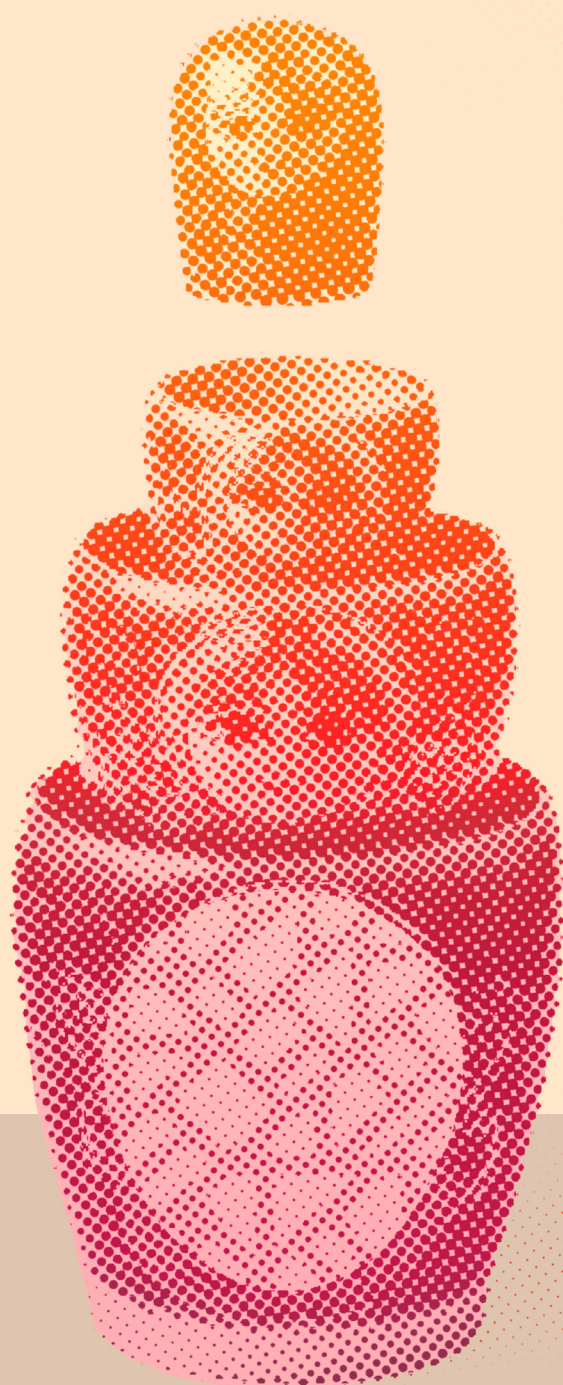


GUIA DE RECURSOS DE CURES AL MUNICIPI DE LLEIDA



Crèdits d'aquest quadern

Organitza: Ajuntament de Lleida

Coordinació del projecte: Laia Navarra

Il·lustració de portada: Cactus Soup

Disseny i maquetació: Alícia Farré i Laia Navarra

PRÒLEG

Els espais de cures són essencials per afavorir el suport social, enfortir la xarxa relacional, promoure el benestar emocional, fomentar l'autodescobriment i millorar la salut comunitària. Aquests entorns impulsen la solidaritat, la complicitat i la cura mútua, creant condicions favorables per a una millor qualitat de vida. No només beneficien les persones que necessiten ajuda o acompanyament, sinó també les seves famílies, cuidadores i la comunitat en general.

Per garantir que els espais de cures siguin accessibles a tothom, cal donar visibilitat a l'acció conjunta dels diversos agents implicats, compromesos amb la cura col·lectiva.

Aquesta guia vol ser una eina pràctica i útil, que per primera vegada recopila i organitza els recursos disponibles a la ciutat de Lleida en l'àmbit de les cures col·lectives.

La seva elaboració és especialment rellevant perquè, sovint, les persones en situació de necessitat o vulnerabilitat —així com els seus familiars o cuidadors— poden sentir-se soles i aïllades, amb la percepció que són els únics que viuen aquesta realitat. Aquesta sensació pot dificultar l'accés als recursos disponibles, ja que no sempre es coneixen les opcions o vies per trobar ajuda. La guia vol, per tant, superar aquest obstacle i facilitar la cerca del recurs més adequat per a cada situació.

A més, no és un document tancat, sinó una eina dinàmica i en constant actualització. A mesura que es creïn nous espais, serveis i iniciatives que apostin pels espais de cura a Lleida, caldrà incorporar-los per mantenir la guia actualitzada i adaptada a les noves realitats i necessitats de la comunitat

Esperem que aquesta guia us sigui d'ajuda i us serveixi per trobar els recursos més adequats per a vosaltres i el vostre entorn.

Carlos Enjuanes Llop

2on tinent d'alcalde de l'Ajuntament de Lleida
Regidor d'Innovació Social i de Persones Grans

Carme Valls Llaràs

4a tinenta d'alcalde de l'Ajuntament de Lleida
Regidora de Bon Govern i de Polítiques Feministes



ÍNDEX

INTRODUCCIÓ..... 9

INFÀNCIA, ADOLESCÈNCIA I JOVES..... 11

Bibliobarri.....	12
Centre Jove d'Atenció Sexual.....	13
Centre Obert Calidoscopi.....	14
Ciberaules.....	15
Clubs Joves.....	16
Finestres.....	18
Més temps per tu.....	19
Palanca.....	20
Servei d'Intervenció Socioeducativa (SIS).....	21
Temps per cures.....	22
Xarxa Municipal de Ludoteques.....	24

PERSONES CUIDADORES..... 27

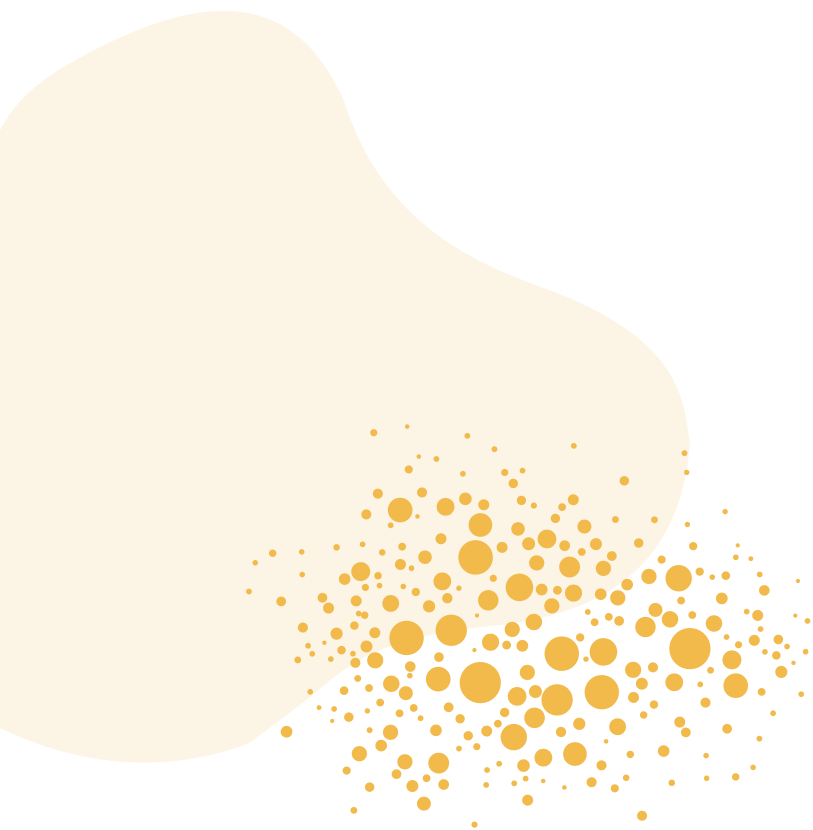
Creu Roja Lleida.....	28
Cuidem-nos.....	29

DIVERSITATS FUNCIONALS..... 31

ALOSA.....	32
ASPID.....	33
ASPROS.....	34
DOWN LLEIDA.....	35
ILERSIS.....	37
Servei de Rehabilitació Comunitària.....	38

DONES..... 39

Activa't al Casal!.....	40
ADIMA.....	41
Associació de dones Hera.....	42
Cercle de dones.....	43
Cercles violeta.....	44
CIAD.....	45
Costura Compartida.....	46



SUPORT A LES MALALTIES I AL PROCÉS DE DOL..... 47

AFANOC.....	48
AMILL.....	49
Associació de Celíacs de Catalunya Delegació de Lleida.....	50
DMD.....	51
Fibrolleida.....	52
Grup Acompanyament al Dol.....	53

GENT GRAN..... 55

Fundació amics de la gent gran.....	56
Sempre acompanyats.....	57

COMUNITARI..... 59

Colors de Ponent.....	60
Comunalitats urbanes.....	61
Fundació Antisida Lleida.....	62
Habilitats 360°.....	63
IWI.....	64
La Cristaleria.....	65
SAI.....	66

SALUT MENTAL I ADDICCIONS..... 67

Agrupa't Lleida.....	68
Ocell de foc ponent.....	69
Salut Mental Ponent.....	70



INTRODUCCIÓ

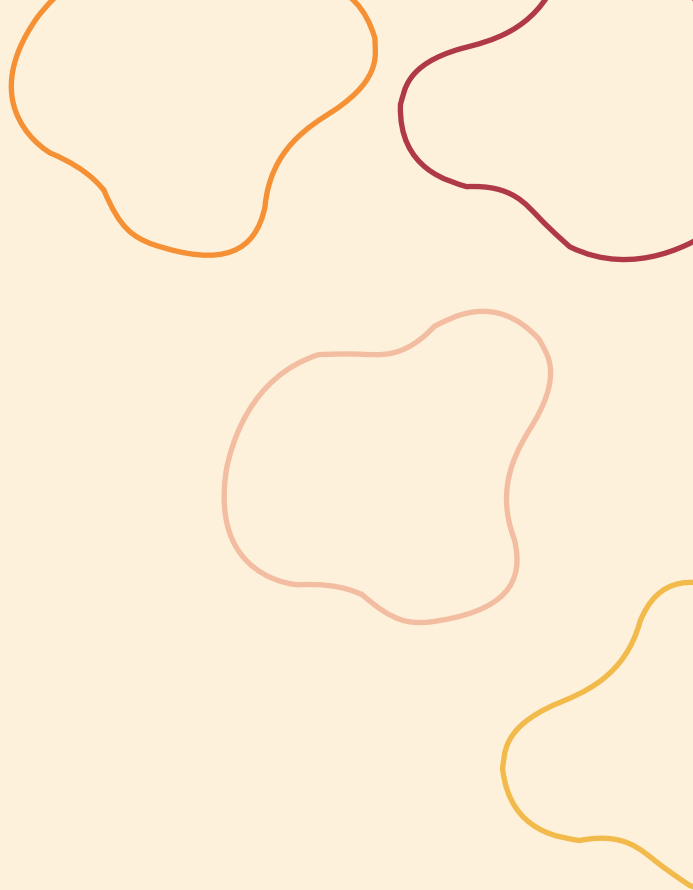
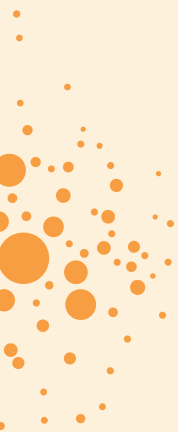
La Guia de Recursos de Cures a la ciutat de Lleida i voltants pretén ser una eina que reculli els diferents recursos de cures que donen resposta a situacions i necessitats molt diverses de la ciutadania a través d'espais compartits i d'atenció especialitzada. Promovent la creació de xarxes de suport mutu i solidaritat i l'empoderament de les persones amb situació més desfavorable o en situació de vulnerabilitat.

