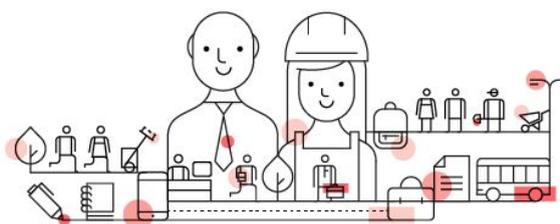


SECRETARÍA DE EMPLEABILIDAD PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL



Guía de Recursos.

Desde la Secretaría de Empleabilidad para la Inclusión Social se ha elaborado la presente guía que permite acercar a la población a diferentes bienes, servicios, recursos e informaciones relevantes ante la emergencia sanitaria provocada por el COVID-19.

El objetivo de la misma es reunir y sistematizar un conjunto de recursos a los que puede acceder la población montevideana para satisfacer necesidades, cuidarse y garantizar sus derechos en la actual coyuntura que ha impuesto esta pandemia.

La guía busca contribuir al doble propósito de servir de apoyo al trabajo de operadores y técnicos del área social, así como a la autogestión de información por parte de la ciudadanía.

A lo largo de las siguientes páginas podrán encontrar información descriptiva desagregada que ha dispuesto el gobierno departamental (Intendencia de Montevideo) el gobierno central (Ministerio de Salud Pública -MSP-, Ministerio de Desarrollo Social -MIDES-, Ministerio de Economía y Finanzas .MIEM- entre otros) la Universidad de la República - UdelaR-, las Organizaciones de la Sociedad Civil, y diferentes Colectivos Sociales.

Montevideo, abril 2020.

Índice

1. ¿Qué es el Coronavirus?	3
1.1 Canales de comunicación para consultas.....	5
1.2 Aplicaciones informativas sobre COVID-19.....	6
2. Información sobre el sistema de salud	7
2.1 Funcionamiento de Policlínicas.....	8
2.2 Atención en Comunas Mujer.....	9
2.3 Áreas sociales de los Municipios de Montevideo.....	10
2.4 Funcionamiento de la Secretaría de la Diversidad -IM-.....	10
2.5 Campaña de vacunación antigripal	11
2.6 Atención a niños y niñas en Hospital Pereira Rossell (CHPR).....	12
2.7 Servicios de atención psicológica a distancia.....	12
2.8 Teleasistencia psicológica para situaciones de discapacidad.....	13
2.9 Dispositivos y centros de atención de la Red Nacional de Drogas.....	14
2.10 Servicios de atención ante situaciones de violencia.....	15
2.11 Recomendaciones ante situaciones de violencia.....	16
2.12 Recomendaciones para el cuidado de las emociones.....	17
3. Información sobre alimentación	18
3.1 Acceso a canasta alimentaria del MIDES.....	18
3.2 Acceso a canasta alimenticia de IM.....	18
3.3 Nuevas disposiciones del MIDES.....	19
3.4 Ubicación de ollas populares por barrios.....	20

3.5 Recomendaciones sanitarias para la realización de ollas populares.....	22
3.6 Claves en la alimentación, e higiene con alimentos.....	23
3.7 Recomendaciones de la Escuela de Nutrición -UdelaR.....	25
4. Información vinculada al trabajo y pago de tributos.....	27
4.1 Ferias vecinales.....	28
4.2 Modificaciones en pago de tributos.....	28
4.3 Extensión del subsidio por desempleo.....	29
4.4 Subsidio especial por desempleo parcial.....	29
4.5 Subsidio para personas mayores de 65 años.....	30
5. Medidas adoptadas en el transporte metropolitano.....	31
6. Entretenimiento en el hogar.....	32
7. Anexos.....	33
7.1 Anexo A: Servicios de atención del MIDES.....	33
7.2 Anexo B: Publicidad de ollas populares e iniciativas barriales.....	37

1. ¿Qué es el Coronavirus?

Según el Ministerio de Salud Pública -MSP- los coronavirus (CoV) son una gran familia de virus que pueden causar enfermedades que van desde el resfriado común hasta enfermedades graves, tanto en humanos como en animales.

¿Qué es la COVID-19?

La COVID-19 es la enfermedad causada por el coronavirus que se ha descubierto recientemente. Tanto el nuevo virus como la enfermedad eran desconocidos antes del inicio del brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019.

Síntomas

- Fiebre
- Tos
- Secreciones nasales
- Dolor de garganta
- Dificultad para respirar

¿Se puede transmitir la infección por coronavirus de persona a persona?

Sí, algunos coronavirus pueden transmitirse de persona a persona. Habitualmente se produce después de un contacto cercano con una persona infectada a través de las gotitas que ésta produce al estornudar o toser.

¿Qué debo hacer si estuve en contacto con alguien con diagnóstico de coronavirus?

El período de incubación para coronavirus es de hasta 14 días aproximadamente. Durante este período, es necesario estar atento a la aparición de fiebre y/o sintomatología respiratoria y realizar la consulta médica precoz informando el antecedente de contacto con un caso confirmado.

Medidas de prevención según el MSP

- Lávese las manos con frecuencia, con agua y jabón.
- Adopte medidas de higiene respiratoria. Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con el pliegue del codo o con un pañuelo descartable; deseche el pañuelo en un recipiente adecuado y lávese las manos.
- Evite el contacto con personas que están cursando infecciones respiratorias. Esto es particularmente importante en personas mayores o portadores de enfermedades crónicas o con sistemas inmunes debilitados.
- Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, solicite atención médica a tiempo.

Para más información ingresa a:

<https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/comunicacion/publicaciones/informacion-para-poblacion>

Protocolo para personas en riesgo:

<https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/comunicacion/publicaciones/protocolo-para-personas-riesgo>

Protocolo para ingresar al hogar:

<https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/comunicacion/publicaciones/protocolo-entrada-casa>

Protocolo para salir del hogar:

<https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/comunicacion/publicaciones/protocolo-salida-casa>

Importancia del uso de tapabocas, según el MSP:

https://www.facebook.com/MSPUruguay/videos/1596627587153623/?epa=SEARCH_BOX

Importancia del lavado correcto de manos, según el MSP:

<https://www.facebook.com/MSPUruguay/photospcb.1398959573638780/1398956970305707/?type=3&theater>

1.1 Canales de comunicación e información sobre COVID-19



**Plan Nacional
Coronavirus
COVID-19**

Canales de comunicación
para evacuar consultas sobre
el coronavirus COVID-19

	Servicio de información	0800 1919
	Whatsapp	098 99 99 99
	ChatBot Botón azul abajo a la derecha	coronavirus.uy
	Messenger	@MSPUruguay
	Aplicación móvil para Android e IOS	Coronavirus UY

 **Ministerio
de Salud Pública** msp.gub.uy

LÍNEAS TELEFÓNICAS DE INTERÉS

LÍNEA CORONAVIRUS
☎ 0800 1919
📞 098 999 999

LÍNEA DE APOYO INDA (CANASTAS ALIMENTICIAS)
☎ 0800 7263 (LaV de 09:00 a 17:00 hs)

LÍNEA DE ATENCIÓN A PERSONAS EN SITUACIÓN DE CALLE
☎ 0800 8798

LÍNEA BPS (PRESTACIONES ECONÓMICAS)
☎ 0800 0277 (LaV de 09:00 a 17:00 hs)

LÍNEA VIDA (PREVENCIÓN DEL SUICIDIO)
☎ 0800 0767

LÍNEA DE AYUDA PSICOLÓGICA
☎ 0800 1920

LÍNEA VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO
☎ 0800 4141
📞 *4141

LÍNEA AZUL (MALTRATO NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES)
☎ 0800 5050

LÍNEA DE ATENCIÓN ADULTOS MAYORES VÍCTIMAS DE ABUSO O MALTRATO
☎ 2400 0302 INT 5609

LÍNEA ESTAMOS CONTIGO (DENUNCIAS DE PROBLEMÁTICAS LGBT+)
☎ 093 890 653 (LaV de 12:00 a 16:00 hs)

LÍNEA DE DEFENSA AL CONSUMIDOR
☎ 0800 7005 (LaV de 09:30 a 16:00 hs)

 **Uruguay Presidencia**

1.2 Infórmate a través de aplicaciones:

- **CORONAVIRUS UY**

La aplicación Coronavirus.uy, que está disponible para teléfonos Android e IOS, permite conectar a los ciudadanos con posibles síntomas del coronavirus COVID-19 con los prestadores de salud, a fin de reducir los tiempos de espera de consultas y atención ante la emergencia sanitaria. Toda la información recogida está amparada en la normativa vigente de protección de datos.

Aplicación disponible para descargar en:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=uy.gub.salud.plancovid19uy&hl=es>

- **ACÁ ESTAMOS**

Es una plataforma virtual auto-organizada por la ciudadanía. Impulsada inicialmente por los grupos de la sociedad civil. La finalidad es la de invitar a colectivos, organizaciones, vecinos, emprendimientos y todas aquellas iniciativas disponibles para trabajar en el gran desafío que nos trae el detener la propagación del Covid-19 (Coronavirus).

Esta aplicación tiene información sobre la ubicación de las ollas populares, así como de iniciativas solidarias realizadas para la población y ubicadas en distintos barrios de Montevideo.

