamiliar	941244902 / 636759083	La Rioja	http://www.redvecinal.org/ Atención a mujeres víctimas de violencia de género y a personas víctimas de violencia intrafamiliar. Atienden por whatsapp y teléfono
Punto de información a mujeres	MPDL Movimiento por la Paz	644 708 668 (whatsapp)	La Rioja	PIAIM. Punto de Información y Asesoramiento Integral para Mujeres. e.medrano@mplp.org c.demiguel@mpdl.org Recurso gratuito dirigido a mujeres. A través de Whatsapp y/o correo electrónico se ofrece información y asesoramiento social y jurídico, atención en situaciones de violencia de género y extranjería.
Ayúdale – Ayudádotte. Violencia filio-parental.	Fundación Diagrama	696 12 12 12	La Rioja	A través del teléfono (24 horas, 365 días año) se ofrece a las víctimas de violencia filio-parental asesoramiento sobre cómo actuar, orientación legal, atención psicosocial.
Programa Reencuentro	Fundación Pioneros	626 912 143	La Rioja	Atención a familias con hijas e hijos adolescentes con dificultades de relación y Violencia filio-parental, para facilitarles claves y estrategias que mejoren la situación.
Atención a familias con dificultades de convivencia.	Asociación Pro-infancia Riojana (APIR)	685 649 309	La Rioja	Atención a familias con dificultades de convivencia durante el periodo de confinamiento. atencionfamiliar@apir.es Atención a familias con niños, niñas y adolescentes con problemas de convivencia. Horario de 10:00 a 13:00 y de 16:00 a 18:00

Otras informaciones de interés

Trámites	Información
Trámites administrativos para la Consejería de Servicios Sociales y a la Ciudadanía	Whatsapp 669 169 518 y correo electrónico cssociales@larioja.org En ambos canales receptionan documentos. Mensaje de tranquilidad a la ciudadanía ya que informan de que todos los plazos administrativos están suspendidos. El Gobierno de La Rioja permite el uso de los certificados caducados en su SEDE de acuerdo con lo previsto en el RD 463/2020 de 14 de marzo. Para dudas o consultas contactar con el teléfono 941 29 88 85
Consejería de Servicios Sociales y a la Ciudadanía	Dudas relacionadas con la Consejería, 941 29 17 453
Renovación autorización de residencia y protección internacional	Los procedimientos de renovación de autorizaciones de residencia o tarjetas de protección internacional, están en pausa excepto casos urgentes justificados. https://www.policia.es/actualidad/pdf/medidas_doc_extranjeros.pdf Más información: Rioja Acoge TFN. 941 26 31 15 rioja.acoge@redacoge.org
Servicio Público Estatal de Empleo	En la pág. Web www.sepe.es están dando cita para atención telefónica en vez presencial.
Servicio Riojano de Empleo	Renovación de tarjeta de empleo automática para los demandantes que tengan que renovarla entre el 16 de marzo y el 12 de abril 2020. No tienen que acudir ni ponerse en contacto con su oficina de empleo. Su tarjeta continuará en alta
SUMINISTROS ESENCIALES Real Decreto-ley 8/2020, de 17 de marzo, de medidas urgentes extraordinarias para hacer frente al impacto económico y social del COVID-19.	Artículo 4. Garantía de suministro de agua y energía a consumidores vulnerables. Durante el estado de alarma decretado debido a la epidemia de COVID-19, no se realizará ningún corte de suministro ni bajas por impago de gas y electricidad a sus clientes. Prestación de Servicios de Urgencia atender las reparaciones urgentes de electricidad , electrodomésticos, gas y equipamientos (calderas, termos...)
Logroño comunitario. Enlaces comunitarios vecinales. Web: https://logroñocomunitario.es/	Espacio de información, promoción y divulgación de iniciativas comunitarias de colaboración y cuidados contra el COVID-19. A través de una red de enlaces comunitarios permiten detectar e informar de las necesidades sociales de personas afectadas por el coronavirus y por las medidas de aislamiento derivadas del estado de alarma. Divulgación de iniciativas ciudadanas individuales como ce entidades y asociaciones.

Cuidado de profesionales

Recurso	Entidad	Contacto	Ámbito aplicación	Observaciones
Soporte Emocional	Consejo General del Trabajo Social en colaboración con Fundación Mémora	900 102 846	Nacional	Servicio atendido por psicólogos/as especializadas de la Fundación Salud y Persona. Dirigido a profesionales de la Salud y de los Servicios Sociales Servicio gratuito a tiende 24./7 días
Prevención del desgaste	Center for Mindful Self-Compassion	doctora.santagata@gmail.com	La Rioja	https://centerformsc.org/user-profile/monicasantagata/ 15 minutos diarios de prácticas de mindfulness para personal sanitario y extrasanitario. Gratuito, grupal y online Para recibir enlace de acceso a la sala virtual, enviar washapp +54 9 11 4490 4899

Números de teléfono para dudas y consultas sobre el coronavirus COVID-19:

Teléfono para consultas generales sobre coronavirus:	941 29 83 33
Teléfono para donaciones de material sanitario	941 29 86 86
Teléfono para empresas que fabriquen material sanitario	941 29 19 36
Teléfono de atención para conseguir alimentos, higiene y medicamentos:	941 29 43 88
Teléfono de atención a la empresa riojana	941 29 42 00
Teléfono de Cruz Roja de atención 24 horas	941 22 52 12