Contempla des de les etapes més tempranes de vida, com són la infància, adolescència i joventut fins a l'atenció de les persones grans, l'acompanyament en els processos de dol i la cura de les persones cuidadores. També contempla el suport a les persones amb discapacitats i diversitats, i a les persones que estan passant per processos de salut mental amb malalties i addiccions. Sense oblidar l'acompanyament a les famílies en totes aquestes realitats. A més a més, aquesta guia inclou els recursos de cures a nivell comunitari i destinat a dones i col·lectiu LGBTI.

Aquesta Guia està destinada a tota la població, incloent als professionals de diferents àmbits perquè puguin orientar a les persones ateses als serveis oportuns, moltes vegades desconeguts, que més s'adaptin a les seves necessitats de cada moment.

La Guia de Recursos de Cures està sotmesa a constant canvi i actualització que quedarà sota la responsabilitat de les entitats que en formen part. Les entitats que no hagin estat incloses i ofereixin projectes de cures poden contactar amb lleidacuida@paeria.cat.





INFÀNCIA, ADOLESCÈNCIA I JOVES

Bibliobarri

Nom de l'entitat	Xarxa Solidària
Nom del projecte	Bibliobarri
Descripció	Espai de trobada on es realitzen activitats durant les tardes per als infants i famílies del barri. Es duu a terme a la biblioteca de l'Escola Príncep de Viana (1) i al Centre cívic de Balàfia (2). És dinamitzat per voluntariat.
Adreça	Carrer de l'Anselm Clavé, 22, 25007 (1) Calle El Penedés 10, 25005 (2)
Telèfon	640 684 281
Correu electrònic	contacta@xarxasolidarialleida.cat
Horari	Dimarts i dijous de 17 a 19h (1) Dimarts i dimecres 17.30 a 19h (2)
Web	https://participacio.paeria.cat/projecte-dinamitzador/bibliobarri/
Servei que ofereix	Ofereix activitats variades de caràcter formatiu, lúdic, cultural i social.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Obert a tots els infants i les famílies.
Objectius	Implementar un espai d'ús, social, educatiu i cultural al barri mitjançant la participació comunitària de les entitats i veïnat. Potenciar la participació, convivència i cohesió social entre els membres de la comunitat.

Centre Jove d'Atenció Sexual

Nom de l'entitat	Centre Jove d'Atenció Sexual
Descripció	Servei d'atenció a les relacions sexe-afectives, diversitats sexuals i funcionals, mètodes anticonceptius, menstruació, masculinitats...
Adreça	Carrer Nou, 14 - 25002 Lleida
Telèfon	973 700 608 / 609 124 192
Correu electrònic	centrejovedesalutsexual@paeria.cat
Web	salutpublica.paeria.cat
Xarxes socials	@centrejove_salutsexual (Instagram)
Servei que ofereix	Informació, orientació, acompanyament, derivació Tallers en grups
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Joves de 16 a 30 anys



Centre Obert Calidoscopi

Nom de l'entitat	Fundació Champagnat - Maristes
Nom del projecte	Centre Obert Calidoscopi
Descripció	El Centre Obert Calidoscopi és un servei destinat a adolescents i joves a partir dels 14 anys i les seves famílies. Ofereixen, a través de diversos projectes, un acompanyament en el seu procés de desenvolupament adult, tant pel que fa als estudis com a la inserció en el món laboral.
Adreça	Avinguda de Pius XII 53, 25003 Lleida
Telèfon	973 590 725
Correu electrònic	calidoscopi@maristes.cat
Web	https://www.maristes.cat/obres-socials/centre-obert-calidoscopi-lleida
Servei que ofereix	- SIS Calidoscopi: Oferim a adolescents de 14 a 17 anys un acompanyament integral i individualitzat, en el procés de maduració i desenvolupament personal. - Enter: Projecte d'inserció i formació per a joves. Els joves que han acabat l'escolarització obligatòria troben un espai on reforçar els seus estudis postobligatoris i cercar camins per a la inserció laboral i creixement personal. Oferim cursos amb pràctiques. - Servei d'atenció i orientació familiar: Grup de pares i mares dels infants i joves dels centres oberts amb els quals es realitza un treball d'apoderament en la seva tasca com a pares i mares guiats per un professional d'educació social i amb el suport d'experts externs.

	- Habilitats 360º: Servei d'acompanyament integral i aprenentatges bàsics de la llengua a joves nouvinguts tutelats o extutelats, o la població en general, per la Generalitat de Catalunya que no disposen d'altres recursos formatius reglats.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Adolescents i joves a partir dels 14 anys i les seves famílies.

Ciberaules

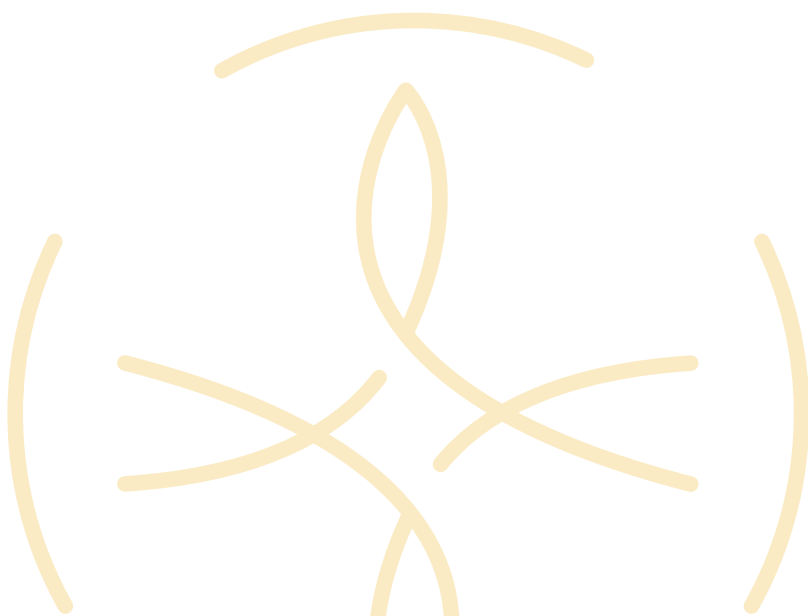
Nom de l'entitat	Àrea d'Infància i Família, de la Regidoria de Benestar Social i Ocupació de l'Ajuntament de Lleida
Nom del projecte	Ciberaules
Descripció	La Xarxa de centres oberts i ciberaules de Lleida pretén establir un espai de trobada i treball intern entre els representants d'aquests serveis amb la finalitat que aquest es converteixi en un instrument facilitador d'intercanvi d'experiències i bones pràctiques i faciliti a la vegada el naixement de nous projectes compartits. La Xarxa treballa de manera coordinada per al desenvolupament de diferents programes i activitats d'interès comú pels diferents serveis.
Adreça	Es realitza a tots els barris de la ciutat de Lleida
Telèfon	973 700 624
Correu electrònic	infanciaifamilia@paeria.cat
Web	https://benestarsocial.paeria.cat/serveisespecialitzats/infancia

Servei que ofereix	Ofereix una jornada formativa per a tots els professionals que treballen als diferents serveis de la Xarxa i es fan reunions de coordinació de manera trimestral. A més, s'organitzen puntualment activitats compartides entre els infants i joves dels diferents serveis: trobades esportives, gimcanes, concursos...
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Infants i joves de 0 a 18 anys i professionals de l'educació.
Objectius	- Establir un espai de reunió de professionals educatius - Creació de nous projectes per part dels professionals educatius

Clubs Joves

Nom de l'entitat	Ajuntament de Lleida. Regidoria de Joventut, Educació i Ocupació.
Nom del projecte	Clubs Joves
Descripció	Es tracta d'un espai on trobar-se amb els amics/gues, participar en activitats, tallers i sortides, connectar-se a internet, gaudir dels recursos per a joves que possibilita el barri. Un espai de dinamització per les entitats i grups de joves de la zona, on trobareu el suport tècnic i professional per dur a terme les vostres iniciatives juvenils.
Adreça	Centre cívic de Magraners i de Secà de St. Pere. Club Jove Magraners: Pl. Joan XXIII, 1, 25001 Lleida. Club Jove Secà: Edifici Torre Queralt, 25005 Lleida.
Telèfon	973 700 666

Correu electrònic	lleidajove@paeria.cat
Horari	De dimecres a divendres de 17 a 20 hores
Web	https://lleidajove.paeria.cat/
Servei que ofereix	Ofereix un espai de trobada, activitats per a joves, tallers i recursos habilitats. També ofereix suport tècnic per a les entitats i els grups joves que ho necessitin.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Per a joves a partir de 1r ESO. També pels membres de les entitats i grups juvenils de la zona, ampliant-se l'edat en aquest cas fins als 30 anys.
Objectius	- Promocionar una educació en el lleure facilitadora d'experiències individuals i grupals. - Afrontar el repte de la diversitat des de l'oferta d'activitats que fomentin l'intercanvi i la relació entre joves de diferents perfils socials i culturals. - Possibilitar espais per a la relació interpersonal entre iguals. - Crear vincles amb els joves que possibilitin una prevenció, atenció i acompanyament en diversitat de temes i àmbits.



Finestres

Nom de l'entitat	Reintegra
Nom del projecte	Finestres
Descripció	Orientació i acompanyament a famílies i els seus infants a través del joc, la formació i la conversa per afavorir relacions familiars de benestar i vinculació entre famílies i també amb la comunitat.
Adreça	C/ Paer Casanovas, 8 Baixos (25004) Lleida
Telèfon	608 585 638 / 973 27 55 92
Correu electrònic	ngarcia@reintegralleida.org
Horari	De dilluns a dijous de 9 a 15h i de 16:30 a 20h. Divendres de 9 a 15h.
Servei que ofereix	- Àrea de joc i relació: - Dijous matí: 0-3 anys - Dilluns tarda: 4-6 anys - Dimecres tarda: 7-12 anys - Àrea de suport psicosocial: a) Grups de conversa i suport mutu per a famílies (els dimarts al matí) b) Espai d'atenció individualitzada c) Atenció psicoterapèutica - Àrea formativa i de recursos comunitaris: a) Tallers grupals sobre diverses temàtiques d'interès per a joves i les seves famílies b) Activitats comunitàries i culturals
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Infants de 0 a 12 anys i les seves famílies.

Més temps per tu

Nom de l'entitat	Regidoria d'Educació de l'Ajuntament de Lleida
Nom del projecte	Més temps per tu
Descripció	Espai de lleure per a infants de 3 a 12 anys
Adreça	A les ludoteques municipals
Telèfon	973 930 247
Correu electrònic	mestempspertu@paeria.cat
Horari	De dilluns a divendres entre les 16:30 i les 20:30 a quatre escoles: La Mitjana, Pràctiques I, Frederic Godàs i Parc de l'Aigua. I els dissabtes de 9:30 a 14 h i de 16:30 a 19:30 a les ludoteques de Cappont i Centre Històric.
Web	educacio.paeria.cat/mestempspertu
Servei que ofereix	Servei de guarda d'infants de 3 a 12 anys gratuït durant el curs escolar.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Famílies amb infants de 3 a 12 anys. Cal inscriure-s'hi a través de l'aplicació i es pot utilitzar el servei com a molt 3 hores 3 cops a la setmana de dilluns a dissabte.
Objectius	Facilitar la conciliació entre la vida laboral i familiar i afavorir l'ocupació, la integració social i la vida comunitària, especialment per a les dones amb infants a càrrec i que es troben en una situació de risc d'exclusió social i/o amb una manca de recursos econòmics o de suport familiar o comunitària per la criança dels infants.