Accede aquí al link a la Plataforma Acá Estamos Uy: <http://www.acaestamos.uy>

2. Cuida tu salud ante la emergencia sanitaria

2.1 Policlínicas de la Comuna

Los centros de salud dependientes de la comuna permanecerán abiertos, cumpliendo con las pautas de atención específicas. El servicio de policlínica mantendrá la atención en sus locales con pautas de atención específicas y aplicando la prioridad según la urgencia del caso. Las áreas de atención serán las siguientes:

ÁREA DE GINECO-OBSTETRICIA

Atención a las usuarias embarazadas, usuarias que consultan por IVE, usuarias con sangrados patológicos, tumoraciones, ruta de atención al PAP patológico H-SIL en adelante, y a mujeres para MAC (para iniciar la pauta).

ÁREA DE ATENCIÓN A LA NIÑEZ Y ADULTO MAYOR

Control del recién nacido sano y lactantes priorizados y atención a personas mayores para repetición de medicación. La medicación de crónicos, se prorrogará en forma automática por un mes sin necesidad de ir a consulta médica. Atención de urgencias médicas.

ÁREA DE SALUD BUCAL

Atención de urgencias odontológicas.

ENFERMERÍA

Servicios de vacuna: se mantiene el funcionamiento para los niños menores de 5 años y usuarias embarazadas. Equipos de enfermería: brindan asistencia ante situaciones que se evalúen como impostergables.

SALUD MENTAL

Las y los profesionales del área de salud mental se desempeñarán en modalidad de atención inmediata, ante situaciones que consideren según las pautas establecidas prioritarias. Atención de consultas por IAE, situaciones de violencia y altas de Hospital Vilardebó.

VISITAS DOMICILIARIAS

Solo las que se consideren de riesgo o captación de recién nacidas/os que no vinieron a la consulta. Deben realizarse consultas telefónicas y suspender en aquellos casos que no se considere imprescindible ir. Identificar previamente vía telefónica si hay usuarias/os sospechosas/os de COVID-19 con la finalidad de determinar la urgencia del caso.

SERVICIO DE EXTRACCIONES

Reprogramar telefónicamente las extracciones, se priorizan las embarazadas y usuarias/os en tratamiento con anticoagulantes. Se pospondrá el resto.

Accede al link para más información:

<https://montevideo.gub.uy/noticias/salud-y-alimentacion/funcionamiento-de-las-policlinicas>

Funcionamiento de Policlínicas en el territorio

Piedras Blancas: - Tel: 22222518 .
Horario : 8 a 18 hs.

Hospital Pasteur: Tel: 25088131 130
Horario: 8 a 14hs.

Hospital Maciel:

- **Policlínica de Salud Mental:** La renovación de certificación médica de los pacientes del Servicio de Salud Mental se realizará únicamente a través del telefono 29153000 int.1019.
- **Farmacia.** Se realizará un policlínica única de repetición de medicación vía telefónica o vía mail. Se debe coordinar día y hora para posteriormente retirar la medicación en Farmacia.
Tel: 08008254 / mail: repeticionmedicacion@hospitalmaciel.com.uy.
Horario de coordinación: Lunes a Viernes de 8 a 16hs
- **Apoyo psicoemocional telefónico.** Teléfono: 29153000 int. 1004 o 1005
Horario: Lunes a Viernes de 8 a 17 hs.

Policlínica Barrio Sur.

Dirección: Gonzalo Ramírez 1270. Teléfono: 1950 8416/17 y 29085036.
Correo electrónico: policlinica.barriosur@imm.gub.uy

Policlínica Luisa Tiraparé.

Dirección: Uruguay 1936. Teléfono: 1950 8222 y 24006436.
Correo electrónico: policlinica.tirapare@imm.gub.uy

Ambas policlínicas funcionan en un plan de contingencia. Se intenta evitar que las personas consulten. Se atiende telefónicamente de 7 a 16 hs y al público de 10 a 16 hs.

Centro de Salud Ciudad Vieja.

Dirección: 25 de Mayo 183. Teléfono: 2917 0074.
Correo electrónico: direccion.cvieja@asse.com.uy Atención al usuario: 29167643. El Centro de Salud Ciudad Vieja se encuentra cerrado.

Más información en: <https://montevideo.gub.uy/noticias/salud-y-alimentacion/funcionamiento-de-las-policlinicas>

2.2 Atención en Comunas Mujer

ATENCIÓN TELEFÓNICA: Si estás viviendo una **situación de violencia**, podés llamar al teléfono: **0800 4141 y *4141** (desde el celular). Atiende de **lunes a viernes**, en el horario de **8:00 a 0:00**, **sábados y domingos de 8:00 a 20:00 horas**.

Si estás en una **situación de emergencia**, llamá al teléfono: **911**.

ATENCIÓN PRESENCIAL

Municipio A - Comuna Mujer 14

Dirección: Victoria y Lluques (ex Mercadito Municipal), teléfono: 1950 9835.

Lunes: de 14 a 18h.

Jueves: de 8 a 12 h.

Viernes: de 14 a 18 h.

Municipio B - Comuna Mujer Andrea Hernández

Dirección: Soriano 1426 (planta baja), teléfono: 1950 8657.

Lunes: de 15.30 a 19.30 h.

Miércoles: de 15.30 a 19.30 h.

Municipio D - Comuna Mujer 10

Dirección: Capitán Tula y Belloni, teléfono: 1950 7402.

Lunes: de 14 a 18 h.

Miércoles: de 8 a 12 h.

Municipio E - Comuna Mujer 8

Dirección: Av. Bolivia 2591, teléfono: 2604 0687 / 2606 1837.

Martes: de 13 a 17 h.

Miércoles: de 10 a 14 h.

Sábado: de 9 a 13 h.

Municipio F - Comuna Mujer Intercambiador Belloni

Dirección: Intercambiador Belloni, Av. 8 de Octubre y Av. José Belloni, teléfono: 1950 9073.

Martes: de 13 a 17 h.

Jueves: de 10 a 14 h.

Sábados: de 9 a 13 h.

Municipio G - Comuna Mujer 13

Dirección: Av. Sayago 1160 y Br. Batlle y Ordóñez, teléfono: 2355 8261.

Lunes: de 14 a 18 h.

Miércoles: de 8 a 12 h.

Sábado: de 9 a 13 h.

Por más información, accede a:
<https://montevideo.gub.uy/noticias/genero/servicio-especial-de-comuna-muje>

2.3 Áreas Sociales de los Municipios de Montevideo.

Municipio A: areasocial14@gmail.com

Municipio B: municipiob.areasocial@imm.gub.uy

Municipio C: areasocialmunicipioc@gmail.com

Municipio CH: areasocialccz5@imm.gub.uy / areasocial.ccz4@imm.gub.uy

Municipio D: municipiod@gmail.com

Municipio E: areasocial.ccz6@imm.gub.uy

Municipio F: asocialccz9@gmail.com

Municipio G: areasocial12@gmail.com / areasocialccz13@gmail.com

2.4 Funcionamiento de la Secretaría de la Diversidad -IM-



**#ESTAMOSCONVOS
CONTACTANOS**

Por problemáticas específicas de personas LGBTIQ en relación con el Covid-19, comunicate con la Secretaría de la Diversidad.

Tel.: **093 890 653**
de lunes a viernes, de 12 a 16 h.
Correo electrónico:
secretaria.diversidad@imm.gub.uy



Con el objetivo de poder informar a toda la población en el marco de la emergencia sanitaria causada por el coronavirus, para el caso de los colectivos LGBTIQ+ y las personas con VIH la Secretaría de la Diversidad puso a disposición una línea telefónica de emergencia.

A través del teléfono celular: **093 890 653** usuarias y usuarios pueden:

- Recibir información
- Evacuar dudas
- Acceder a información pertinente
- Tener un servicio de apoyo en situaciones de discriminación

Esta línea funciona de **lunes a viernes, en el horario de 12.00 a 16.00.**

También podés escribir al correo electrónico: secretaria.diversidad@imm.gub.uy

Obtener más información en: <https://montevideo.gub.uy/noticias/diversidad/estamos-con-vos>

2.5 Campaña de vacunación antigripal y antineumocócica 2020 en el marco del Plan Nacional de Coronavirus

Se desarrollará una estrategia de vacunación en forma escalonada, priorizando la vacunación de las poblaciones más vulnerables (personal de salud, inmunosuprimidos, enfermos crónicos severos, embarazadas y personas institucionalizadas, personas hospitalizadas previo al alta que cumplan alguno de estos otros criterios).

Primera etapa (6 al 19 de abril) Población que debe vacunarse:

1. Personal de salud (incluye cuidadores de enfermos y asistentes personales del sistema nacional de cuidados)
2. Personas con enfermedades crónicas severas
3. Embarazadas
4. Personas internadas

Segunda etapa (20 de abril a fecha a definir) Población que debe vacunarse:

1. Mayores de 75 años, y luego mayores de 65 años.
2. Niños de 6 meses a 4 años inclusive.
3. Finalmente el resto de la población.

