



SOBRE RECURSOS

ALIMENTACIÓN

COMEDOR SOCIAL HIJAS DE LA CARIDAD. PROGRAMA INTEGRAL VICENTE DE PAÚL.

91 446 47 39
Dirección: Paseo General Martínez Campos, No 18
No es necesaria tarjeta

COMEDOR SOCIAL SANTA PONTIFICIA Y REAL HERMANDAD DEL REFUGIO

91 522 00 70
Dirección: Calle Corredera Baja de San Pablo, 16
No es necesaria tarjeta

CENTRO SANTIAGO MASARNAU

91 470 13 50
Calle Serafín de Asís, No 7-A,
apertura de expediente

MISIONERAS DEL SANTO SACRAMENTO

91 308 05 09
Calle Esquinza, No 29
Únicamente personas inscritas.

SIN ACCESO DIRECTO

COMEDOR SOCIAL LUZ CASANOVA

91 445 41 69
Calle José Marañón, 15-E
Únicamente personas inscritas.

COMEDOR DE PLAZA ELÍPTICA

91 469 59 98
Calle San Filiberto, 2
Sin acceso directo.

COMEDOR SANTA ISABEL

91 447 92 92
Calle Galileo, 14
Sin acceso directo

COMEDOR DE LA CALLE CANARIAS

91 535 93 30
Calle Canarias 5
sin acceso directo.

SIN OTRAS AYUDAS

CRUZ ROJA 2

91 360 96 67/ 91 360 96 67
Personas sin recursos pero que puedan desplazarse

CRUZ ROJA 1

ursbasicappsur@cruzroja.es
Personas que no puedan salir de casa

ALUCINOS CON RED DE APOYO SAN FERMÍN

690072074 /607724603

Servicio de TUPPER. sin ayuda SS

RED DE CUIDADOS BARRIOS

<https://dinamizatucaurentena.wordpress.com/2020/03/25/listado-de-las-redes-de-solidaridad-y-apoyo-de-los-distritos-y-barrios-de-madrid/>



SOBRE RECURSOS

FARMACIAS

Farmacia Emília Bautista Martín Plaza Asambleas, 10, 28041 Madrid 913 41 20 15 REPARTO A DOMICILIO

Farmacia Trébol Orcasitas Calle de Guetaria, 70, 28041 Madrid 913 41 48 24 NO REPARTO

Farmacia Orcasitas Calle de Guetaria, 84, 28041 Madrid 913 41 72 00 NO REPARTO
RECEPCIONA MASCARAS DE BUCEO

Farmacia Irene Rivas Chacón Calle Ordicia, 17, 28041 Madrid 913 41 36 71 NO REPARTO

Farmacia-Ortopedia 12Horas Lda. Izaskun Giron Larrea Calle Deva, 7, 28041 Madrid 913 41 44 01 NO REPARTO

Farmacia María Teresa Manresa Logroño Calle Gran Avenida, 29, 28041 Madrid 913 41 20 05 NO REPARTO

Farmacia Mari Luz Sierra Martin. CHIQUIFARMA Calle del Simca, 8, 28041 Madrid 913 41 17 15 NO REPARTO
RECEPCIONA MASCARAS DE BUCEO

Farmacia Isabel de Toro Calle Villabona, 2, 28041 Madrid 913 41 52 57
No, salvo casos muy concretos

Farmacia Calle Gran Avenida, 5, 28041 Madrid

Izaskun Girón Larrea Calle Deva, 83, 28041 Madrid 913 41 44 01

Morell Baladrón María Josefa Plaza Promesas, 2, local, 28041 Madrid

COMERCIOS

Alimentación Ecobel Calle Gran Avenida, 23, 28041 Madrid 913 41 13 55 NO REPARTO

El granero Calle del Simca 8, Local 5, 28041 Madrid 674 73 51 79 NO REPARTO

FRUTAS Y VERDURAS DEVA Calle Deva, 80, 28041 Madrid 626 53 96 74 / 698427800 SI POR LA TARDE

Mercadona Mercado de Orcasitas, Calle Villabona, 2, 28041 Madrid 917 46 36 80

Alonso Cueva Pescadería Calle Villabona, 2, puesto 4, 28041 Madrid 913 41 67 30 SI, CASOS EXCEPCIONALES

Frutas Guiller Calle Villabona, 2, 28041 Madrid 913 41 44 68 SI, CASOS EXCEPCIONALES

José Javier Torres Higuera Charcuteria Calle Villabona, 2, 28041 Madrid 913 41 33 70 SI, CASOS EXCEPCIONALES

Angel Gigorro Díaz Carnicería Calle Villabona, 2, 28041 Madrid SI, CASOS EXCEPCIONALES

Conchi y Juanjo Charcutería Calle Gran Avenida, 28041 Madrid 913178228 Sí, con repartidor desde poblado hasta orcasur



SOBRE RECURSOS

APOYO PSICOLOGICO

SERVICIO DE ESCUCHA ACTIVA DE CÁRITAS

616 41 48 39

Acompañamiento durante la crisis

ATENCIÓN PSICOLÓGICA DE LA CAM

900 124 365.