Objectius	Oferir als infants un entorn de lleure educatiu i social, fomentant la coeducació i la convivència entre diferents comunitats, en el marc de la llengua catalana, com a eina vehicular i de cohesió social.
------------------	---

Palanca

Nom de l'entitat	Reintegra
Nom del projecte	Palanca
Descripció	Espai que permet afavorir l'aprenentatge i experiències de pacificació, bon tracte i vinculació entre joves i les seves famílies.
Adreça	C/ Paer Casanovas, 8 Baixos (25004) Lleida
Telèfon	608 585 638 / 635 086 893
Correu Electrònic	ngarcia@reintegrallleida.org sescola@reintegrallleida.org
Horari	De dilluns a dijous de 9 a 15h i de 16:30 a 20h. Divendres de 9 a 15h.
Servei que ofereix	- Àrea de joc i relació: espai de conversa, d'aprenentatge, lúdic, de joc i de lectura, d'accés a la cultura i a l'art. - Àrea de suport emocional: a) Grups de conversa i suport mutu per joves i per a famílies (1,5h/setmana) b) Espai d'atenció individualitzada c) Atenció psicoterapèutica - Àrea formativa i de recursos comunitaris: a) Tallers grupals sobre diverses temàtiques d'interès per a joves i les seves famílies b) Activitats comunitàries i culturals
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Adolescents i joves a partir de 13 anys i les seves famílies.

Servei d'Intervenció Socioeducativa (SIS)

Nom de l'entitat	Àrea d'Infància i Família - Regidoria d'Acció i d'Innovació Social
Nom del projecte	Servei d'Intervenció Socioeducativa (SIS)
Descripció	El Servei d'intervenció Socioeducativa (SIS) són serveis diürns preventius de prestació bàsica garantida, fora de l'horari escolar, que donen suport, estimulen i potencien el desenvolupament de la personalitat, la socialització, l'adquisició d'aprenentatges bàsics i l'esbarjo, i compensen les deficiències socioeducatives dels infants i adolescents atesos mitjançant el treball individualitzat, el treball grupal, el treball amb la família i el treball en xarxa i amb la comunitat. Cal diferenciar els SIS que fan intervenció socioeducativa amb les famílies (a) i els SIS que funcionen com a centre obert i fan activitats amb infants i adolescents (b). - Zona 1 Centre Històric i Democràcia: SIS Centre Històric (a) - Zona 2 La Mariola: SIS Mariola (a) SIS Calidoscopi i SIS Pare Palau (b) - Zona 3 Pardinyes, el Secà i Balàfia: SIS Nord Est (a) - Zona 4 Capponet, Bordeta i Magraners: SIS Marge Esquerre (a) SIS Trampolí (b) Atenció a tota la ciutat: SIS 0-5 anys (a)
Adreça	Seu de la Regidoria d'Acció i Innovació Social Àrea d'infància i família on obtenir més informació: C/Tallada, 34, 25002 Lleida

Telèfon	973 700 624
Correu electrònic	infanciaifamilia@paeria.cat
Web	https://benestarsocial.paeria.cat/serveisespecialitzats/infancia
Servei que ofereix	Atenció a infants i famílies Activitats en grup per treballar la parentalitat Activitats comunitàries
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Infants i adolescents de 0 a 18 anys i les famílies per derivació de Serveis Socials.
Objectius	- Millorar el benestar dels infants i adolescents i llurs famílies. - Desenvolupar un vincle sa i positiu intrafamiliar - Afavorir les competències i capacitats parentals - Promoure la creació de xarxa

Temps per cures

Nom de l'entitat	Consell Comarcal del Segrià
Nom del projecte	Temps per cures, temps per tu
Descripció	Programa de cura puntual gratuïta d'infants i joves de 3 a 14 anys objectiu d'avançar en la corresponsabilitat pública vers les cures, garantint el dret a la cura i alliberant temps per a les famílies i les persones que cuiden els infants, majoritàriament dones.
Telèfon	621 230 501
Correu electrònic	tempspercures@segria.cat

Web	https://www.segria.cat/arees/igualtat/temps-cures-temps-tu
Servei que ofereix	- Servei fix en equipaments municipals (en 14 municipis). - Servei de cangur a domicili (als municipis que no disposen de servei fix) - Servei de cangur per activitats (als municipis que no disposen de servei fix)
Requisits	Accés universal, però tenen prioritat d'accés les famílies monoparentals, les mares i tutores en situació de violències masclistes, les dones en situació d'atur de llarga durada o les majors de 52 anys, les dones migrades i les famílies amb altres responsabilitats de cura acreditada. Normes d'ús: màxim 2 h / 2 dies a la setmana amb reserva prèvia. Les famílies poden fer la petició directament al servei de cures en aquest enllaç cada dilluns al matí (més informació al tríptic informatiu).
Horaris	- Alcarràs (de dilluns a divendres de 16:30 a 20:30 h i dissabtes de 9 a 13h) - Escola vella - Aitona (dimarts, dijous, divendres de 16:30 a 20:30 h i dissabtes de 9 a 13h) - Centre de Serveis - Massalcoreig (dilluns i dimecres de 16:30 a 20:30 h) Escola ZER l'Oliver - Corbins (dilluns i dimecres de 16:30 a 20:30 h) - Escola Sol Ixent - Alcoletge (dimarts i dijous de 16:30 a 20:30 h) - Escola Mare de Déu del Carme - Almacelles (dilluns i dimecres de 16:30 a 20:30 h) - Casa Clara - Alfarràs (dimarts i divendres de 16:30 a 20:30 h) - Escola Pinyana

Horaris	- Alfés (dilluns i dimecres de 16:30 a 20:30 h) - Escola ZER l'Eral - Artesa de Lleida (dijous i divendres de 16:30 a 20:30h) Escola Els Til·lers - Rosselló (dilluns, dimecres i divendres de 16:30 a 20:30 h) - Escola Rosella - Torrefarrera (dimarts, dijous de 16:30 a 20:30 h i dissabtes de 9 a 13 h) - Local Juvenil "Lo Sindicat" - Vilanova de Segrià (divendres de 16:30 a 20:30 h i dissabtes de 9 a 13 h) - Escola ZER Alt Segrià - Almenar (dijous de 16:30 a 20:30 h i dissabtes de 9 a 13 h) - Escola d'Almenar - Puigverd de Lleida (dimarts de 16:30 a 20:30 h i dissabtes de 9 a 13 h) - Dimarts: Escola Sant Jordi / Dissabte: Sala Polivalent de les piscines.
----------------	---

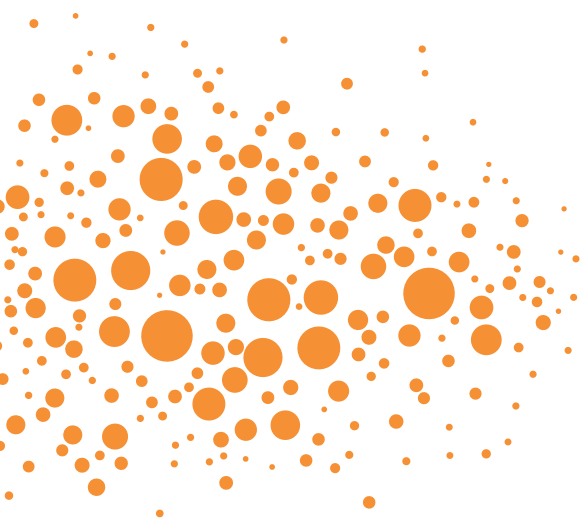
Xarxa Municipal de Ludoteques

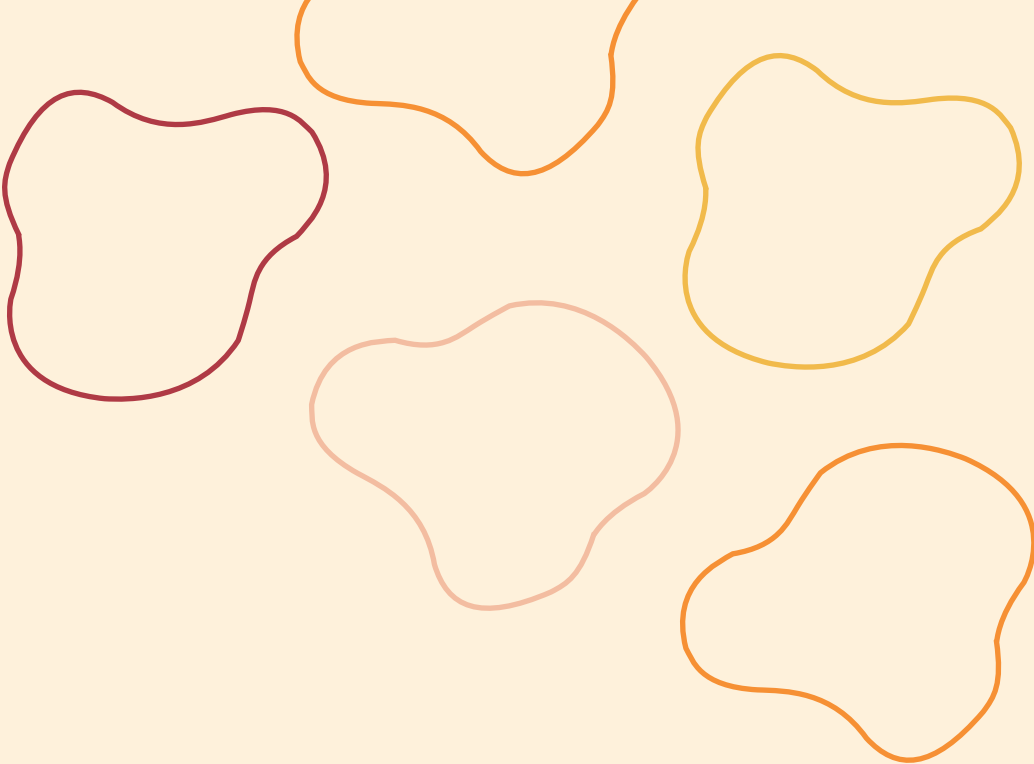
Nom de l'entitat	Ajuntament de Lleida - Regidoria d'Educació
Nom del projecte	Xarxa Municipal de Ludoteques
Descripció	Espai de trobada en els primers mesos de vida dels nadons i posteriorment com a servei d'acompanyament a les famílies en el procés educatiu, mitjançant el joc, al llarg del creixement dels seus infants.
Adreça	Ludoteca Balàfia - C/ Penedès, 10 - 25005 973 234 641
Telèfon	ludobalafia@paeria.cat
Correu electrònic	Ludoteca La Bordeta - Av. Fontanet, 26 - 25001 973 211 983 ludobordeta@paeria.cat

	Ludoteca Cappont - C/ Santa Cecília, s/n - 25001 973 212 640 ludocappont@paeria.cat Ludoteca Centre Històric - C/ Tallada, 34-36 - 25002 973 700 462 ludocentreh@paeria.cat Ludoteca Parc de Gardeny Av. Onze de setembre, 76 - 25003 973 700 428 ludopgardeny@paeria.cat
Web	https://educacio.paeria.cat/centres-municipals/xarxa-municipal-de-ludoteques
Xarxes socials	@ludotequeslleida
Servei que ofereix	PROJECTE NADÓ: Espai de trobada per a mares i pares i les seves criatures que acaben de néixer fins als 5 mesos. PROJECTE RALET: Espai de trobada per a mares i pares i les seves criatures que tenen entre 5 mesos i 1 any. PROJECTE FIL: Lloc de trobada entre famílies que facilita la relació lúdica entre les mares i pares i els seus infants de menys de 3 anys, no escolaritzats. PROJECTE NINS: Lloc de trobada entre famílies que facilita la relació lúdica entre les mares i pares i els seus infants de menys de 3 anys. ESPAI FAMILIAR: Espai per a jugar amb qualsevol familiar. Per a infants menors de 3 anys, als matins.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	A infants i les seves famílies

Objectius

Oferir un espai educatiu per als menors que podran compartir un espai de joc amb altres companyes i companys, i amb l'equip d'educadors que els proporcionaran informació i faran propostes que estimulin el seu enginy i creativitat.