Por más informacion accede a: <https://www.gub.uy/tramites/vacunaciones>



2.6 Atención de niños y niñas en el Centro Hospitalario Pereira Rossell:



En el contexto epidemiológico por COVID 19 creamos un sistema de asesoramiento telefónico pediátrico dirigido a usuarios de ASSE

Se recibirán consultas por mensajes de **whatsapp al número 099 703 164**

En caso de detectar alguna situación que amerite hablar con el familiar, se realizará llamada telefónica por parte del médico

Pediatras de emergencia recibirán tu consulta de **lunes a viernes de 10hrs. a 12hrs. y de 13hrs. a 15hrs.**

Te podemos asesorar **evitándote concurrir al hospital**

#yo soy parte del Hospital Pereira Rossell

Centro Hospitalario PEREIRA ROSSELL

2.7 Servicios de atención psicológica a distancia

Línea gratuita de ASSE para dar apoyo emocional por el aislamiento social:
0800 1920

ASSE habilitó una línea de apoyo psicológico y contención emocional para las personas que lo necesiten por el aislamiento social y para aquellas personas que puedan tener sufrimiento psíquico con repercusiones emocionales por los cambios en las rutinas por el aislamiento.

Accede al link para ver otros servicios de atención psicológica a distancia:

<https://drive.google.com/file/d/1CluMuP3aBtvX5cbtT5T5Z5NNffVTsryv/view?usp=drivesdk>

2.8 Teleasistencia psicológica a situaciones de discapacidad en el marco de la emergencia sanitaria por COVID-19

Para coordinar por Mensaje de texto o WhatsApp: **092 431 476**. Quienes requieran pueden comunicarse mediante mensaje de voz.

Equipo docente de la Facultad de Psicología de la Universidad de la República integrado por:

- María José Bagnato
- Rossina Machiñena
- Julia Córdoba
- Andrea Gonella
- Eugenia Barbosa.



Montevideo
Igualitario



**TELEASISTENCIA
PSICOLÓGICA A
SITUACIONES DE
DISCAPACIDAD**

En el marco de la emergencia sanitaria por COVID-19
Para coordinar por Mensaje de texto o Whatsapp:
092 431 476

Equipo docente: María José Bagnato, Rossina Machiñena,
Julia Córdoba, Andrea Gonella, Eugenia Barbosa



2.9 Dispositivos y centros de atención de la Red Nacional de Drogas



"Ante el problema de drogas, un compromiso con la salud, la convivencia y el desarrollo"

Dispositivos, centros y programas de la Red Nacional de Drogas Región Metropolitana

Ciudadela

Presencial de **9 a 13 hs**
Telefónica de 9 a 19 hs:
092 421 422

Alero Este

Contacto: **098 010 833 /**
092 600 131

Alero Oeste

Contacto: **098 010 835 /**
099 749 068

Aleros Cerro

Contacto: **098010823**

Aleros Centro

Lunes y martes de 15 a
17 hs Dispositivo
Ciudadela
Contacto: **099 625 194 /**
099 370 346 / 094 432
624 / 094 999 377

Portal Amarillo

Diurno: cerrado por
contingencia

Ambulatorio: 8:30 a
15:00 hs

Residencial: ingresos
postergados.

Contacto: ***1020 / *0767**
(Línea Vida)

Hospital Maciel

Servicio de Adicciones y Salud Mental

-Policlínica presenciales
cerradas

-**Policlínica única** para
la repetición de
medicación.
Coordinar día y hora a
través de: 0800 82 54

Apoyo psicoemocional telefónico:

-Centro de escucha
para usuarios del
hospital
Lunes a viernes de 8 a
17 hs
Contacto: **2915 30 00**
internos 1004/1005

-Seguimiento y
contención a los usuarios
y/o familias del Servicio
de Adicciones:

Contacto: **2915 30 00**
interno 1004

**Renovación de
certificaciones médicas**
2915 3000 Int. 1019



2.10 Servicios de atención ante situaciones de violencia

Servicios de atención ante situaciones de violencia, maltrato y/o abuso



En tiempos de **EMERGENCIA SANITARIA** se agudizan las situaciones de **violencia doméstica** hacia mujeres, niños, niñas y adolescentes así como el **maltrato y/o abuso** sobre adultos mayores. A continuación encontrarás los **contactos oficiales de respuesta**.

Atención a **mujeres** en situación de **violencia basada en género**

Ministerio de Desarrollo Social - Inmujeres

Servicio Telefónico Nacional de Orientación y Apoyo a Mujeres en Situación de Violencia Doméstica

0800 4141

4141

L a V | de 8:00 a 00:00 hs.
S y D | de 8:00 a 20:00 hs.

Ministerio de Interior

9-1-1

Emergencias

Atención las 24 hs.

Atención a **niños, niñas y adolescentes** ante situaciones de **violencia, maltrato y/o abuso**

Instituto del Niño y el Adolescente del Uruguay (INAU) - Línea Azul

0800 5050

L a V | de 8:00 a 20:00 hs.
S y D | de 9:00 a 19:00 hs.

Atención a **personas mayores** en situación de **abuso y/o maltrato y/o** en situación de **vulnerabilidad**

Ministerio de Desarrollo Social

Servicio de Atención a Personas Mayores en Situación de Abuso y/o Maltrato

2400 0302
int. 5609

098 846 943

L a V | 09:00 a 15:00 hs.

Servicio de Atención a Personas Mayores en situación de vulnerabilidad

2400 0302
int. 5607 - 5608

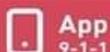
L a V | 09:00 a 15:00 hs.

Atención en **salud mental**

Administración de Servicios de Salud del Estado (ASSE) - Línea de Vida

0800 0767
*0767

Atención las 24 hs.



App
9-1-1

Botón específico
violencia doméstica

Denuncia por escrito online
denuncia.minterior.gub.uy

**todos los servicios son
GRATUITOS Y CONFIDENCIALES**

2.11 Violencia Intrafamiliar (física, psicológica y/o sexual) en el marco de la emergencia sanitaria por coronavirus (COVID-19)

¿Qué podemos hacer frente a esta situación?¹

Si tienes la sospecha que alguien cercano a ti vive una situación de violencia, te dejamos acá algunas sugerencias:

- Llámala o escríbele todos los días, para que sepa que alguien está atento y se preocupa. Que cuenta con tu número de teléfono.
- Si necesita ayuda urgente, acuerda con ella una clave secreta, que puede ser una palabra o un gesto.
- Recomiéndale que ponga claves de seguridad en sus redes sociales y en su celular.
- Pídele que te mande una foto o por mail una copia de los documentos importantes (cédula, carné adolescente).
- Ayúdala a pensar que si bien la recomendación es quedarnos en casa por la emergencia sanitaria actual, nadie puede impedirle “huir” de su casa y recibir medidas de protección.
- Guárdale un bolso de emergencia (documentos, ropa, medicamentos, algo de dinero) por si lo necesita de apuro.
- Genera estrategias creativas de ayuda o crea una red de sostén emocional entre amigos, familia o vecinos, a través del celular o las redes sociales.
- Por asesoramiento: 0800 4141 o *4141 para comunicarte con una especialista.
- La comunicación es gratis, confidencial, de alcance nacional y funcionan todo el año.
- También puedes comunicarte al 0800 5050, o escribir al mail lineaazul@inau.gub.uy para realizar denuncias de situaciones de todo tipo de maltrato u otras forma de vulneración de derechos hacia niños, niñas y adolescentes.
- Invítala a poner la aplicación 911 con botón de pánico para violencia doméstica, que le permite un acceso directo a la unidad especializada en violencia.

¹ Comunicado de **INMUJERES (MIDES)** y **SIPIAV (INAU)**

2.12 Algunas prácticas para el cuidado de las emociones frente a la emergencia sanitaria por coronavirus (COVID-19)

¿Qué podemos hacer?²

- Identificar y aceptar nuestros sentimientos (tristeza, angustia, enojo, confusión, miedo) frente al encierro y la emergencia sanitaria.
- Poder autorregularnos, podemos ordenarnos mediante la narrativa y el diálogo.
- Acordar normas de convivencia, en el tiempo que todos permanecemos en casa. Promover el respeto, el diálogo y el bienestar.
- Mantener los espacios ordenados, así como continuar con la higiene y el cuidado personal.
- Escucharnos y respetar los sentimientos de los demás, entender que si un miembro de la familia necesita algún tiempo solo está bien poder disponer de un ambiente para ello, sin enojarse.
- Planificar y organizar el día con rutinas y hábitos a modo de ordenarnos.
- Utilizar este tiempo para realizar aquellas tareas que tenemos pendientes, leer un libro, escuchar música, ver una película, ordenar placares, hacer algún arreglo en la casa.
- Establecer momentos para el ocio y la recreación.
- Realizar ejercicios físicos, movernos.
- Apelar al humor.
- Evita conversaciones alarmantes o desinformaciones.
- Atender a informaciones que generen emociones positivas.
- Recordar que habilidades o acciones nos sirvieron en el pasado para superar situaciones adversas.
- Utilizar la tecnología para estar conectados con familiares, amigos, compañeros, etc
- Tener una red de contención a la cual recurrir si necesito ayuda.
- Animarse a pedir ayuda.

² Fuentes:

- www.lavanguardia.com – Cuarentena en casa: ¿Cómo gestiono mi aislamiento para salir airoso del encierro?
- Cadenaser.com - ¿Cómo afrontar psicológicamente el aislamiento por el estado de alarma? – 14/03/20
- Radiouruguay.uy – Sobrecarga de información estresa y el estrés nos hace más proclives al contagio. Disponible en: Psico.edu.uy

3. Cuida tu alimentación ante la situación de emergencia sanitaria, y prevení el contagio.

3.1 Canasta de Emergencia Alimentaria -MIDES-

¿Quiénes pueden acceder a este beneficio? Se priorizará a los trabajadores informales y a quienes no reciben prestaciones del Estado, como por ejemplo aquellos hogares que no reciban la Tarjeta MIDES Uruguay Social.