ATENCIÓN PSICOLÓGICA DE MINISTERIO DE SANIDAD

91 700 79 89: Familiares de enfermos o fallecidos
91 700 79 90: Profesionales que trabajan directamente
91 700 79 88: Resto de la población

APOYO PSICOLÓGICO DE ACCIÓN FAMILIAR

91 446 10 11 ext 1

unifam@accionfamiliar.org

APOYO PERSONAS MAYORES

ACOMPANIAMIENTO "ADOPTA UN ABUELO"

91 949 01 11

Horario 10-14/15-19 h de lunes a viernes

ACOMPANIAMIENTO TELEFÓNICO A MAYORES

665 148 361

www.fundacionaliciayguillermo.com

APOYO COMPAÑÍA "GRANDES AMIGOS"

91 359 93 05

voluntarios@grandesamigos.org

MESA DEL MAYOR USERA

mesademayoresusera@gmail.com

OTROS RECURSOS DE APOYO

ACOMPANIAMIENTO "AQUI ALGUIEN TE ESCUCHA" GASPAR DEL BÚFALO

91 467 7 112 / 606134815

Escucha personal de 30 minutos

DUELO POR PERSONAS FALLECIDAS

ayudaduelocopm@cop.es

por causa decovid-19

APOYO Y CUIDADOS (GRUPO ONLINE)

678587972

ecuidana@gmail.com

M 17 a 17:40

APOYO EMOCIONAL Y ESCUCHA EMPÁTICA.

644677646

comunicacionnoviolenta@gmail.com

SOBRE RECURSOS

RED DE RECURSOS

AYUDA PARA LA COMPRA, BAJAR LA BASURA, LA MASCOTA, MEDICINAS...BANCO DE ALIMENTOS BARRIALES

RED DE CUIDADOS ALMENDRALES

697 265 057 HELENA

RED DE CUIDADOS PRADOLONGO

699 221 812 VALERIE

RED DE CUIDADOS ORCASITAS

684 432 706 VERÓNICA

RED DE CUIDADOS ORCASUR

616 144 609 NIEVES

RED DE CUIDADOS MOSCARDÓ

634 904 313 / 691 539 318

RED DE CUIDADOS SAN FERMÍN

690 072 074 BARBARA

RED DE CUIDADOS ZOFÍO

607 683 115

OTROS RECURSOS RECURSOS

AYUDA A FAMILIAS
PERCEPTORAS DE RMI CON
PRECIO REDUCIDO EN
COMEDOR ESCOLAR

<https://www.telepizza.es/info/menu-beca-comedor-comunidad-madrid>

<https://www.rodilla.es/comedores-escolares-rodilla>

BANCOS DE ALIMENTOS
INFANTILES

644 743 070

CÁRITAS

VICARIA: 91 751 07 51.

Zona Sur.
Cáritas Vicaría V

vicaria5@caritasmadrid.org

91 467 77 21

C.P.: 05/12/21/26/41/45



SOBRE RECURSOS

RECURSOS DE EMPLEO

ASPA

91 188 03 36

Funcionan vía teléfono

SEPE

sepe.es

No hay atención presencial

OFICINAS DE EMPLEO CAM

www.comunidad.madrid/servicios/empleo

AGENCIA DE EMPLEO

www.aemadrid.es

Formación
aeformacion@madrid.es

agenciadecolocacion@madrid.es

ASESORIAS LABORALES

ASESORÍA JURÍDICA TRABAJADORAS DEL HOGAR

www.interdependientes.org/contact

ATENCIÓN LABORAL CCOO

900 301 001

ATENCIÓN LABORAL RUGE Y UGT

669 763 172

SERVICIO DE ACERCAMIENTO A LOS RECURSOS MUNICIPALES DE EMPLEO

[619 144 487](tel:619144487) (Alvaro) Usera

OTRAS ASESORIAS

SERVICIO ORIENTACIÓN JURÍDICA DEL COLEGIO DE ABOGADOS (SOJ)

900 814 815

OFICINAS DE EXTRANJERÍA

914625480-664595902

oficinainmigracion@madrid.es

ASESORIA DE CONVIVENCIA

601600894 / 601 600 891 / 687 490 315

Servicio de mediación comunitaria

SERVICIO ORIENTACIÓN JURÍDICA DEL COLEGIO DE ABOGADOS (SOJ)