PERSONES CUIDADORES

Creu Roja Lleida

Nom de l'entitat	Creu Roja Lleida
Nom del projecte	Atenció a persones cuidadores
Descripció	El projecte dona resposta a millorar la vida de les persones cuidadores familiars, descarregant-les de la tasca de la cura i capacitant-les en habilitats tècniques i personals, autocura i reactivació social. És una intervenció integral, a través d'un itinerari on es treballen les diferents àrees segons necessitat del grup, sent un procés continu i amb perspectiva de gènere.
Adreça	Carrer Henry Dunant 1, 25003. Lleida.
Telèfon	973 279 900
Horari	Segons activitat
Servei que ofereix	El projecte contempla dues línies d'actuació, tenint en compte la perspectiva gènere: 1. Accions formatives que doten de coneixements, competències i eines perquè la cuidadora obtingui noves habilitats en la tasca de cura. 2. Accions per apoderar la cuidadora, preparar-la i capacitar-la per incorporar un canvi a la seva vida de forma autònoma, treballar la gestió emocional i la reactivació social.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Persones cuidadores familiars de persones en situació de dependència, amb discapacitat, amb problemàtica social derivada de malaltia mental i amb malalties greus, cròniques o minoritàries.

Objectius	Millorar la capacitat de la persona cuidadora per a la gestió de les cures d'una o diverses persones en situació de dependència, reduir la intensitat/càrrega de feina que això li provoca i procurar una bona salut emocional.
------------------	---

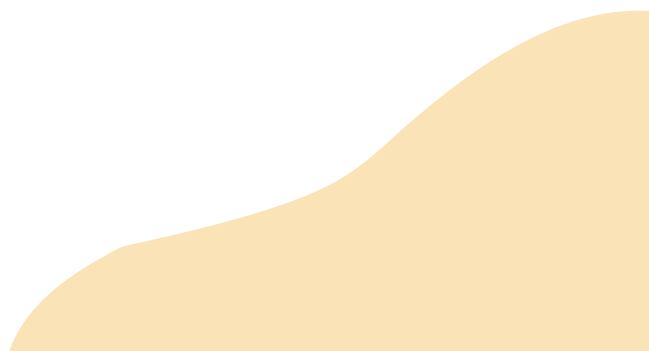
Cuidem-nos

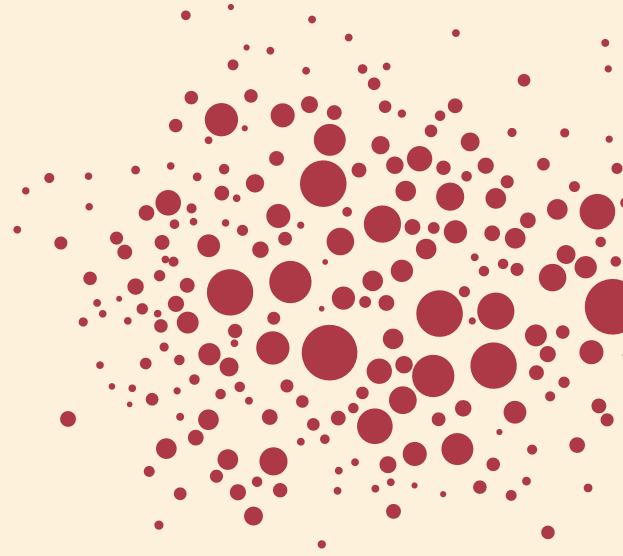
Nom de l'entitat	Ajuntament de Lleida
Nom del projecte	Projecte Cuidem-nos amb l'Escola de Cuidadores i Cuidadors
Descripció	És un projecte que consta de 9 tallers dirigits a persones que cuiden familiars amb dependència perquè puguin aprendre a tenir cura d'aquests familiars, però al mateix temps, dedicar temps a cuidar-se també elles i ells.
Adreça	Centre Cívic de Balàfia. Carrer del Penedès, 18, 25005 Lleida.
Telèfon	973 700 655
Correu electrònic	participacio@paeria.cat
Web	https://participacio.paeria.cat/centre-civic/balafia/
Servei que ofereix	Ofereix 9 sessions per ensenyar a autocuidar-se a les persones que cuiden. Entre aquestes sessions es troba el taller d'artteràpia dinamitzat per un terapeuta i el taller de Mind -fullness.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Cuidadors i cuidadores. Persones amb familiars amb dependència.

Objectius

Que les persones que tenen cura d'altres persones aprenguin a cuidar-se per:

- Aconseguir un augment de l'autoestima.
- Millorar la capacitat d'adaptació i generació de respostes alternatives per afrontar situacions d'estrès.
- Incorporar al seu dia a dia una actitud més optimista.
- Major productivitat i rendiment en les activitats.
- Millorar la seva qualitat de vida.





DIVERSITATS FUNCIONALS

ALOSA

Nom de l'entitat	ALOSA
Descripció	És una entitat sense ànim de lucre que es cuida de la qualitat de vida de les persones amb discapacitat intel·lectual o del desenvolupament i/o salut mental a la província de Lleida i els dona suport per prendre decisions perquè puguin desenvolupar el seu projecte personal al llarg de la vida.
Adreça	Av. Miquel Batllori, 91 25001 Lleida
Telèfon	973 118 060
Correu electrònic	alosa@alosa.cat
Web	https://www.alosa.cat/
Servei que ofereix	- Assessorament adreçat a entitats, professionals i particulars, que té per finalitat preveure necessitats de cara al futur de la mateixa persona o de familiars amb discapacitat. - Atenció telefònica: en casos d'urgència les 24 hores els 365 dies de l'any, i, si el cas ho requereix, s'intervé de forma presencial. - Atenció presencial.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Persones amb discapacitat intel·lectual, familiars, entitats i professionals.
Objectius	Defensar, promocionar, desplegar i estendre els drets humans de les persones amb discapacitat (psicosocial, intel·lectual o pròpia del procés de l'envelliment) i/o amb malaltia mental. Acompanyar les persones en aconseguir el benestar i la dignitat i poder cercar l'autonomia a través del suport jurídic i social.

ASPID

Nom de l'entitat	Associació de Paraplègics i discapacitats físics de Lleida
Descripció	Associació que neix de la iniciativa social col·lectiva lleidatana que treballa per l'empoderament i autonomia de les persones amb discapacitat física.
Adreça	C/ Roger de Llúria, 6 25005 Lleida (Lleida)
Telèfon	973 228 980
Correu electrònic	aspid@aspid.cat
Web	https://aspid.cat/ca/
Servei que ofereix	- Atenció i autonomia personal. - Atenció a víctimes d'accidents de trànsit. - Assistència personal i domiciliària. - Atenció diürna/Centre de dia. - NeuroLleida: atenció a persones amb patologies neurològiques. - Atenció a infants, joves i famílies: intervenció socioeducativa en la comunitat.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	- Trobar-se en edat laboral. - Disposar del reconeixement legal de disminució atorgat per la Generalitat de Catalunya. - Presentar dificultats en la capacitat de mobilitat i en la cura de si mateix. - Necessitar de suport en l'adaptació personal, social o de la salut. - No disposar de capacitat de treball suficient, de manera temporal o definitiva, per cobrir el cost de manteniment d'una plaça de Centre Especial de Treball.

Objectius	- Afavorir la qualitat de vida de les persones, especialment aquelles amb discapacitat i/o situació de vulnerabilitat social (infants, joves, famílies i gent gran). - Oferir eines i suports centrats en la persona i que afavoreixen el seu desenvolupament integral”.
------------------	---

ASPROS

Nom de l'entitat	ASPROS Fundació
Descripció	És una fundació sense ànim de lucre que treballa per impulsar la inclusió i la qualitat de vida de les persones amb discapacitat, principalment discapacitat Intel·lectual i malaltia mental. Es treballa des d'un model d'atenció centrat en la persona i en la comunitat amb prop de 600 professionals.
Adreça	Joana Raspall 30 - 25002, Lleida.
Telèfon	973 278 087
Correu electrònic	aspros@aspros.cat
Web	https://aspros.cat/
Servei que ofereix	- Serveis diürns: dirigits a persones majors de 18 anys. - Servei d'habitatge: centres residencials. - Som i serem: secció de lleure per a persones amb discapacitat intel·lectual i/o problemàtica de salut mental. - Servei d'assessorament i acollida a familiars. - Aspros t'acompanya: serveis de suport al llarg de tot el cicle vital per a les persones amb discapacitat i/o problemàtica de salut mental i gent gran. - Mans amb cor: és un projecte d'artesanía social.

	- Fem-ho fàcil: és un projecte que busca adaptar l'entorn perquè sigui accessible cognitivament per a tothom.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Persones amb discapacitat, principalment discapacitat Intel·lectual i malaltia mental. I, a més a més, als seus familiars.
Objectius	- Donar suport i oferir oportunitats a persones vulnerables, especialment a persones amb discapacitat intel·lectual i del desenvolupament i problemàtica de salut mental i a les seves famílies, - Acompanyar aquestes persones en el seu projecte vital, mitjançant equips de professionals i serveis, amb la col·laboració dels agents socials i econòmics. - Fomentar la transformació social en un marc de sostenibilitat mediambiental i econòmica.

DOWN LLEIDA

Nom de l'entitat	DOWN Lleida
Descripció	Down Lleida és una associació que vetlla pels drets de les persones amb síndrome de Down. Treballa per afavorir un canvi de mentalitat en la societat actual en la manera de veure i considerar les persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals.
Adreça	Plaça Sant Pere, 3 Baixos, 25005 Lleida.
Telèfon	973 225 040
Correu electrònic	info@downlleida.org
Web	https://downlleida.org/

Servei que ofereix	- Atenció a les persones amb síndrome de Down i a les seves famílies. - Suport educatiu: adreçat a infants i adolescents amb síndrome de Down en l'etapa educativa des de l'Escola Bressol i fins a l'ESO. - Desperta't: és un espai d'aprenentatge format per persones joves amb capacitats diverses. - Formació per l'autonomia. - Suport a l'autonomia a la pròpia llar: - Grup d'Empoderats i Empoderades: ofereix un espai de discussió i debat sobre aspectes d'interès per a les seves vides, així com adquirir un major coneixement dels seus drets i deures com a ciutadans i ciutadanes. - Oci i voluntariat a través de diferents activitats. - Activitats esportives. - Àrea de psicologia.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Persones amb Síndrome de Down, i familiars.
Objectius	- Promoure la igualtat d'oportunitats entre les persones amb diferents capacitats. - Una equiparació real des de la solidaritat i el respecte en el si d'una societat tolerant i plural. - La normalització i la inclusió de les persones amb síndrome de Down i altres discapacitats intel·lectuals en els diferents àmbits socials.