Necesitarás las cédulas de identidad y la fecha de nacimiento de TODOS los integrantes de tu núcleo familiar. Debes incluir un celular de contacto al que se te comunicará el resultado de tu solicitud.

IMPORTANTE: La información brindada en el formulario tendrá carácter de declaración jurada. En caso de ser falsa o errónea tendrá las consecuencias estipuladas en el artículo 239 del código penal.

Para solicitar la canasta debes completar el formulario web que aparece a continuación. Link disponible para acceder al formulario:

<https://www.gub.uy/ministerio-desarrollo-social/comunicacion/comunicados/solicitud-canasta-emergencia-alimentaria>

3.2 Canasta de emergencia sanitaria -IdeM-

¿Quiénes pueden acceder a este beneficio?

Aquellas personas que actualmente no cuentan con ingresos formales de ningún tipo ni perciben otras prestaciones del sistema de protección social estatal (tales como las provenientes del Mides o BPS).

Las canastas estarán dirigidas a personas de los sectores más vulnerados con las que la Intendencia tiene relación directa, ya sea porque son beneficiarias de programas sociales o porque por sus actividades se vinculan con la comuna.

Estas canastas incluyen alimentos, vegetales, productos de higiene y limpieza. También se van a entregar 4.000 libros con las primeras canastas. Se trata de obras ganadoras del premio Onetti, clásicos uruguayos adquiridos en apoyo al programa "Un libro un abrazo" y cerca de 1800 obras de literatura infantil, juvenil y para adultas/os.

Por más información accede a:

<https://montevideo.gub.uy/noticias/sociedad/entrega-de-10000-canastas-alimentaria>

3.3 Comunicado del Ministerio de Desarrollo Social -MIDES-

Atendiendo a la situación de emergencia sanitaria por la llegada al país del coronavirus (COVID-19) se ha resuelto que a partir del lunes 23 de marzo de 2020 y hasta nuevo aviso, los servicios de atención al público que se desarrollan en las oficinas del Instituto Nacional de Alimentación se brindarán a través del teléfono gratuito 0800 7263 y de ahí se coordinará e implementará el apoyo alimentario que corresponda.

- Se informa que quedan renovados todos los vencimientos del beneficio comedor mientras se extiende la emergencia sanitaria, los que continuarán recibiendo el apoyo en las modalidades que se les comunique.
- Los usuarios cuyas tarjetas TUS vengán a partir del día 01.03.2020 y mientras se extiende la emergencia sanitaria, quedarán renovados automáticamente hasta que termine la situación de emergencia.
- Las personas que requieran apoyo alimentario por no tener ingresos, estar desocupados, estar en situación de calle, tener alguna incapacidad o ser derivado de alguna otra institución, se les brindará el apoyo mediante la entrega de canasta de emergencia o en la modalidad que corresponda de acuerdo a la situación.
- Todos los trámites se realizarán a través del teléfono gratuito 0800 7263 y se realizará un plan de entrega para evitar aglomeraciones

Por más información, accede a: <https://www.gub.uy/ministerio-desarrollo-social/inicio>

Se duplica monto de la tarjeta Uruguay Social y canastas de alimentos

En el marco del Plan de Alimentación presentado por el Gobierno, se duplicará por única vez el monto de la tarjeta Uruguay Social. Se transferirá la primera mitad el 31 de marzo y el resto un mes después. La cantidad de alimentos destinados a los comedores municipales del interior del país y las canastas para las oficinas territoriales también serán duplicadas.

Por más información accede a:

<https://www.gub.uy/ministerio-desarrollo-social/comunicacion/noticias/gobierno-duplica-monto-tarjeta-uruguay-social-canastas-alimentos>

3.4 Ollas populares

Zona centro

- **CIUDAD VIEJA**

Días: Sábados y Domingos de 12 a 13

Dirección: Calle Pérez Castellano y Sarandí.

Teléfonos de contacto: 098141813 - 094 053 638

- **LA COMERCIAL.**

Dirección: Juan Paullier 2255 esq. Coquimbo frente a Jueves 5

Zona Oeste

- **COLÓN**

Días: Al mediodía y a las 18 hs.

Dirección: Garzón y Lanús, Plaza Colón, al lado del Chopicon.

Llevar tupper o vianda.

Dirección: Eduardo Raíz entre Carve y 19 de Junio.

Días: 12:30 hs, llevar vianda o tupper.

- **CERRO**

Dirección: Gibraltar 4246 bis esq. Japón

Días: A partir del sábado 28/3, a las 20 hs. Llevar vianda y cubiertos

Dirección: Grecia esq. Barcelona

- **CASABÓ**

Dirección: Senegal 3785 esq. Etiopía y calle 17 esq. Charcas.

Días: sábados y domingos. Salen los vecinos a distribuir desde plaza N° 10 a las 19 hs.

Contactos: 095 683 306 (María y José) y 096 833 949 (Hilda). 093 819 595

Dirección: Continuación Perú 2540 esq. Pasaje Solano.

Contacto: 092405789 - 096 557 454

- **NUEVO PARÍS**

Dirección: esquina comercial de Nuevo París - Carlos de la Vega y Turubí.

- **LA TEJA - Merienda solidaria**

Dirección: Rivera Indarte 4403 esq. Marmol

Se prioriza a niños/as y personas mayores

- **BARRIO JUNTOS - Canastas de alimentos para familias del barrio.**

Centro Cultural Totó y vecinos/as del barrio

Contacto: 097426604 - 098429757

- **LOS BULEVARES - Comisión Fomento Los Bulevares**

Contacto: Eduardo 097151643

- **PASO DE LA ARENA. LAS TORRES.** Viandas solidarias

Contacto: 093630612

Las viandas se entregarán en la cancha de la naranja mecánica de 18 a 19 hs.

- **JARDINES DE LAS TORRES**

Dirección: Costanera Parque Tomkinson 2414 esq. Camino Cibils y Los Plátanos.

Contacto: María del Carmen 091966116

Zona Este

- **PIEDRAS BLANCAS-** Merienda y olla popular.

Contacto: 092927150

- **MALVIN NORTE**

Contacto: 095425068 - 093301890 - 095628133

- **FLOR DE MAROÑAS**

Dirección: Club Flor de Maroñas

Días: Lunes a Viernes 20:30 hs. Sábados y domingos, a las 14 hs

Contacto: Luján – 097 098 032 Sara – 097 474 368 Gastón – 094 098 578

Accede al mapeo de ollas populares en el territorio:

<https://www.google.com/maps/d/u/0/viewer?mid=1mLq0Yu2HBBJ3aK3tBRAQOHfioFlaw1mh&hl=es&fbclid=IwAR00hRVNI55KFrIn9tmtjF4QclhRotfGf608xP8fqZvELHVz8UZryQL8nqE&ll=-34.82253123919259%2C-56.09455879999996&z=11>

Accede a más iniciativas populares del territorio:

<https://drive.google.com/file/d/1YFZdEgINMJmz0ZgltzFMhbtz0CKGb-gX/view?usp=drivesdk>

3.5 Recomendaciones sanitarias para la realización de ollas populares

Higiene personal y de utensilios, almacenamiento de productos, preparación y entrega de los alimentos, son algunos de los puntos claves de las recomendaciones elaboradas por el Ministerio de Salud Pública (MSP) y el Ministerio de Desarrollo Social (Mides).

Ante la realización de ollas populares en distintos puntos del país, debido a la emergencia sanitaria, el MSP y MIDES elaboraron una serie de recomendaciones higiénico sanitarias para la prevención de Covid-19 en entornos comunitarios.

El nuevo coronavirus (CoV-2) que causa la enfermedad por Coronavirus 2019 (COVID-19), se propaga de persona a persona a través de contactos cercanos (dentro de 1.5 a 2 mts), especialmente a través de gotitas respiratorias, o de fomites (cualquier objeto contaminado con patógenos, en este caso el virus), al llevarse los objetos a la boca.

La evidencia actual sugiere que el CoV-2 puede permanecer viable durante horas o días en superficies hechas de diversos materiales. El riesgo de transmisión depende de varios factores, los que incluyen la cantidad de virus que desprende un individuo afectado y el tiempo que permaneció esa persona en el entorno.

Las superficies que se tocan con las manos frecuentemente, son las que tienen mayor probabilidad de estar contaminadas. Estas incluyen pomos y picaportes de puertas, pasamanos, interruptores de luz, manijas de gabinetes y cajones, canillas, grifos, mesas, estantes, equipos electrónicos y electrodomésticos.

La ventilación y limpieza de superficies, seguidas de desinfección es la mejor práctica para la prevención de COVID-19 y otras enfermedades en entornos comunitarios.

Se adjuntan las recomendaciones higiénico sanitarias para la realización de ollas populares

Enlaces de descarga

- [Recomendaciones para la realización de ollas populares \(.pdf 91 KB\)](#)

3.6 Algunas claves en la alimentación para evitar riesgos

Para hacer frente a la situación actual en relación a la pandemia por COVID 19, **Montevideo Salud**, desde el **programa Nutrición**, de la **IdeM**, recomiendan algunas claves en el manejo cotidiano de los alimentos, para minimizar los riesgos.

