

¿ NECESITAS AYUDA DURANTE EL CONFINAMIENTO?

A continuación compartimos una serie de recursos que te pueden ayudar:

PARA HACER LA COMPRA, TIRAR LA BASURA, SACAR MASCOTAS O RECOGER MEDICAMENTOS

Guztion Artean (Gobierno Vasco con Cruz Roja y Cáritas)

945 22 22 22

#DetenteYteAyudamos/DYA

943 46 46 22

Redes de cuidados vecinales y comunitarias

Aiete: 660 93 84 49

Altza: 651 70 55 77

Amara Berri: 688 65 90 12

Amara / Centro: 634 54 72 76

Antiguo: 630 44 17 73

Añorga: 628 94 72 62

Bidebieta: 688 76 40 95

Egia: 696 66 40 93

Gros: 680 44 02 82

Intxaurren: 695 75 30 94

Morlans: 688 62 23 48

Parte Vieja: 617 75 48 39

SI TU ESTADO DE ÁNIMO ESTA BAJO, QUIERES CONVERSAR O COMPARTIR TUS PREOCUPACIONES

Teléfono de la Esperanza de Gipuzkoa

900 84 08 45

Hilo de Plata (Nagusilan)

900 71 37 71 / 688 74 14 51

Para personas mayores en situación de soledad.

Zurekin - Contigo (Bidegin)

664 12 52 93 / zurekin@bideginduelo.org

Encuentros online de escucha compartida en procesos de duelo.

SERVICIO DE AYUDA DOMICILIARIA, TELEASISTENCIA U OTRO TIPO DE AYUDA SOCIAL

Centros de Servicios Sociales

943 48 14 00

En tu barrio:

Parte Vieja / Centro: 943 48 15 56

Amara: 943 45 27 20

Larratxo Altza: 943 39 06 21

Gros / Egia: 943 32 77 70

Antiguo / Ibaeta / Igeldo

Añorga / Aiete: 943 21 00 32

Riberas de Loyola / Loiola

Martutene: 943 48 15 51

Intxaurren: 943 32 16 88

Bidebieta / Herrera: 943 39 00 79

SI NECESITAS AYUDA PSICOLÓGICA

Colegio Oficial de la Psicología de Gipuzkoa

692 56 61 60

SI ERES VÍCTIMA DE VIOLENCIA MACHISTA

Emakunde

900 84 01 11

SERVICIO MUNICIPAL DE URGENCIAS SOCIALES (SMUS)

Servicio 24h,
llamando al:

092 (Guardia Municipal)
y al **112 (SOS Deiak)**

¿TE PREOCUPA ALGÚN VECINO O VECINA?

Detectar aquellas personas que puedan necesitar ayuda es fundamental. Intenta comunicarte con él o ella sin poner en riesgo vuestra salud y preguntale qué tal se encuentra y hazle llegar estos recursos por si los pudiese necesitar. Puedes descargar esta hoja para imprimirla en www.donostia.eus/covid19.

Recuerda, los desplazamientos por cuidados están permitidos.