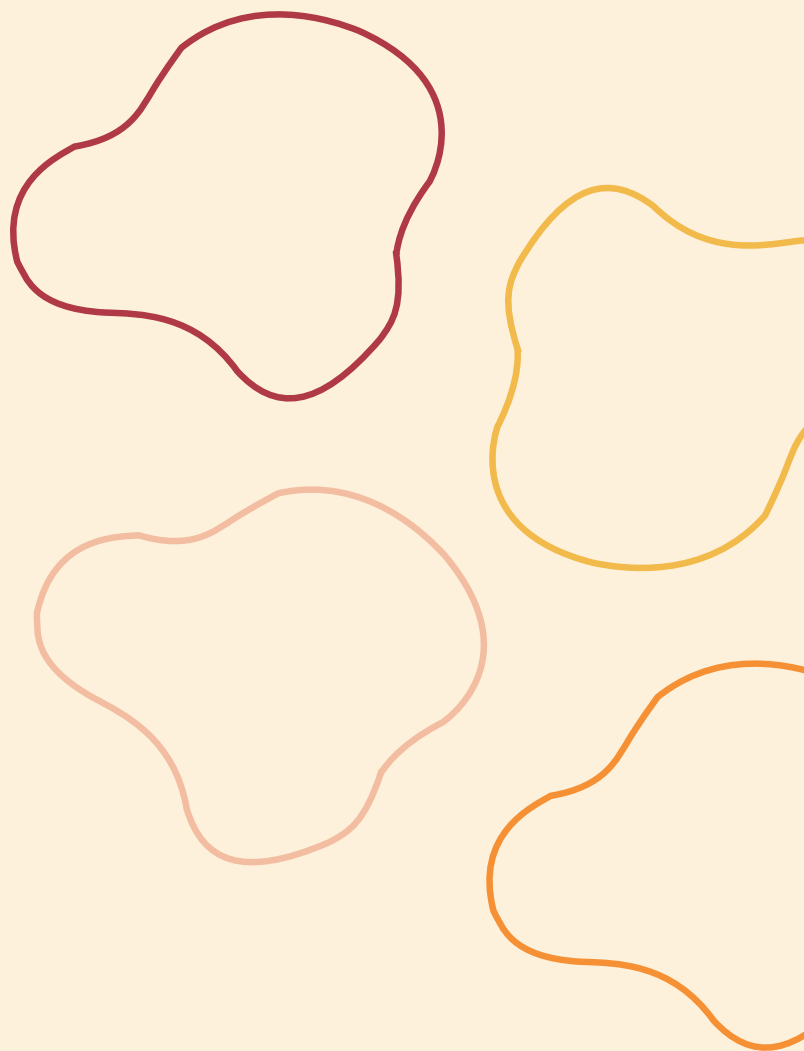
ILERSIS

Nom de l'entitat	ILERSIS
Descripció	És una entitat de caràcter social sense ànim de lucre que treballa per a la integració de persones amb discapacitat intel·lectual i en risc d'exclusió social, fomentant-se en les àrees Social i Laboral.
Adreça	Ramon Argilés, 27 - 25005 Lleida
Telèfon	973 221 788
Correu electrònic	info@ilersis.org
Web	https://ilersis.org/
Servei que ofereix	- Atenció a persones amb discapacitat intel·lectual o en risc d'exclusió social. - Servei d'habitatge tutelat i llars residencials. - Programació d'activitats esportives, culturals i d'oci. - LAB vital: és un espai d'innovació participativa conclou amb la creació d'una escola per acompanyar les persones amb discapacitat i els diferents agents de la comunitat en el camí cap a la vida autònoma. - Teatre inclusiu La Màxima: ofereix oportunitats de creixement personal i autorealització a les persones amb discapacitat intel·lectual a través del teatre. També pretén impulsar l'exercici del cos i la gestió de les emocions, però també l'esperit crític, la creativitat i la cohesió de grup.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Persones amb discapacitat intel·lectual o en risc d'exclusió social.

Objectius	- Contribuir a la inclusió social i laboral de les persones amb discapacitat intel·lectual, problemes de salut mental o amb el risc d'exclusió. - Crear serveis, suports i activitats que es caracteritzin per la seva qualitat i el seu retorn social, econòmic i mediambiental.
------------------	--

Servei de Rehabilitació Comunitària

Nom de l'entitat	Gestió de Serveis Sanitaris
Nom del projecte	Servei de Rehabilitació Comunitària
Descripció	Espai terapèutic i relacional per a persones amb trastorn mental sever, situat en l'entorn comunitari.
Adreça	C/ Henry Dunant, 1, 2 ^a planta, Lleida
Telèfon	663 730 217 / 663 941 962
Correu electrònic	srclleida@gss.cat
Web	https://www.instagram.com/srclleida/
Servei que ofereix	Grups oberts reduïts durant tot l'any
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Les persones entre 18 i 65 anys amb patologia psiquiàtrica que per la seva complexitat necessitin atenció rehabilitadora més de l'atenció especialitzada que reben als centres de salut mental.
Objectius	- Potenciar l'autonomia i les capacitats personals. - Suport en la integració social i laboral i en la millora de la qualitat de vida. - Suport i assessorament a les persones usuàries i les seves famílies. - Acompanyar en l'ús dels recursos comunitaris.



DONES

Activa't al Casal!

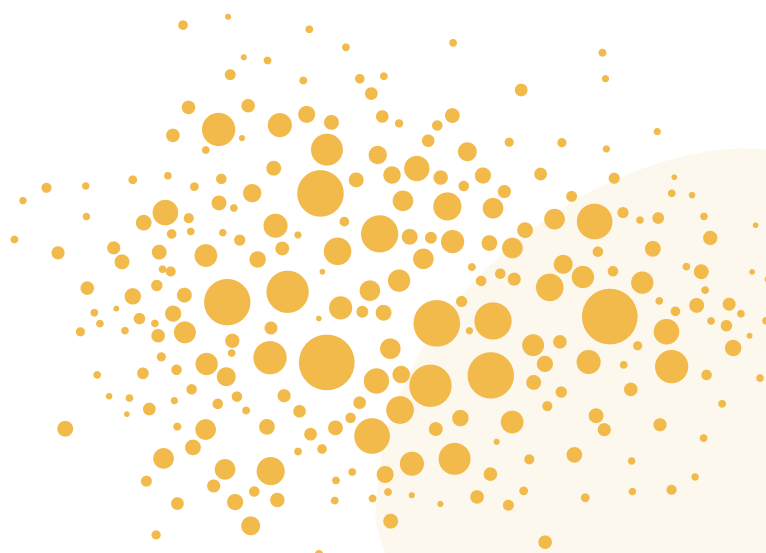
Nom de l'entitat	Casal de la Dona, Ajuntament de Lleida
Nom del projecte	Activa't al Casal!
Descripció	És un programa anual d'activitats adreçat a totes les dones del municipi de Lleida, organitzat pel Casal de la Dona i Centre d'Informació i Atenció a les Dones de la Regidoria d'Educació, Cooperació, Drets civils i Feminismes de l'Ajuntament de Lleida. Activa't al Casal ofereix, entre els mesos d'octubre i maig, una àmplia gamma de tallers.
Adreça	Pl. dels Fanalets de Sant Jaume, s/n, 25002 Lleida
Telèfon	973 700 461
Correu electrònic	politiquesfeministes@paeria.cat
Web	https://feminismes.paeria.cat/
Horari	Un dilluns al mes de 17.30 a 19.30 h
Servei que ofereix	Activitats diverses per treballar l'autocura (remeis casolans, higiene postural, cosmètica natural...)
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Dones
Objectius	Promoure la salut i el benestar, la fortalesa i el creixement personal, la difusió i defensa dels drets de les dones, prevenir la violència masclista i afavorir l'apoderament, el lideratge i les aportacions del teixit associatiu femení de la nostra ciutat.

ADIMA

Nom de l'entitat	ADIMA Lleida, Associació de dones intervingudes de mama
Descripció	Associació formada per dones, que hem patit un càncer de mama i ens constituïm com entitat per a contribuir i ajudar a altres dones que es troben en aquesta situació. Conscients que hi ha experiències que només es poden compartir amb qui ja les ha viscut, la nostra voluntat és la d'aportar un punt d'informació i oferir suport i rehabilitació a les afectades.
Adreça	Hospital Arnau de Vilanova de Lleida, Alcalde Rovira Roure, 80, Lleida
Horari	De 8:30 a 14:30h
Telèfon	656 290 742
Correu electrònic	adimalleida@gmail.com
Web	http://adima.cat/cat/index.php
Servei que ofereix	- Suport Social - Suport Emocional - Suport físic i psicològic - Altres activitats: Sortides culturals i lúdiques, tertúlies, berenars i festes perquè et sentis ben acompanyada.
Objectius	Ajudar a les dones afectades i els seus familiars més directes, a superar problemes quotidians per a millorar la seva qualitat de vida. Deixant de banda el camp estrictament mèdic, volem potenciar altres activitats lúdiques, culturals i socials.

Associació de dones Hera

Nom de l'entitat	Associació de dones Hera, Osteoporosi – menopausa
Descripció	Associació no lucrativa on l'objectiu és fer difusió i donar a conèixer l'osteoporosi i la menopausa. Com podem millorar el dia a dia de les dones que viuen aquestes situacions.
Adreça	Espai Salut – GSS Lleida C/ Henry Dunant, 1 25003 Lleida
Telèfon	645 357 769 i 973 106 834
Correu electrònic	hera@hera.cat
Web	https://hera.cat/
Servei que ofereix	- Informació i atenció. - Activitats, conferències, tallers



Cercle de dones

Nom de l'entitat	SIAD Segrià, Consell Comarcal del Segrià
Nom del projecte	Cercle de dones, abraça't en caliu
Descripció	Grup de suport adreçat a dones que té la finalitat de donar suport emocional i eines per fomentar el descobriment de la dona sobre si mateixa des del bon tracte i la perspectiva de gènere.
Adreça	Grup de matí: C/Canyeret, 12 (Lleida) Grup de tarda: C/Jaume II, 13-15 (Lleida)
Horari	Grup de matí de 10 a 11:30h: tots els dijous des del 10 d'octubre fins al 14 de novembre de 2024 Grup de tarda de 15:30 a 17h: tots els dimarts fins al 12 de novembre de 2024
Telèfon	973 419 080
Correu electrònic	siad@segria.cat
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Dones
Objectius	Desaprendre patrons, millorar l'autoestima, l'autoconfiança, atendre l'autocura, entendre com ens relacionem i construir el propi autoconeixement.

Cercles violeta

Nom de l'entitat	Regidoria de Participació Ciutadana - Ajuntament de Lleida
Nom del projecte	Cercles violeta
Descripció	Els cercles violetes són espais de cura, trobada i treball de cada barri de la ciutat de Lleida. Aquests estan formats per dones del barri diverses i actives que busquen crear un entorn segur i solidari per abordar les diverses problemàtiques que afecten a les dones del barri.
Adreça	A cada barri
Telèfon	660 631 430
Correu electrònic	lleidacuida@paeria.cat
Web	www.cerclevioleta.cat
Servei que ofereix	Promou l'autocura i l'ajuda mútua feminista que busca ser un motor d'empoderament de les dones i de transformació social en l'àmbit veïnal per a la construcció de comunitats més justes i equitatives.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Dones del barri
Objectius	- Establir xarxes de suport mutu i recolzament. - Fomentar la igualtat, la justícia social, la sororitat (solidaritat entre dones) i la no-violència. - Promoure l'autocura i l'ajuda mútua feminista que busca ser un motor d'empoderament de les dones i de transformació social en l'àmbit veïnal per a la construcció de comunitats més justes i equitatives.