1. Lavarse las manos correctamente varias veces al día especialmente en las siguientes situaciones:

- Al llegar a casa si tuvimos que salir por algo imprescindible.
- Antes de tocar alimentos ya cocidos o listos para comer.
- Después de: manipular o preparar alimentos crudos, tocar bolsas o paquetes que trajimos de afuera, manipular basura, limpiar la casa, fumar o manejar dinero.
- Después de: tocarse la cara, sonarse la nariz, estornudar, toser.



2. Se recomienda que una persona por familia sea la encargada de las compras y otra de cocinar (siempre que sea posible según el número de personas en el hogar).

Es un momento ideal para repartir tareas en casa, es importante que quien cocine y quien sirva las comidas sea el que esté menos expuesto y que no tenga síntomas (dolor de garganta, tos seca, fiebre, dificultad para respirar, resfrío, malestar).

3. Integrar a los niños en las tareas del hogar según su edad, por ejemplo tendiendo la mesa, leyendo la receta mientras cocinamos, así colaboramos entre todos.

Para minimizar riesgos, lo más recomendable es cocinar en casa, con ropa limpia con la que no hayamos salido y evitar pedir comidas realizadas fuera del hogar.

Hacer compras efectivas, sin comprar de más e intentando no olvidarse de alimentos básicos. La clave es la PLANIFICACIÓN:

Para limitar al máximo las salidas del hogar, conviene comprar una vez a la semana:

- Leche en polvo, ultrapasteurizada o larga vida que duran más, arroz, fideos, polenta, lentejas, porotos, harina, etc.
- Los enlatados, aunque son ricos en sodio, también son una buena opción (lentejas, porotos, atún, tomates), verificar que las latas no estén abolladas ni hinchadas y enjuagarlos para disminuir el aporte de sal.
- También productos congelados como vegetales o carnes. Para descongelar es recomendable pasarlos a la heladera un día antes de usarlos o directamente descongelarlos en donde se vayan a cocinar (al horno, hervidos, etc).

4. Lavar y desinfectar vegetales y frutas adecuadamente.

Lavarlos por arrastre, bajo el chorro de agua, frotando con las manos o cepillo para sacar tierra e impurezas. Una vez limpios desinfectar sumergiendo en agua con hipoclorito – 1 cucharadita por litro de agua o 1 cucharada en 5 litros. Dejar actuar 15 minutos y enjuagar bajo el chorro de agua nuevamente.

5. Antes de almacenar lo que compramos, lavar envases de alimentos. Es conveniente higienizar los envases o paquetes de los alimentos con agua y jabón, dado que es probable que este virus sobreviva más tiempo en las superficies, especialmente en los plásticos.

6. Evitar contaminación cruzada entre alimentos crudos y cocidos o con utensilios.

Separar los alimentos crudos de los cocidos y de los listos para consumir. Siempre lavarse las manos cuando pasamos de manipular un alimento crudo a uno cocido o que está listo para consumir. Es importante también utilizar tablas, cuchillos y utensilios diferentes para crudos y cocidos e HIGIENIZARLOS adecuadamente con agua y detergente, reservándolos en lugar limpio. No se recomienda compartir vasos, cubiertos, platos, sorbitos, bombillas.

7. Aquellos alimentos que se consumen cocidos, deben cocinarse completamente evitando partes crudas.

Cocinar totalmente huevos y carnes, evitando en estas últimas partes rosadas o rojas. Una vez cocidos, no dejar los alimentos más de 2 horas a temperatura ambiente y procurar que no estén en contacto con integrantes del hogar que tengan síntomas.

8. Almacenar los alimentos en lugares limpios y refrigerar lo antes posible aquellos que lo requieran. Siempre refrigerar lácteos (leche, yogur, quesos – higienizando los envases), huevos, carnes crudas, algunos vegetales y frutas - lavados y desinfectados previamente.

En el caso de algunos vegetales y tubérculos que no requieren refrigeración como zapallo, calabaza, papa, boniato, naranja, banana, conviene lavar bien las cáscaras bajo el chorro de agua con cepillo y almacenarlos en un lugar limpio.



escuela de
NUTRICIÓN



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY

Recomendaciones de la Escuela de Nutrición para el aprovisionamiento de alimentos en el marco de la situación sanitaria actual

La Escuela de Nutrición presenta algunas recomendaciones para mantener una alimentación saludable en el marco de la situación sanitaria actual. Si bien no es necesario realizar acopio de alimentos, se recomienda no salir a comprarlos diariamente. Es importante planificar semanalmente las comidas antes de ir de compras para evitar sobre stocks y optimizar el almacenamiento. **Se recuerda que la compra injustificada e innecesaria solo fomenta el desabastecimiento de toda la población.**



Frutas y vegetales:

Los vegetales de mayor duración son: zapallo, calabaza, papa, boniato y cebolla. Se recomienda conservarlos fuera de la heladera, en un lugar seco, sin exposición a luz solar.

Las demás verduras pueden guardarse en la heladera no más de 7 a 10 días, dependiendo de su grado de madurez.

Consumir frutas de estación como naranjas, bananas, manzanas y peras. Las naranjas y bananas pueden mantenerse fuera de la heladera. En el caso las manzanas y las peras es recomendable refrigerarlas en bolsas de nylon o en un recipiente plástico.



Productos lácteos:

Para facilitar la compra semanal adquirir leche larga vida, ultrapasteurizada o en polvo.



Carnes y huevos:

Las carnes crudas de vaca, pollo y cerdo, acondicionadas en envases cerrados, duran hasta cuatro días en la heladera. En el caso de colocarlas en el freezer, la vida útil se extiende de 3 a 6 meses. El pescado, es conveniente freezarlo, si no se utiliza el mismo día de la compra.

Se sugiere freezar las carnes en porciones, de acuerdo a cómo se utilizarán posteriormente.

Los huevos, es importante conservarlos en la heladera.



Alimentos no perecederos:

Tanto las leguminosas (lentejas, garbanzos, porotos) como los cereales (arroz, polenta, harina, fideos secos, quinoa) cuando se guardan en lugares secos, presentan mayor duración.

Los frutos secos y semillas tienen buen aporte energético y de nutrientes. El bajo contenido de agua, aumenta la vida útil de estos alimentos.

Los enlatados son una buena opción al momento de adquirir alimentos que no requieren refrigeración. Dado que estos productos tienen exceso de sal, se recomienda prestar atención a la información aportada en el etiquetado nutricional.

Alimentos congelados son un buen recurso en esta situación, principalmente si se piensa en vegetales o productos cárnicos en su estado natural (no procesados). Es recomendable descongelarlos en la heladera antes de ser utilizados en una comida y consumirlos en las 24 horas siguientes. Para mantener la calidad de estos alimentos se recomienda no volver a congelarlos, salvo que hayan pasado por una cocción (Ej: espinaca transformada en pascualina)

4. Información de interés vinculada al trabajo y al pago de tributos.

4.1 Ferias vecinales

La Intendencia de Montevideo decidió **limitar el funcionamiento de las ferias vecinales entre las 8:00 y las 12:00 hrs.** Entre las medidas dispuestas por la comuna y la Asociación de Feriantes, figura la **obligación de permanecer a dos metros un puesto de otro.** También se dispuso que **cada punto de venta tenga alcohol en gel** y que los **funcionarios de los mismos trabajen con tapaboca.**

En el caso de los puestos callejeros, tendrán que funcionar de 06.00 a 14.00 horas, debiendo realizar su desinstalación de forma inmediata una vez cumplido el horario establecido.

CUIDADOS EN LA HIGIENE

En cuanto a las condiciones higiénicas, los puestos tendrán que maximizar sus cuidados así como del transporte utilizado, las cajas, balanzas, canastos y utensilios. También tendrán que realizar la desinfección de las superficies cada vez que sea necesario y disponer de alcohol en gel o difusor para uso por el público.

DISPOSICIÓN DE RESIDUOS

El puesto callejero y sus entornos tendrán que contar con recipientes con bolsas de polietileno en su interior para depositar los residuos. No estará permitido que las bolsas se pongan en contacto con el cuerpo del personal.

CARTELERÍA

Los permisarios de los puestos deben colocar un número suficiente de carteles exhortando al público a no tocar los productos expuestos para la venta. Estos carteles tendrán que indicar precio y características de los productos, en forma bien visible, por medio de carteles anunciadores en cada sector.

SOBRE LA FERIA DE TRISTÁN NARVAJA

Para el caso de esta feria se estableció que los días domingos en la calle Tristán Narvaja, entre las avenidas 18 de Julio y Uruguay, solo se habilitará la venta de frutas, verduras y otros alimentos comprendidos en la canasta básica familiar.

QUIOSCOS RODANTES

Los permisarios de quioscos rodantes que vendan productos alimenticios tendrán que cumplir las condiciones higiénico - sanitarias de su local, vehículo y personal establecidas en la resolución.