900 814 815



SOBRE RECURSOS

RECURSOS SOCIALES

SERVICIOS SOCIALES USERA

91 565 60 20/21

csssanfiliberto@madrid.es

SAMUR SOCIAL

112

91 480 20 20 : sin hogar
IFEMA

AYTO DE MADRID

010

CAF 3

caf-3@madrid.es

CAD

608 749 699

Educador Adicciones

CENTROS DE ATENCIÓN A LA INFANCIA (CAIS)

91 777 18 22

C/ Luis Buñuel 12
cai4@madrid.es

SERVICIO DE DINAMIZACIÓN VECINAL USERA

Debido a las recomendaciones sanitarias del Ayuntamiento de Madrid el Servicio de Dinamización Vecinal comenzamos a teletrabajar. Seguiremos con nuestras atenciones, asesorías, resolviendo dudas y atendiendo al barrio.



684432706 SDV ORCASITAS

684 43 27 00 SDV ALMENDRALES

690 07 20 74 SDV SAN FERMÍN



<https://dinamizatuarentena.wordpress.com/>



SOBRE RECURSOS

RECURSOS DE SALUD

CENTRO DE SALUD ORCASITAS

91 341 72 66

CMSC

91 460 98 50

91 460 72 00

Atención postcoital, demanda de información sobre IVE y ITS, vacunación infantil hasta los 15 meses incluidos, y asesoría a profesionales sobre el control de la infección por Coronavirus

MÉDICOS DEL MUNDO

Sol Martinez
91 315 60 94
608 471 591

Atención a personas con dificultad de acceso a la sanidad

HOSPITAL IFEMA

91 722 30 00

Atención Pediátrica Urgente

H. Infantil U. del Niño Jesús

MÉDICOS DEL MUNDO

Sol Martinez
91 315 60 94
608 471 591

Atención a personas con dificultad de acceso a la sanidad

RECURSOS DE GÉNERO Y MUJER

ESPACIO DE IGUALDAD BERTA CACERES

91 588 17 18
juanadona1@madrid.es

ESPACIO DE IGUALDAD BERTA CACERES

91 480 57
bertacaceres3@madrid.es

ATENCIÓN A MUJERES VICTIMA DE VIOLENCIA MACHISTA

016

SERVICIO DE EMERGENCIA VIOLENCIA DE GÉNERO

900 222 100

savg24@madrid.es

OBSERVATORIO REGIONAL DE VIOLENCIA DE GÉNERO

91 472 20 01

Puntomunicipalop2@madrid.es

SITUACIÓN DE TRATA O EXPLOTACIÓN SEXUAL

900 105 090



SOBRE RECURSOS

EDUCACIÓN

UNIVERSITARIOS CONTRA LA PANDEMIA

<https://universitarioscontralapandemia.es>

EL COLE EN CASA PARA PEQUES DE 3 A 5 AÑOS

<https://www.rtve.es/infantil/>

APRENDER DESDE CASA

<https://www.patapato.es/#/web/articulo/44?mostrarVolver=true>

APLICACIÓN COLE PRIMARIA

<http://www.academons.com/>

LA RUECA

601 600 891
687 490 315

cursos formación

CRUZ ROJA FORMACIÓN

<https://www2.cruzroja.es/formate>

CURSOS MADRID SALUD

<http://www.madridsalud.es/serviciopad/aula-profesional/>

APLICACIÓN COLE PRIMARIA

<http://www.academons.com/>



SOBRE RECURSOS

OCIO

DINAMIZA TU CUARENTENA

<https://dinamizatuarentena.wordpress.com/category/ocio-y-cultura/>

FESTIVAL DERECHOS HUMANOS

Todos los días a las 19 h

BIBLIOTECA DIGITAL MUNDIAL

www.wdl.org/es/

LIBROS GRATUITOS EN AMAZON

MUSICA

YOMEQUEDOENCASAFESTIVAL

FILARMÓNICA DE BERLÍN

ÓPERA

Las retransmisiones tendrán lugar a las 19:30 horas cada tarde

Dinamización infantil

PARTICIPACIÓN INFANTIL- JUVENIL

CONEXIÓN JUVENTUD

<https://trello.com/b/RqvDXn1q/conectajuventud20/calendar/2020/03>

PARTICIPACIÓN INFANTOJUVENIL

690273173 Alba

QUEDA.T

678 047 662

OIJ

689 27 83 63

M, X y J de 12 a 14 y
x de 16 a 19,30 h