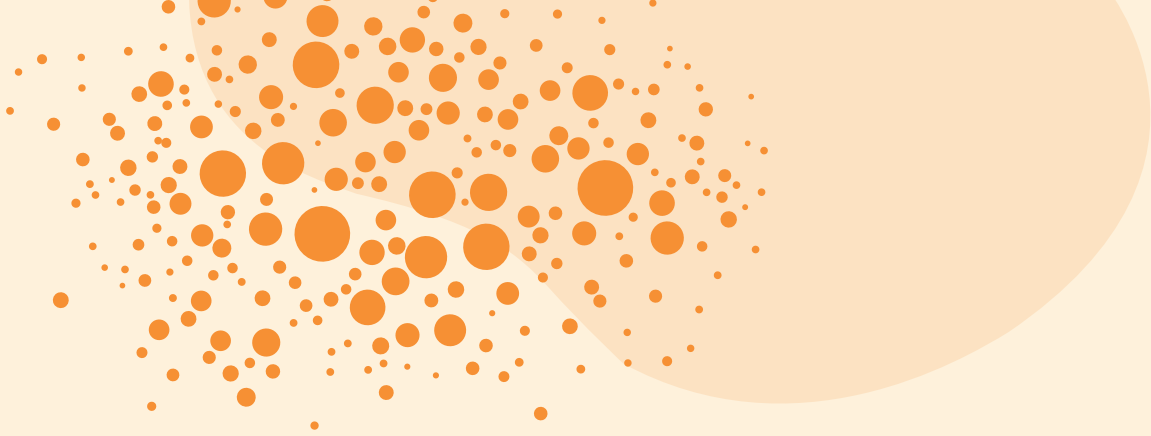
Associació de dones Hera

Nom de l'entitat	Centre Municipal d'Informació i Atenció a les Dones
Descripció	És un recurs d'accés directe i gratuït que facilita informació, orientació i assessorament a les dones del municipi de Lleida, mitjançant atenció individual, grupal i comunitària, amb l'objectiu de fomentar-ne l'apoderament.
Adreça	Plaça dels Fanalets de Sant Jaume, s/n 25002 Lleida
Horari	De dilluns a divendres de 9.30 a 13.30h Dimarts i dijous de 16.30 a 18.30h i cites concertades Estiu: Tots els matins de 9.30 a 13.30h
Telèfon	973 700 461
Correu electrònic	politiquesfeministes@paeria.cat
Web	https://feminismes.paeria.cat/ca/serveis-i-programes/copy_of_centre-municipal-dinformacio-i-atencio-a-les-dones
Servei que ofereix	Servei especialitzat d'orientació jurídica i psicològica i atén qualsevol consulta. També en temes relacionats amb l'associacionisme, els serveis socials, la salut, els drets de les dones i les situacions de crisi familiar i de violència masclista, separació, divorci, custòdia, parelles de fet, suport psicològic.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Dones

Costura compartida

Nom de l'entitat	La Descomunal
Descripció	Espai de trobada autogestionat per cosir, compartir coneixements i dissenyar idees.
Adreça	Centre Cívic La Mariola
Horari	Tots els dimecres de 10 h a 12 h
Telèfon	633 241 371
Correu electrònic	info@ladescomunal.cat
Web	https://ladescomunal.cat/
Servei que ofereix	Costura compartida autogestionada.
Objectius	Crear teixits comunitaris i associatius per ajuda mútua.





SUPORT A LES MALALTIES I AL PROCÉS DE DOL



AFANOC

Nom de l'entitat	AFANOC LLEIDA
Descripció	L'Associació de Familiars i Amics de nens Oncològics de Catalunya és una entitat privada que ofereix atenció psicosocial integral als infants i adolescents amb càncer i les seves famílies.
Adreça	C/ Quatre Pilans, 7 Bajos 25001 Lleida
Telèfon	973 216 057 638 387 487
Correu electrònic	tslleida@afanoc.org
Web	https://afanoc.org/es/
Servei que ofereix	- Atenció social, psicològica i suport emocional a tots els membres del nucli familiar - Grup de suport emocional per familiars - Grup d'adolescents i grup de joves - Activitats socioeducatives, de lleure i culturals per fomentar espais de trobada amb altres famílies - Colònies per als infants o joves que han passat un càncer i els seus germans i germanes. - Espai d'acompanyament al domicili a l'infant o adolescent - Massatge i reflexologia per a persones cuidadores i per a adolescents i joves amb càncer.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Ser pacient o familiar d'un infant o adolescent amb càncer infantil.

Objectius	- Millorar la qualitat de vida dels infants, adolescents i joves amb càncer, així com la dels seus familiars. - Col·laborar al millor coneixement d'aquestes malalties i els seus tractaments.
------------------	---

AMILL

Nom de l'entitat	Amill, Associació de malalts i familiars d'ictus de Lleida
Nom del projecte	Programa ABRIC
Descripció	ABRIC és un programa de la Fundació Ictus d'assessorament gratuït per a les persones que han patit un ictus i que necessiten a algú que els guiï en el procés de recuperació. També va dirigit als seus familiars, cuidadors i amics. ABRIC compta amb el suport de les associacions de pacients de Catalunya.
Adreça	Carrer Henri Dunant, 1, 25003 Lleida
Telèfon	673 811 176 i 644 651 503
Correu electrònic	abric@fundacioictus.com
Web	https://www.amilleida.com/
Servei que ofereix	Assessorament gratuït - Legal: discapacitat, dependència, temes laborals, temes fiscals, etc. - Orientació en temes socials: prestacions econòmiques, transport, educació, habitatge, desenvolupament de l'autonomia personal, mobilitat. - Adaptació a la llar. - Treball: assessorament laboral, formació i intermediació amb les empreses. - Orientació en rehabilitació. Formació gratuïta. Tallers per a persones cuidadores.

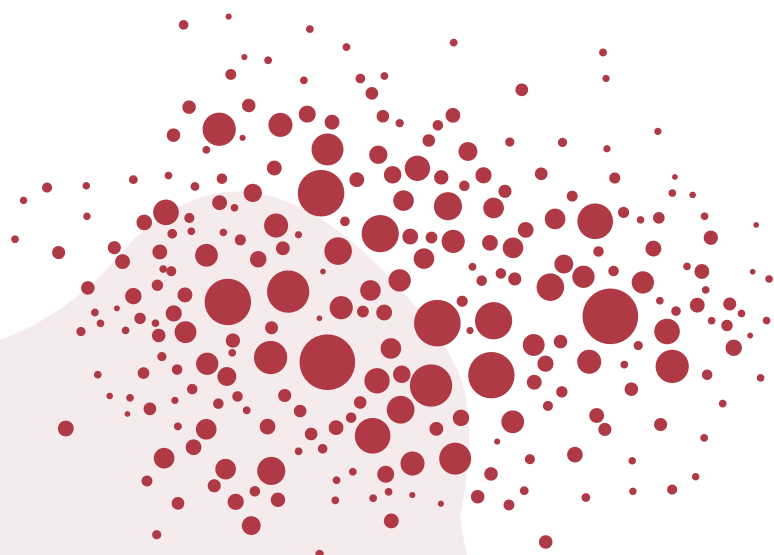
Associació de Celíacs de Catalunya

Delegació de Lleida

Nom de l'entitat	Associació Celíacs de Catalunya Delegació de Lleida
Descripció	Treballem perquè els celíacs i les celíaques tinguin cada cop més facilitat per accedir a productes sense gluten i més opcions per menjar fora de casa amb seguretat. A més, financem la investigació en patologies relacionades amb la ingesta de gluten, treballant amb professionals mèdics per millorar el diagnòstic, l'atenció mèdica i el seguiment de la malaltia amb la finalitat de cuidar la seva salut i evitar desenvolupar malalties associades a la celiaquia.
Adreça	Carrer Henri Dunant, 1, 3r pis – Despatx 2, 25003 Lleida
Telèfon	973 106 834 i 639 582 467
Correu electrònic	lleida@celiacscatalunya.org
Web	www.celiacscatalunya.org/ca/index.php
Servei que ofereix	Atenció individual i assessorament a la persona celíaca proporcionant-li informació i formació que l'ajudi a aconseguir una millor qualitat de vida, i també a la seva família.

DMD

Nom de l'entitat	DMD, Associació Dret a Morir Dignament Lleida
Descripció	Associació que defensa la llibertat de tota persona a decidir el moment i la manera de finalitzar la seva vida, especialment quan pateix un deteriorament irreversible i un sofriment insuportable.
Adreça	Carrer Henri Dunant, 1, 25003 Lleida
Telèfon	934 123 203 i 629 021 343
Correu electrònic	dmd@dmd.cat
Web	www.dmd.cat/index.php/ca/
Servei que ofereix	Grup d'Assessorament Personalitzat (GAP) atén de forma individualitzada a les persones que acudeixen a DMD per demanar ajut sobre aspectes concrets relacionats amb el seu procés de final de vida o el d'una persona propera.



Fibrolleida

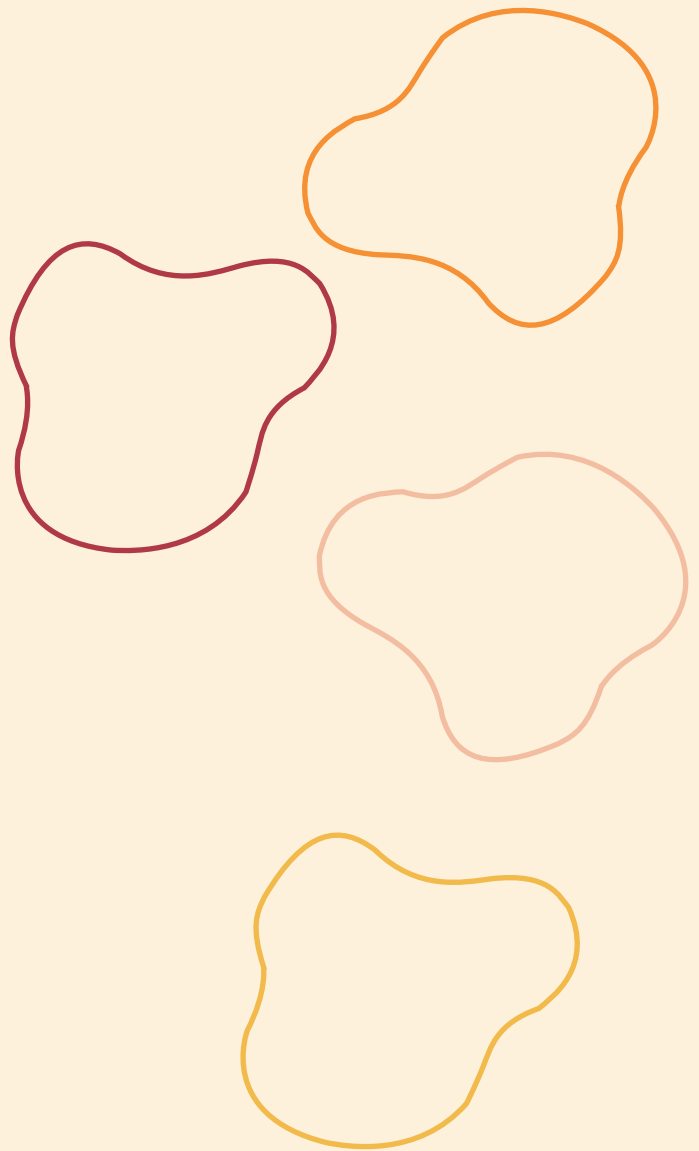
Nom de l'entitat	Fibrolleida, Associació de les síndromes de sensibilització central de Lleida
Descripció	Associació que té l'objectiu de donar a conèixer les malalties i donar suport a les persones i familiars que pateixen de Síndromes de sensibilització central (Fibromiàlgia, SFC, SSQM), en les Terres de Lleida.
Adreça	Centre Cívic de Cappont al Carrer Alfons II, 14, 25001 - Lleida
Horari	Dilluns de 10 a 13.30h Dimarts de 17 a 19h
Telèfon	649 873 838
Correu electrònic	fibrolleida@gmail.com
Web	https://fibrolleida.wordpress.com/
Servei que ofereix	- Sessió d'Acollida personalitzada a la nostra Associació. Assessorament Psicològic, i Assessoria Jurídica. - Tallers, Activitats diverses, Xerrades i Teràpies per millorar el nostre estat físic i cognitiu.