Más información disponible en:

<http://municipioc.montevideo.gub.uy/funcionamiento-de-ferias-en-la-ciudad>

4.2 Algunas modificaciones en los pagos de tributos:

TRIBUTOS DOMICILIARIOS

Se suspende
su cobro en el
mes de abril

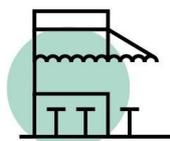


El monto se cobrará en dos cuotas en junio y agosto



PRECIOS POR ACTIVIDADES COMERCIALES Y DE SERVICIOS

Se suspende
su cobro en el
mes de abril
y mayo



CONTRIBUCIÓN INMOBILIARIA

Aplazamiento
del pago hasta
el 30 de abril



- **Tributos domiciliarios del bimestre marzo-abril:** se suspenderá su cobro en el mes de abril, difiriendo el pago en dos cuotas que se facturará junto a los bimestres con vencimiento en junio y agosto.
- **Precios por actividades comerciales y de servicios en el espacio público o propiedad de la IM:** se suspenderá su cobro por los meses de abril y mayo. Esta medida abarca a puestos de ferias, kioscos, concesiones o entarimado gastronómico.
- **Contribución inmobiliaria del mes de marzo:** Para aquellos inmuebles cuyo valor imponible (es decir valor real) no supera los \$ 2.000.000, el pago de contribución se podrá realizar hasta el 30 de abril.
- **Patente de rodados:** se definió prorrogar el vencimiento de la patente de rodados previsto para el 20 de marzo, hasta el 20 de abril de 2020.

Informate más en:

<https://montevideo.gub.uy/noticias/institucional/plan-de-medidas-de-alivio-financiero>

4.3 Extensión del plazo de régimen especial de subsidio por desempleo hasta el 31 de mayo

El Poder Ejecutivo, a través de resolución del Ministerio de Trabajo y Seguridad Social extiende el plazo del régimen especial del subsidio por desempleo hasta el 31 de mayo.

El monto de la prestación será el equivalente al 25% del promedio mensual de las remuneraciones nominales, percibidas en los seis meses anteriores a configurarse la situación que origina la solicitud del subsidio.

El subsidio parcial es opcional y no sustituye, en ningún caso, al subsidio por desempleo que estuviera rigiendo para los trabajadores, ya sea el régimen general, prórrogas u otros regímenes especiales.

Los formularios para solicitar el subsidio por desempleo parcial para trabajadores mensuales están disponibles desde el miércoles 25 de marzo en la página web del Banco de Previsión Social (BPS): www.bps.gub.uy.

Las solicitudes de subsidio por desempleo parcial que se soliciten hasta el 10 de abril de 2020, serán abonadas en la fecha que determine el BPS y posterior al 20 de abril de 2020

Por más información accede a:

- [Resolución del 20 de marzo - Ampliación del subsidio especial por desempleo](#)
- [Resolución del 18 de marzo - Creación del subsidio especial por desempleo](#)

4.4 Subsidio especial por desempleo parcial para trabajadores mensuales

El Poder Ejecutivo, a través del Ministerio de Trabajo y Seguridad Social, creó un régimen especial de subsidio por desempleo para trabajadores de la actividad privada afectados por la emergencia sanitaria debida al virus COVID-19.

¿Qué condiciones debe reunir los beneficiarios?

Este subsidio les corresponde a los trabajadores mensuales dependientes que se encuentran en una situación de suspensión parcial de actividades y en el marco del Decreto Ley 15.180, modificativas y concordantes.

Esta suspensión implica la reducción de seis días como mínimo en el mes de trabajo ya sea de días completos o del 50 % del horario habitual. La reducción debe producirse durante la vigencia de la resolución ministerial del 3 de abril de 2020, que rige desde el 1.º de abril y extiende el plazo de amparo al subsidio hasta el 31 de mayo.

El subsidio a percibir por el trabajador se calculará en base al 25 % del promedio mensual de las remuneraciones nominales computables percibidas en los seis meses inmediatos anteriores a configurarse la causal. Su cálculo será de forma proporcional a la cantidad de días de suspensión o reducción.

Por más información accede a:

<https://www.bps.gub.uy/16874/subsidio-especial-por-desempleo-parcial-para-trabajadores-mensuales.html>

4.5 Subsidio por enfermedad para trabajadores mayores de 65 años

El Banco de Previsión Social informa que se habilitará un nuevo mecanismo para que los beneficiarios mayores de 65 años puedan acceder al subsidio por enfermedad sin la intervención del prestador de salud. De este modo, se busca facilitar el trámite para los trabajadores comprendidos en esta franja etaria que deban permanecer aislados como parte de las medidas dispuestas para la prevención del COVID-19.

Los trabajadores en esta situación no deberán presentarse ante los prestadores de salud, ya que las empresas realizarán directamente el ingreso del período de amparo a través de un nuevo servicio en línea que estará disponible en el sitio web del organismo a partir del 16 de abril.

Es importante destacar que, en tanto no esté habilitada esta funcionalidad, no se perderá el derecho al cobro retroactivo del beneficio.

Para ampliar la información sobre esta prestación puede ingresar en [Subsidio por enfermedad](#) o acceder al link:

<https://www.bps.gub.uy/16958/subsidio-por-enfermedad-para-trabajadores-mayores-de-65-a-nos-CoronavirusCOVID19.html>

5. Nuevas medidas en el sistema de transporte metropolitano.

La Intendencia resolvió, en acuerdo con las empresas y los trabajadores del transporte, instrumentar una serie de nuevas medidas en relación al servicio de transporte público, en el marco de la situación de emergencia sanitaria.

- **Se comenzó a implementar una reducción de frecuencias en el transporte público de pasajeros.** Se dispuso que durante los fines de semana circule el 50 por ciento de las unidades que normalmente circulan los días domingos.
- **Se mantendrá sin modificaciones la red de servicios nocturnos.**
- **El boleto de una hora (60 minutos) pasará a tener una duración de hora y media (90 minutos),** ya que al haber menos servicios podrá ser menor la frecuencia en algunas líneas.
- Se exhorta a usuarias y usuarios del servicio de transporte público urbano a que consulten los horarios de las líneas en la **app Cómo Ir.**
- **A partir del lunes 13 de abril se establece el uso obligatorio de tapabocas.** Todos los funcionarios del transporte, como guardias y conductores, deberán utilizar tapabocas de forma obligatoria y también deberán hacerlo los usuarios. Las empresas de transporte ofrecerán mascarillas a quienes no puedan acceder a ellas.

Protocolo para el transporte público. En acuerdo con las empresas y las y los trabajadores del transporte, se resolvió implementar las siguientes acciones a bordo de las unidades:

- Extremar las medidas de higiene de las unidades.
- Ventilar las unidades en forma permanente.
- Las unidades equipadas con aire acondicionado no deben utilizarlo mientras duren estas medidas.
- Se debe contar con un mínimo de dos papeleras por coche, ubicadas en la puerta de ascenso y puertas de descenso.
- Uso de la tarjeta STM. Con la finalidad de limitar al máximo el uso de dinero en efectivo, debido a que es un factor importante de transmisión del virus, se exhorta a usuarias y usuarios a utilizar la tarjeta STM como medio de pago.
- Retiro de cortinas. Dada la imposibilidad de que se higienicen correctamente al finalizar cada recorrido, se debe proceder al retiro de la totalidad de las cortinas.
- Colocación de dispensadores de alcohol en gel.
- Capacidad de las unidades. Se está verificando una importante disminución de la cantidad de pasajeras/os en el sistema.
- Personal del ómnibus. Las empresas deben **extremar las condiciones** para una correcta **higiene personal** en el final de los recorridos. La Intendencia de Montevideo está realizando gestiones para tener **disponibilidad suficiente de tapabocas para uso del personal de plataforma y de los usuarios del servicio.**

Informate

más

en:

<https://montevideo.gub.uy/areas-tematicas/sistema-de-transporte-metropolitano>

<https://montevideo.gub.uy/noticias/movilidad-y-transporte/protocolo-para-el-transporte-publico>

6- Entretenimiento en tu hogar

- Programa de ocio en cuarentena

<https://drive.google.com/drive/u/0/folders/1dOiP5HsICT0RVDHy12kkoOnBWLjAxFMh>

- Cultura en casa

<https://www.gub.uy/ministerio-educacion-cultura/cultura-en-casa>



/CULTUBERS

LA NUEVA GENERACIÓN

DESDE EL 2 DE ABRIL / 18H
ENCUENTROS Y TALLERES
VIRTUALES SOBRE TEATRO,
DANZA, MÚSICA Y CINE.

TEATRO SOLÍS, UN TEATRO EN CASA.

MÁS INFO: MEDIACIONCULTURAL@TEATROSOLIS.ORG.UY

#DESDECASA

Montevideo Cultura | TEATRO SOLÍS

7.1 ANEXO A:

MIDES en territorio en período de contingencia por Emergencia Nacional

Relevamiento: Dto. Coordinación y Articulación Institucional

ACTUALIZACIÓN 24/03/20

Dirección
Nacional /
Instituto

Disposiciones para el Trabajo en Emergencia Nacional

SNIC

Se dispuso **cerrar transitoriamente al menos los centros diurnos para personas mayores, las casas comunitarias de cuidados y los centros para hijos de estudiantes**. Asimismo, se suspendieron las visitas para evaluación (baremo).

Se realizaron las comunicaciones correspondientes.

Desde UCC se encuentran habilitados a trabajar tod@s desde sus hogares por tanto, no se harán intervenciones en domicilio.

UCC

No se descontinúan los seguimientos, sino que cambiará la metodología de entrevista en domicilio y actividades que impliquen circulación por el barrio durante dos semanas.

El programa se encuentra en comunicación con las familias.

JER: Equipos trabajando desde sus domicilios. En comunicación con jóvenes.

INJU

RT e IMPULSA: INJU resolvió tele trabajo para estos equipos. Se adjuntan para cada caso los contactos por si surgen consultas.

Se suspendieron todas las actividades y eventos en territorio. Se está utilizando este tiempo para un trabajo más interno.

INMUJERES

SVBG: Se adjunta planilla de los Servicios de Atención a Mujeres en situación de VBG de todo el país, con los días y horarios de contingencia.

RT: Por el momento las referentes realizan tele trabajo

Denuncias: siempre se tomaron de forma presencial y no está previsto, por el momento, recibir denuncias telefónicas.

Situaciones de vulnerabilidad: se estará trabajando en una modalidad de consulta y asesoramiento telefónico, con guardias a través de los internos 5607 y 5608, además del celular 098069659 (siempre en horario de oficina).

INMAYORES Situaciones de violencia, se organizaron también **guardias de trabajo**, para generar asesoramiento, de **9 a 15hs, por el interno 5609**. Los **criterios** para derivar a este servicio son que la persona sea **mayor de 65 años, viva en Montevideo o zona metropolitana y esté viviendo una situación de violencia que no sea violencia de género** (en este caso, independientemente de la edad de la persona, se deriva a unidad de violencia basada en género).

CENATT continúa con atención realizando guardias y dando cobertura a todas las áreas.

Se procura incentivar las **consultas vía telefónica y evitar las presenciales. INT.: 5551/5550/5557**

Se evaluarán todas las solicitudes de AT que lleguen al correo decenatt@mides.gub.uy, pero el envío de las mismas está sujeto a las posibilidades del correo postal que manifestó reducir las mismas, por lo que se ha determinado dar prioridad a las solicitudes más urgentes.

PRONADIS REFERENTES: No hay resolución formal. Desde territorio se han ido comunicando las RT de PRONADIS y han tenido diferentes resoluciones:

Rocha: han reducido la frecuencia de trabajo en territorio. Las RT se turnan para ir de una a la OT. Compañeras de otros departamentos van a trabajar a distancia.

REHABILITACIÓN: Se suspendió la rehabilitación.

No se hace visita a hogares.

INTÉRPRETES LSU: Se entregó a las intérpretes dos celulares institucionales para seguir con el servicio del Centro de Intérpretes Virtuales (CIV).

La atención se organiza de la siguiente manera:

Luz de lunes a viernes de 10 a 13 en el celular

091 515 243

Florencia de lunes a viernes de 13 a 16 en el celular

091 513 234

Si concurren a las Oficinas Territoriales personas con discapacidad auditiva, pueden comunicarse por esas vías.

SE CUENTA ÚNICAMENTE COMO INFORMACIÓN OFICIAL LA QUE PROPORCIONA EL MENSAJE AUTOMÁTICO DEL 0800:

Si tu consulta es por vencimiento de tarjeta comedor: se informa que los vencimientos que se produzcan del 1º de marzo hasta que termine la emergencia sanitaria, serán renovados automáticamente, sin requerir ningún trámite.

INDA

2. Si perdiste la tarjeta del comedor: podrás retirar tu beneficio presentando la cédula de identidad

3. Otro tipo de trámite: no se realizará mientras perdure la emergencia sanitaria

SE ESTÁ A LA ESPERA DE COMUNICADO CON INFORMACIÓN OFICIAL AMPLIADA

**DNPSC –
DIV.
SOCIOEDUC
ATIVA**

Los/as referentes que se encuentran en territorio trabajan desde el hogar sin concurrir a las OT. Están con los teléfonos abiertos y en comunicación con la División.

INFORMACIÓN OFICIAL QUE PROPORCIONA EL MENSAJE AUTOMÁTICO DEL 0800:

DNPISV

Debido a la situación de emergencia sanitaria por la llegada del Coronavirus, el Ministerio de Desarrollo Social dispuso el aumento extraordinario del monto de la Tarjeta Uruguay Social. El monto, y a partir de cuándo estará disponible el aumento, será comunicado en los próximos días mediante un comunicado oficial.

Se informa desde el Programa que hasta hoy no se han recibido directivas que impliquen modificar las fechas de carga de TUS, por lo la carga continúa como hasta ahora.

SE ESPERA INFORMACIÓN OFICIAL AMPLIADA

CALLE: TODO EL PAÍS DERIVA AL 0800 CALLE

REFUGIOS: Se generarán lugares solo para usuarios en riesgo: mayores de 60 años o con enfermedades crónicas, inmunodeprimidos, etc.

CERCANÍAS: Equipos trabajando desde sus domicilios. En comunicación con las familias.

MONOTRIBUTO SOCIAL

Los Monotributistas sociales MIDES, podrán acceder a los beneficios que aportará BPS a las empresas unipersonales, pudiendo diferir el pago de los Monotributistas y los aportes de dueños y socios de sociedades personales, correspondiente a los meses de pago abril y mayo. El 60% de dichos aportes se abonarán en 6 cuotas a partir del mes de junio. El 40% restante será de cargo del Estado. También, como beneficio particular, podrán inactivar sus empresas vía la web de bps aquellos Monotributistas que aporten sin FONASA y reiniciar la actividad cuando sea el caso. Por información:

DINESIL

www.bps.gub.uy y en www.monotributo.mides.gub.uy

- Se suspende la obligatoriedad del pago de los créditos asumidos a través del MIDES a aquellos emprendimientos del Programa de Fortalecimiento a Emprendimientos Productivos y Redes de las ediciones 2018 y 2019 hasta junio de 2020. Los emprendedores/as no deben hacer ninguna gestión para acceder a este beneficio.

7.2 Anexo B

OLLAS POPULARES EN EL BARRIO

(Malvín Norte, Unión y Cruz de Carrasco)



Olla Popular Malvín Norte: ¡A este virus lo mata la solidaridad!

Salón comunal CH INVE 16 A (Calle 121 esq. Iguá).
Reciben colaboraciones de lunes a jueves de 11 a 17.
Alimentos no perecederos, verduras, carne, pan, productos de limpieza, pañales.
Contacto: 093301890 - 095628133 - 096483619.



Olla Popular Boix y Merino

Calle 2, 2240.
Reciben donaciones todos los días de 9.30 a 19.00 en Menorca 1905.
Contacto: 094889164 - 095578924.



Olla Popular La Cantera

En Ciudad de Azul e Hipólito e Yrigoyen.
Se sirve cena en el entorno de las 19.00 y 20.00.
Se reciben donaciones de alimentos no perecederos.
Contacto: 094618148 - 094160529 - 095636657.



Olla Popular Berro

Enrique Chiancone esq. Roberto Berro.
Sábados y domingos a partir de las 20.00 (llevar recipiente).
Para colaborar comunicarse con:
Contacto: 096205657 - 092630371.



Olla Popular Club de Estudiantes de la Unión

Cabrera esquina Pernas.
La Olla funciona martes, jueves y sábados a las 20.00hs.
Reciben donaciones martes y sábados a partir de las 13.00.
Contacto: 094460660.



Olla Popular La Cruz de Carrasco

Bolivia y Cno. Carrasco.
Almuerzo los sábados a las 12.00 (llevar recipiente y cubiertos).
Se reciben donaciones de alimentos no perecederos y verduras.
Para anotarse: 098238589, para hacer donaciones: 090102799



Gratiferia Solidadria (Intercambio solidario de alimentos y artículos de higiene)

Proxima gratiferia será el sábado 4/4 de 12 a 16hs en el Centro Cultural Malvín Norte.
Organiza: Mercado Popular de Subsistencia y el Centro Cultural Malvín Norte.
Se reciben donaciones sobre todo de productos de higiene los días jueves 2/4
y viernes 3/4 de 12 a 16hs en el Centro Cultural. Contacto: 99061497

DONACIONES RED SOLIDARIA BARRIO LAVALLEJA

TEATRO DEL BARRIO

MARTES Y JUEVES
12 A 14 HS
17:30 A 19:30 HS
SÁBADO, 16 HS

**AV DE LAS INSTRUCCIONES,
ESQ. SILVA**

COOPERATIVA TACUABÉ

**CLEMENCEAU 937, ESQ.
CAYETANO SILVA**
COORDINA AL:
099057783 / 093967875

**AV. DE LAS INSTRUCCIONES 1200 A
APTO 2.**

12 A 17 HS
COORDINA AL:
099 709 823

RETIRAMOS TU DONACIÓN

COORDINA AL:
098 865 307 (FLORENCIA)
094 357 002 (HUGO)



OLLA POPULAR

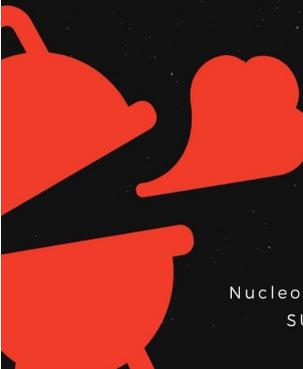
ALIANZA Y CONGRESO DE AVALOS

CUANDO
Todos los sábados y domingos
hora 13

QUE NECESITAMOS
Todos los aportes son bienvenidos
Comercios de la zona, donaciones de vecinos y vecinas, donaciones de organizaciones sociales.
Todas son muy importantes!