Grup Acompanyament al Dol

Nom de l'entitat	Grups d'Acompanyament al Dol en col·laboració amb el Col·legi Oficial de metges de Lleida i amb l'Hospital Sant Joan de Déu.
Descripció	L'Associació Grups d'Acompanyament al Dol té la voluntat d'ajudar persones en dol, entenent el dol com el procés d'elaboració del dolor infligit per una pèrdua significativa, especialment en la mort d'una persona estimada.
Adreça	Av. Blondel 11, 2n 25002 Lleida
Telèfon	649 343 574
Correu electrònic	info@dol-lleida.org
Web	https://dol-lleida.org/
Servei que ofereix	Ofereixen acompanyament individual i acompanyament en grup per a les persones que passin per un procés de dol. Tenen diferents grups de treball específic per a persones de diferents edats. Des d'infants fins a persones vídues i persones amb malalties degeneratives i/o terminals.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Tot tipus de públic que hagi de passar per un procés de dol.
Objectius	Donar suport emocional i social, potenciant les capacitats de cadascú per poder afrontar i resoldre les dificultats derivades de la pèrdua d'un ésser estimat.





GENT GRAN

Fundació amics de la gent gran

Nom de l'entitat	Amics de la gent gran
Descripció	Entitat que lluita contra la soledat i la marginació social de les persones grans, a través de l'acció de voluntàries i voluntaris que les acompanyen, així com sensibilitzant a la societat.
Adreça	Democràcia,19, Estació-Segre-Pl. Europa, 25007, Lleida
Telèfon	93 207 67 73
Correu electrònic	info@amicsdelagentgran.org
Web	https://www.amigosdelosmayores.org/ca/
Servei que ofereix	- Acompanyament emocional: una visita setmanal i trucades d'una persona voluntària durant dues hores en el seu domicili, residència o centre de dia. - Acompanyament telefònic. - Activitats de socialització. - Estiu en companyia: programa d'activitats, trobades i sortides, creem espais de convivència, d'oci i recuperació anímica. - Tertúlies a domicili: Per a totes aquelles persones que no poden sortir de casa per qüestions de mobilitat, hi ha grups de tres o quatre persones voluntàries i/o grans que visiten a la persona gran a la seva llar i passa una bona estona acompanyada. - Activitats i sortides.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Persones grans en situació de soledat no desitjada.

Objectius	- Combatre la soledat no desitjada i l'aïllament social mitjançant l'acompanyament emocional i la participació social. - Garantir una inclusió social i millorar la salut emocional.
------------------	---

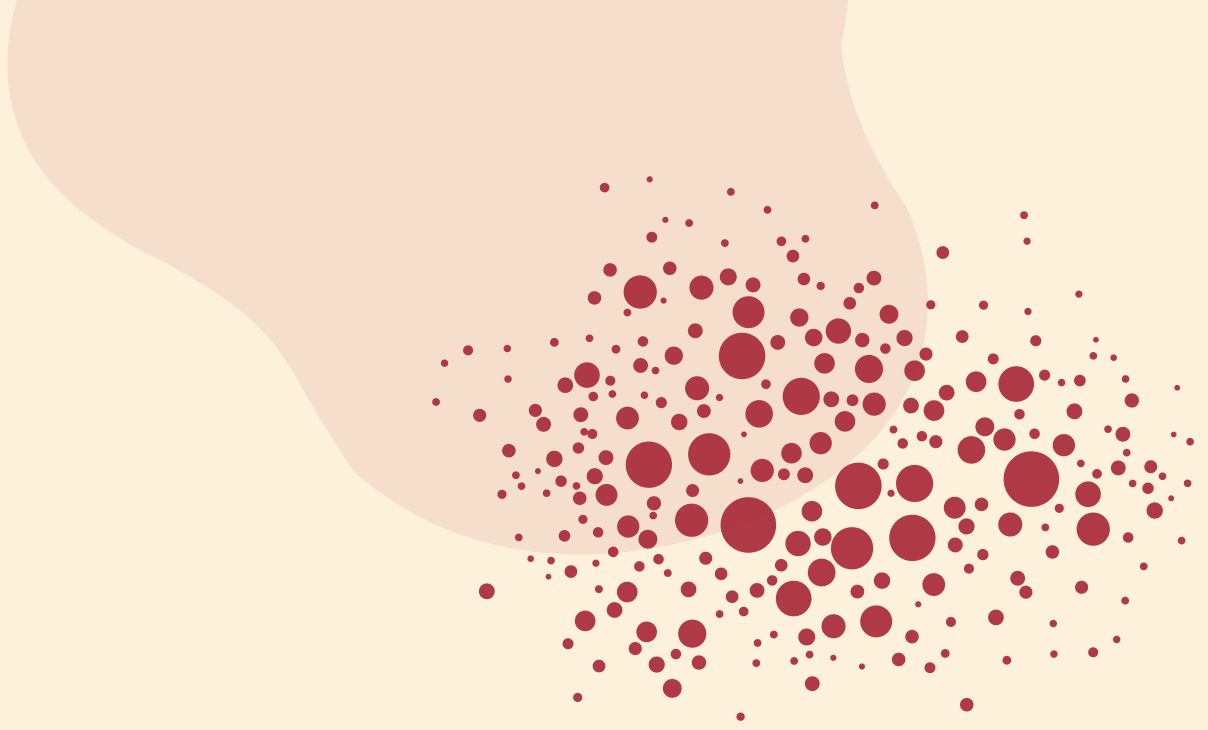
Sempre acompanyats

Nom de l'entitat	Ajuntament de Lleida, Creu Roja, Fundació La Caixa.
Nom del projecte	Sempre Acompanyats
Descripció	És un projecte que busca intervenir en gent gran en situació de soledat no volguda i ho fa mitjançant la intervenció individual i comunitària.
Adreça	Als barris de Balàfia i Escorxador però està obert a persones d'altres barris.
Telèfon	Tel. 649 393 170 973 279 900
Web	https://www.paeria.cat/ca/actualitat/noticies/el-programa-sempre-acompanyats-aten-me-s-de-180-persones-grans-en-situacio-de-soledat-a-lleida
Servei que ofereix	Ofereix acompanyament individual a través de voluntaris i acció comunitària per part de les entitats del barri per integrar a les persones en situació de soledat a la xarxa comunitària.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Persones grans que viuen soles i estan en situació de soledat no volguda.

Objectius

- Acompanyament a les persones grans que viuen soles i estan en situació de soledat no volguda.
- Acció comunitària per integrar aquestes persones al barri.





COMUNITARI

Colors de Ponent

Nom de l'entitat	Colors de Ponent
Nom del projecte	Grups de Socialització
Descripció	És una associació que s'articula en quatre eixos d'actuacions: l'acompanyament i les cures, la socialització amb la creació d'espais segurs per a la relació dels membres del col·lectiu, la visibilització i sensibilització de la societat a través de tallers, activitats i iniciatives; i la reivindicació i la lluita de i per les persones LGBTIQ+.
Adreça	C/ Lluís Besa, 17 Baixos 25002 Lleida
Telèfon	688 962 806
Correu electrònic	coordinacio@colorsdeponent.cat
Web	http://colorsdeponent.cat/
Servei que ofereix	- Grups de socialització de joves: És un grup de joves que treballa diferents temàtiques d'interès juvenil. Aquests grups estan dinamitzats i intenten ser un espai segur. - Grup Maribí: És un grup autogestionat que serveix perquè homes gais i bisexuals tinguin un espai de socialització. - Triangle de dones: És un grup autogestionat que serveix perquè dones lesbianes i bisexuals tinguin un espai de socialització. - Grup Intercultural: És un grup conformat per persones de diferents orígens que serveix per socialitzar i crear activitats.

	- Grup de famílies: Aquest grup serveix per orientar als familiars de les persones trans en el seu procés. Tots aquests grups atenen les necessitats del públic al qual s'adrecen i van actualitzant les seves actuacions.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	- Grups de socialització de joves: joves de 16 a 25 anys - Grup Maribí: homes gais i bisexuals - Triangle de dones: Dones lesbianes i bisexuals - Grup Intercultural: Persones de tots els orígens - Grup de famílies: Famílies amb persones trans.
Objectius	Crear grups de socialització pels col·lectius més marginats i discriminats i poder realitzar un acompanyament a aquelles persones que ho necessitin.

Comunalitats urbanes

Nom de l'entitat	La Descomunal
Nom del projecte	Comunalitats urbanes
Descripció	És la comunalitat urbana de Lleida nascuda al febrer del 2022 per fomentar la creació de xarxes al barri 09 i voltants i per promoure un nou model basat en l'economia social i solidària per enfortir la qualitat de vida, la justícia social i la participació democràtica. D'aquesta forma, pretén incrementar la relació amb les diferents comunitats establertes al barri, millorant l'autoestima comunitària, el sentiment de pertinença al barri, l'arrelament i el benestar de totes les persones en aquest entorn. De forma més específica, l'àrea de la comunalitat inclou els barris de Mariola, Turó de Gardeny, Blocs Joan Carles i part dels barris veïns Instituts, Sant Ignasi, Escorxador, Pius XII, Universitat, Joc de la Bola i Horta de Lleida.

Adreça	Centre Cívic Mariola - Carrer Artur Mor, 1 (25003) Lleida
Telèfon	633 241 371
Correu electrònic	info@ladescomunal.cat
Web	https://ladescomunal.cat/
Servei que ofereix	Punt informatiu i de sensibilització en Economia Social i Solidària, acompanyament en la creació i consolidació de projectes, promoció de l'autoorganització i l'activisme del barri, impuls i dinamització de xarxes de suport mutu, béns comuns i teixit associatiu i activitats de tipus cultural, esportiu, de salut i ocupació.
Objectius	Crear xarxes i espais d'ajuda mútua i oportunitats laborals i de desenvolupament econòmic en l'àmbit cultural, esportiu, de salut i d'inserció laboral.
Requisits	L'accés als serveis és lliure i gratuït.

Fundació Antisida Lleida

Nom de l'entitat	Fundació Antisida Lleida
Descripció	És una entitat sense ànim de lucre que té l'objectiu de millorar de forma integral la qualitat de vida de les persones afectades pel VIH/sida.
Adreça	C/ Nou, 14 baixos – Lleida
Telèfon	973 261 111
Correu electrònic	promocio@antisidalleida.org

Web	https://antisidalleida.org/
Xarxes socials	@antisidalleida (Instagram i X)
Servei que ofereix	- Àrea Social: Atenció social individualitzada, allotjament social, acompanyament a la vida autònoma, assessorament legal, activitats ocupacionals, atenció psicològica. - Àrea Laboral: Acompanyament Laboral - Àrea Salut Sexual: Assessoraments i informació, proves ràpides, atenció col·lectiu LGTBIQ+ i treball sexual. - Àrea formativa: Formació i recursos educatius - Àrea Sensibilització: Punts d'atenció lila, + que festa i accions

Habilitats 360°

Nom de l'entitat	Fundació Champagnat - Maristes
Nom del projecte	Habilitats 360°
Descripció	És un projecte enfocat a l'aprenentatge de l'idioma, acompanyament psicològic i un acompanyament sociolaboral.
Adreça	Centre Cívic de la Mariola – taller 1
Telèfon	630 961 022
Correu electrònic	calidoscopi.dir@maristes.cat
Web	https://www.maristes.cat/som-maristes/maristes-de-champagnat

Servei que ofereix	- Alfabetització LE-0: dimarts 10.15h/12.15h - Alfabetització nivell bàsic: dilluns 10.15h / 12.15h - Alfabetització nivell avançat: dimecres 10.15h/ 12.15h - Grup de treball prelaboral: dimecres 12.30h /13.30h
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Persones majors de 17 anys.

IWI

Nom de l'entitat	Fundació Acció Social Infància (FASI)
Nom del projecte	IWI
Descripció	El projecte creu en les capacitats de la pròpia família i confia que, a través del diàleg, les persones poden arribar a treballar les seves relacions per tal de millorar la seva situació familiar.
Adreça	Carrer Corregidor Escofet, 69, 1A. Lleida
Telèfon	679 094 727
Horari	De dilluns a divendres de 9:00 a 17:00h, però tenen flexibilitat
Correu electrònic	projecte_iwi@fasi.cat
Web	https://www.fasi.cat/serveis/projecte-iwi/
Xarxes socials	@som.iwi
Objectius	Acompanyar les famílies interessades per a millorar el seu estat de benestar.

Servei que ofereix i destinataris	- Espai de diàleg i d'escolta amb les persones importants de la persona afectada. - Activitats comunitàries.
--	---

La Cristaleria

Nom de l'entitat	La Cristaleria
Descripció	Associació esportiva que ofereix dos espais oberts a tota la ciutadania, on persones de diferents edats, capacitats, identitats de gènere, orientacions sexuals, procedències i orígens socioeconòmics, conviuen i practiquen esport de manera conjunta. Inclou la figura professional d'educació social als espais esportius, que s'encarrega de realitzar acompanyament socioeducatiu i treballa de manera coordinada amb Entitats del Tercer Sector Social i amb els Serveis Socials de referència dels usuaris i usuàries. L'entitat està estretament vinculada a l'àmbit social, esdevenint una agent d'acció i transformació social.
Servei que ofereix i destinataris	- Gimnàs social: - Mariola, Turó de Gardeny i Blocs Joan Carles: Carrer de Ferran el Catòlic, 32, 25003 Lleida - Pardinyes: Carrer Sant Pere Claver, 4, 25005 Lleida - Serveis socioeducacionals: - Multiesports, esports alternatius i esports adaptats. - Casals infantils en períodes vacacionals. - Activitats comunitàries.
Telèfon	680 192 403
Correu electrònic	info@lacristaleria.cat

Web	https://lacristaleria.cat
Objectiu	Pretén proporcionar una oferta esportiva de qualitat, inclusiva i accessible a totes les persones fent especial esment en les persones en situació de vulnerabilitat i exclusió social.

SAI

Nom de l'entitat	Servei d'Atenció Integral al col·lectiu GTBIQ+
Servei que ofereix i destinataris	- Informació, assessorament i acompanyament a les persones LGTBIQ+ i les seves famílies. - Resolució d'incidències en casos de discriminació per raó d'orientació sexual, 'identitat de gènere o expressió de gènere. - Tràmits de canvi de nom a nom sentit a la targeta sanitària per a persones trans*. - Accions de sensibilització o de prevenció e la LGTBI-fòbia a la ciutat. - Formació de tot el personal de la Paeria i els seus organismes autònoms en diversitat sexual i de gènere, la Llei 11/2014 en el deure d'intervenció.
Adreça	Carrer La Palma, 6-10. 25002, Lleida
Telèfon	Telèfon: 973 700 666 Whatsapp: 638 956 120
Correu electrònic	sailleida@paeria.cat
Xarxes socials	Instagram: @sailleida Facebook: @sailleida
Horari	Dimarts, de 16.30 h a 19.30 h. Dimecres, de 10.00 h a 14.00 h.



SALUT MENTAL I ADDICCIONS

Agrupa't Lleida

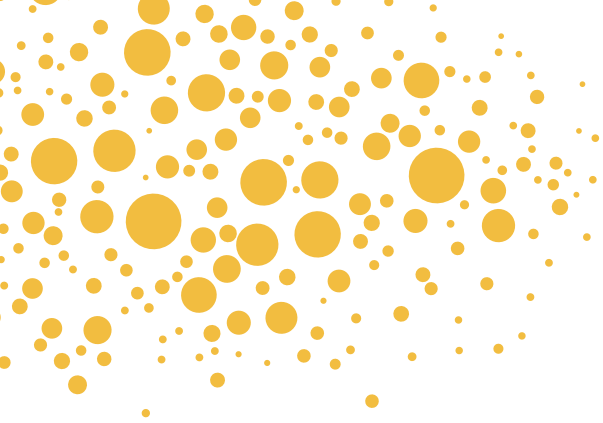
Nom de l'entitat	Agrupa't Lleida
Nom del projecte	Espai Agrupa't
Descripció	Espai terapèutic i d'inserció en el que es realitzen intervencions socioeducatives en règim obert, complementàries a la intervenció que es realitza al CASD i en coordinació permanent per afavorir un programa terapèutic integral, encaminat a facilitar la incorporació social de persones mb problemes de drogodependències.
Adreça	Carrer Ramon Llull, 12, 25004 Lleida
Telèfon	973 275 158
Correu electrònic	agrupatlleida@gmail.com
Web	www.agrupat.org
Horari	De dilluns a divendres de 9:00 a 14:00h
Servei que ofereix	- Servei ocupacional, terapèutic i d'inserció laboral. - Activitats que pretenen fomentar la reducció dels danys físics i psicosocials el consum ,la vinculació al tractament i a la xarxa social-comunitària, el foment de autocura , la recuperació biopsicosocial i la promoció laboral.
Requisits	Les persones beneficiaries dels projectes són persones en situació d'exclusió social per problemes derivats de les addiccions a drogues i/o alcohol, amb algun tipus de patologia mental, que han perdut vincles de relació, tant familiars com socials, i presenten un greu deteriorament psicosocial.

Ocell de foc ponent

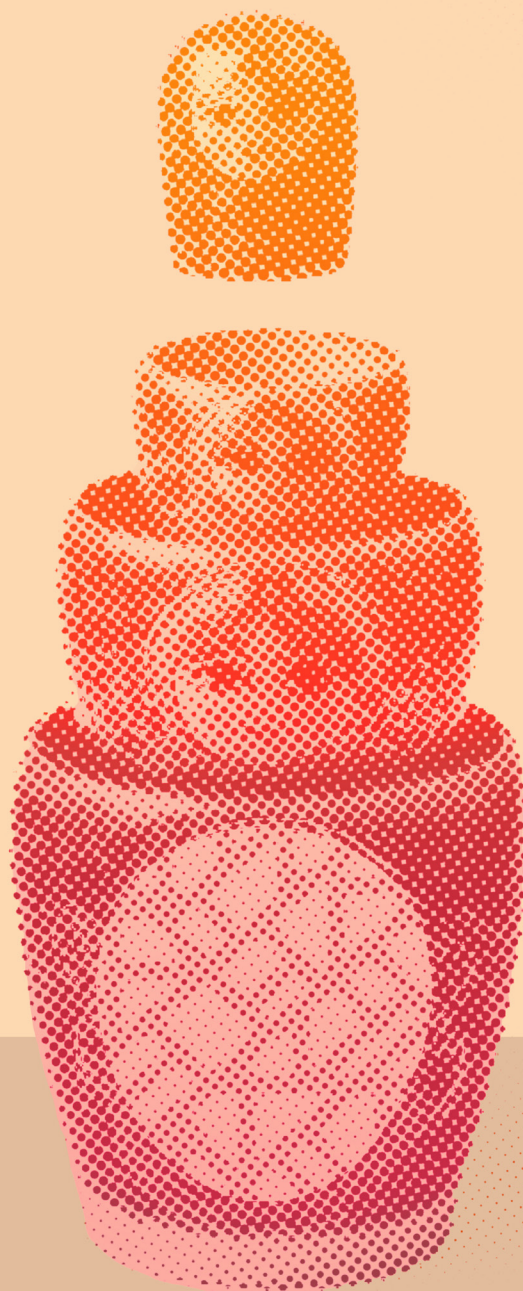
Nom de l'entitat	Ocell de foc ponent
Descripció	És un programa que té l'objectiu d'oferir atenció a joves -d'entre 16 i 30 anys- amb problemàtiques de salut mental per millorar la seva autonomia personal i facilitar la construcció d'una vida independent.
Telèfon	670 90 57 98
Correu electrònic	coordinacio@ocelldefocponent.cat
Web	https://economiasocial.coop/programa-ocell-de-foc
Xarxes socials	Instagram: @ocelldefocponent
Servei que ofereix	- Servei de sensibilització i lluita contra l'estigma. - Servei d'atenció grupal. - Servei niu de projectes i iniciatives juvenils a partir de la promoció de l'emprenedoria col·lectiva per a fomentar l'autonomia, l'apoderament col·lectiu i els lideratges juvenils. - Servei de coaching individual: laboral, formatiu i/o comunitari. - Punt de trobada del nucli: espai físic de trobada i referència pels diferents públics del programa.
Públic al qual s'adreça (requisits d'accés)	Joves de 16 a 30 anys

Salut Mental Ponent

Nom de l'entitat	Salut Mental Ponent
Objectiu	Acompanyar persones amb trastorn mental sever i les seves famílies en tots els àmbits de la seva vida.
Adreça	C/ Henri Dunant, 1, baixos i 1r. 25003 Lleida.
Telèfon	973 221 019
Correu electrònic	associació@smponent.com
Web	www.smponent.com
Servei que ofereix	Serveis a les famílies: - Escola de famílies: espai educatiu i de reforç emocional per familiars - Grups d'ajuda mútua: reunions periòdiques entre les famílies i persones amb trastorn mental - Grups psicoterapèutic per a familiars: espai d'acompanyament i suport en cada procés personal - Lleure familiar: espai d'oci dirigit a famílies de persones amb problemàtica de salut mental perquè puguin disposar de temps de lleure. Serveis a les persones amb trastorn mental: - Club social La Brúixola - Espai Joves: servei d'acompanyament integral per joves de 18 a 35 anys - Pisos amb suport
Requisits	Persones amb trastorn mental i els seus familiars



GUIA DE RECURSOS DE CURES AL MUNICIPI DE LLEIDA



Generalitat de Catalunya
**Departament d'Igualtat
i Feminismes**

Atenció a les violències masclistes
900 900 120
Truca, parla, explica



LA PAERIA



Ajuntament de Lleida