CONTACTOS
092 980 493
096 605 650

ORGANIZA
Mujeres del Oeste
Núcleo sindical CAPI Los Teritos
SUINAU-COFE-PITCNT



VECINOS SOLIDARIOS DE LA UNIÓN
De ésta, salimos juntos!

Olla Popular

MIÉRCOLES 1° DE ABRIL

Te esperamos en el "Almacén de Quique" a las 20.00hs
en Villagrán esquina Morelli.

Traé tu tupper y llévate tu vianda si realmente lo necesitas.



MAESTRAS FEMINISTAS RECIBIMOS Y RECOLECTAMOS DONACIONES

PAÑALES
FRAZADAS
TOALLAS HIGIÉNICAS
PRODUCTOS DE HIGIENE PERSONAL
ALIMENTOS NO PERECEDEROS
PRODUCTOS DE LIMPIEZA
ROPA DE ABRIGO

EN APOYO A:
- Mesa de Trabajo
sobre Mujeres
Privadas de Libertad
- O.Tra.S

CONTACTOS:
Bárbara 099 951 050
Irene 099 821 950
Maru 098 550 787



OLLA POPULAR

EN MONTEVIDEO AL SUR

PARAGUAY 1150 ESQUINA MALDONADO

PRÓXIMO MIÉRCOLES PRIMERO DE ABRIL

20:00 HS

(TRAER VIANDA O TUPPER)

SE RECIBEN DONACIONES DE ALIMENTOS NO PERECEDEROS
LUNES 30 Y MARTES 31 DE MARZO EN PARAGUAY 1150
CONTACTO 09922848


Montevideo al Sur
EST. 1930



OLLA POPULAR Y SOLIDARIA

DOMINGO 5 DE ABRIL

PLAZA JUAN RAMÓN GÓMEZ (DURAZNO Y MINAS).

@ollas.populares.montevideo

PARA COLABORAR / REALIZAR DONACIONES:

-CUENTA ABITAB NRO 109484: " OLLAS POPULARES PALERMO CORDÓN SUR".

-SANTANDER CAJA DE AHORRO PESOS SUCURSAL: 84 CUENTA: 001201579798 ANTONIO RUCHEY

- 098678117 - 09993256

COMISIÓN FOMENTO LOMAS PRIMERA

SE RECIBEN DONACIONES DE ALIMENTOS Y PRODUCTOS DE LIMPIEZA.

SE INTENTARÁ BRINDAR APOYO A LAS FAMILIAS DE LOMAS DE SOLYMAR AFECTADAS ECONOMICAMENTE POR LA EMERGENCIA SANITARIA. ESTAMOS TRABAJANDO EN COORDINACIÓN CON OTRAS ORGANIZACIONES DE LA ZONA PARA OPTIMIZAR RECURSOS. LO QUE NO SEA ENTREGADO DIRECTAMENTE A FAMILIAS DE LOMAS SE DERIVARÁ A OTRAS ORGANIZACIONES O AL MUNICIPIO.

COMUNICARSE A LOS SIGUIENTES
NUMEROS PARA DONAR:

091 287 215
099 689 549

COMISIÓN FOMENTO

LOMAS
de Solymar

CRUZ DEL SUR ENTRE DOROTEO G.LAGOS
Y AMELIA RAMIREZ

COMISIÓN FOMENTO LOMAS PRIMERA

COMUNICADO PARA LAS FAMILIAS DE LOMAS DE SOLYMAR AFECTADAS ECONOMICAMENTE POR LA EMERGENCIA SANITARIA:

INICIAMOS LA CONSTRUCCIÓN DE UN REGISTRO DE VECINOS/AS QUE NECESITEN ASISTENCIA ALIMENTICIA, CON EL FIN DE BRINDAR APOYO DIRECTO Y/O COMPARTIR INFORMACIÓN DE OTROS CENTROS DE ASISTENCIA

ENVIAR NOMBRE Y APELLIDO A UNO DE LOS
SIGUIENTES TELÉFONOS VÍA WHATSAPP O SMS:

091 287 215
099 689 549

COMISIÓN FOMENTO

LOMAS
de Solymar

CRUZ DEL SUR ENTRE DOROTEO G.LAGOS Y
AMELIA RAMIREZ

OLLA POPULAR
BARRIO SAYAGO
ARIEL Y LA VIA
(FRENTE AL CLUB SAYAGO)
PORQUE TODO SE PUEDE
ARRIMATE VOS TAMBIEN
POR DONACIONES: **BEATRIZ**
096 806 888
TODOS LOS DIAS
13:00 HS

OLLA POPULAR EN VERDISOL
En Salón Comunal Verdisol (Atrás del CAIF)
lunes a viernes 20:00hs.
sábados y domingos 17:30hs.
(merienda)
Por donaciones comunicate al: **092 625 384 - Martín -**
Tu colaboración es de mucha ayuda.

Canastas solidarias para mujeres y trans en situación de prostitución

(ENTREGAMOS EN MONTEVIDEO)



Necesitamos donaciones de alimentos no perecederos, artículos de limpieza y de higiene personal



Si querés donar te esperamos

LUNES de 11:00 a 14:00hs

JUEVES de 15:00 a 18:00hs

en Maldonado 1162 (SES) - Montevideo



Si no podés trasladarte a nuestro punto, COMUNICATE al **091 740 494** o en Instagram **@barriosolidarios**, avisando que la donación es para **Dónde están nuestras gurisas**.

Si estás en esta situación y necesitas una canasta comunicate con nosotras a través de:

f dónde están nuestras gurisas **@** dondestan_uy



Club Atlético Atenas.
Cebollatí 1434
esq. Santiago de Chile.

Olla popular
Reus al Sur
barrio Palermo

LUNES,
MARTES,
JUEVES Y
VIERNES.
19 a 20hs

¡IMPORTANTE!
TRAER RECIPIENTE PARA LLEVAR
LA VIANDA



RED SOLIDARIA DE ESCUELAS

FAMILIAS Y ESCUELA UNIDAS EN COMUNIDAD SOLIDARIA.

¿QUIÉNES SOMOS?

Somos familias de las **Escuelas Públicas de los barrios, Pocitos, Buceo, Parque Batlle y Punta Carretas.**

Solicitamos colaboración para armar canastas para entregar a familias de nuestras escuelas que lo necesitan.

¿QUÉ NECESITAMOS?

- ALIMENTOS NO PERECEROS: Fideos, arroz, polenta, pulpa de tomate, aceite, enlatados, condimentos, sal. Azúcar, Cocoa, leche en polvo.
- ARTÍCULOS DE HIGIENE: Agua Jane, detergente, papel higiénico, jabón. Artículos de higiene personal.

RECEPCIONAMOS DONACIONES EN:

Club Atlético Bohemios
Gabriel Pereira N° 3025
Lunes a viernes de 12 a 18 hs.

APOYAN:

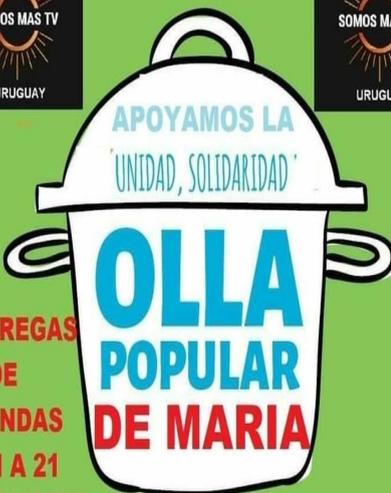


#DeEstaSalimosEntreTodos

DIFUSION



SOMOS MÁS TV
URUGUAY



DIFUSION



SOMOS MÁS TV
URUGUAY

ENTREGAS DE VIANDAS DE MARIA

19 H A 21

TODOS LOS DIAS

VIRREY ELIO 4764

Frente a la cancha del deportivo uruguayo
BARRIO ITUIZANGO CURVA DE MAROÑA
Por donaciones y colaboraciones
092007566 091733177 mar11emi@outlook.com

CONTRA EL HAMBRE Y LA EMERGENCIA POPULAR

OLLA SINDICAL POPULAR Y SOLIDARIA



EN EL SUATT
CLEMENTE CÉSAR 2291
ESQ. SAN MARTÍN

CON ENTREGA DE VIANDAS ELABORADAS BAJO UN ESTRICTO CONTROL SANITARIO.

CONSULTA Y COLABORACIÓN
elsuatt@gmail.com

INICIO MIERCOLES 25/3 DESDE 13HS



OLLA POPULAR Y SOLIDARIA

PLAZA JUAN RAMON GOMEZ (DURAZNO Y MINAS)

18:30 HRS.

 @ollas.populares.montevideo



PARA COLABORAR/ REALIZAR DONACIONES:
CUENTA ABITAB NRO 109484: "OLLAS POPULARES PALERMO CORDÓN SUR".
-SANTANDER CAJA DE AHORRO PESOS
SUCURSAL: 84 CUENTA: 001201579798
ANTONIO RUCHEY
098678117- 099932566

DONACIONES:
CANELONES 1609, ESQUINA LORENZO CARNELLI.