



TARRACO²⁵





ARA T'ESCOLTO!

Programa d'escolta activa i
suport als malestars emocionals
per a adolescents i joves

Programa d'escolta activa i suport als malestars emocionals per a adolescents i joves d'entre 16 i 30 anys.

S'ofereix un espai d'atenció individual i confidencial; un espai de confiança on les persones joves podran conversar sobre els temes que vulguin, expressar què pensen i com se senten en cada moment. Qualsevol dubte, preocupació, malestar o inquietud podrà ser exposat. Alhora, es proporcionaran les eines necessàries per donar-hi resposta.

Dades de contacte:

Tel. 671 350 671

Informació:

www.tarragonajove.org/aratescolto



Associació Comunitària de Salut
Sexual del Camp de Tarragona

Informació i assessorament en sexualitats i salut sexual, VIH i altres infeccions de transmissió sexual.

PROJECTES

Preservat: atenció a persones treballadores del sexe, amb especial incidència en les dones.

Assexoratest: servei de prova ràpida del VIH i la sífilis (amb cita prèvia). Resultats en 20 minuts.

Grup de suport emocional: grup de suport per a homes gais, bi i HSH (homes que practiquen sexe amb altres homes) que conviuen amb el VIH.

Dades de contacte:

Tel. 665 640 435 / Cita prèvia al 622 020 297
sstarragona@gmail.com

Informació:

<http://www.assexoratgn.org>



associació
contra el càncer
a Tarragona

Entitat sense ànim de lucre, declarada d'utilitat i interès públic, constituïda a Tarragona l'any 1959.

La seva missió principal és la lluita contra el càncer: lidera l'esforç de la societat per disminuir l'impacte causat per aquesta malaltia i finança projectes de recerca oncològica d'impacte.

Ofereixen atenció psicològica per a pacients i familiars, fisioteràpia adreçada a pacients, nutrició, logopèdia, orientació jurídica, atenció social (servei d'acompanyament, estètica oncològica, material ortoprotèsic, etc.), i activitats de prevenció i promoció de la salut obertes a tota la ciutadania.

Dades de contacte:

Tel. 900 100 036 / tarragona@contraelcancer.es

Instagram: [@contraelcancer.tarragona](https://www.instagram.com/contraelcancer.tarragona)

Horari: de dilluns a divendres, de 8 h a 14 h;
de dilluns a dijous, de 15 h a 18 h

Ubicació: Av. Roma, 6 (42005 Tarragona)



ADAT

Associació de Dones Africanes de Tarragona

Associació Dones Africanes de Tarragona
– AMAT/ADAT

Associació de dones africanes que treballa per la integració de la dona africana en la societat catalana. Lluita contra la violència vers les dones, la mutilació genital, i els matrimonis forçats i infantils. Proporciona ajuda per gestionar qualsevol classe de tràmits a persones immigrants.

Dades de contacte:

Tel. 674 485 598

associaciondemujerestarragona@gmail.com

Instagram: [@asociaciodedonesafricanes](https://www.instagram.com/asociaciodedonesafricanes)

Horari:

Dimarts, de 16 h a 18 h; dimecres, de 17 h a 19 h;
dijous, de 9 h a 12 h



Associació de Dones Gitanes i Feministes Nous Camins

Ofereix ajuda enfocada a les ètnies minoritàries, sobretot a l'ètnia gitana.

L'objectiu de l'associació és poder ajudar al màxim de persones possibles. Ofereix acompanyament jurídic, classes de guitarra i de cant, repàs, xerrades feministes... Tot és totalment gratuït, per ajudar a impulsar el barri.

Dades de contacte:

Tel. 650 564 164

asoc.nouscamins@gmail.com

Instagram: @associacio_nous_camins

Facebook: Associació de Dones Feministes
Nous Camins

Ubicació: C. Falset, 7 (43006 Tarragona)



Associació de Dones Jubilades i Pensionistes de Tarragona

Associació de dones grans que té la finalitat d'aconseguir la unitat i la solidaritat entre les dones, la promoció dels seus interessos, la defensa dels seus drets i la qualitat de vida.

Promou tota mena d'activitats; fomenta el voluntariat i l'ajuda mútua; organitza trobades, seminaris, fòrums i jornades temàtiques, així com activitats conjuntes amb altres entitats de dones de Catalunya, nacionals i internacionals.

Dades de contacte:

Tel. 629 289 466

mariarosallurba@hotmail.com

Ubicació:

C. Adrià, 4, baixos (43004 Tarragona)



Associació de Gent Gran, Jubilats i
Pensionistes de Pere Martell

Foment i defensa dels drets cívics, socials i
de la persona.

Dades de contacte:

Tel. 977 215 514

Ubicació: C. Pere Martell, 39, baixos
(43005 Tarragona)



HEROÏNES ANÒNIMES

L'associació Heroïnes Anònimes neix amb el propòsit de visibilitzar les dones del Camp de Tarragona i les Terres de l'Ebre a través de diversos projectes i les xarxes socials.

Ofereix suport i empoderament a dones supervivents de violències masclistes, a més d'organitzar activitats i tallers per a dones. La seu de l'associació, Ca la Conxita, és un espai segur on les dones poden trobar suport i crear xarxes de suport mutu.

Dades de contacte:

Tel. 626 039 832

info@heroinesanonimes.com

Instagram: @heroinesanonimes

Facebook: Heroinesanonimes

www.heroinesanonimes.org

Ubicació: C. Lepanto, 21 (43202 Reus)



Ariadna

associació juvenil cultural

L'Associació Juvenil Cultural Ariadna és una associació sense ànim de lucre.

El projecte La Plaça Verda vol facilitar l'apoderament econòmic, emocional i comunitari de les dones immigrants, ajudant-les a millorar la comunicació i l'autonomia lingüística (cursos d'alfabetització i educació bàsica), oferint acompanyament legal i emocional (servei d'atenció individualitzada i un grup d'ajuda mútua) i millorant el vincle de les dones immigrants amb la comunitat ja existent al barri per contrarestar l'aïllament social derivat del fet migratori.

Dades de contacte:

Tel. 613 245 059 / www.associacioariadna.cat

sokaina@associacioariadna.cat

Instagram: [@associacioariadna](https://www.instagram.com/associacioariadna)

Ubicació:

Casal d'Entitats. Av. Sant Salvador, 114
(43130 Tarragona)



Logos

Transformem el discurs social



Associació Logos Projectes Socials

Logos és una associació sense ànim de lucre que treballa per la inserció sociolaboral dels col·lectius en risc del Camp de Tarragona, i està formada per diferents professionals.

Ofereix als usuaris acompanyament i assessorament en problemes causats per la bretxa digital, com ara omplir i tramitar documentació, i imparteix tallers i cursos formatius amb l'elaboració d'un pla de treball individual. És un servei totalment gratuït, i la persona és acompanyada en tot moment per un tècnic. Es du a terme els dimarts i dijous, de 17.30 h a 20 h.

Dades de contacte:

Tel. 630 461 560 / 639 347 995

977 615 723

info@logostgn.cat / tecnic@logostgn.cat

Facebook: LOGOS-projectes-socials

www.logostgn.cat

Ubicació:

C. Nou de Santa Tecla, 13 (43004 Tarragona)



L'Associació Ment i Salut La Muralla va néixer l'any 1998 com una decisió entre persones en primera persona, familiars i treballadors.

Inserció sociocomunitària de les persones amb problemes de salut mental i les seves famílies per lluitar contra l'estigma, sensibilitzar i normalitzar un problema de salut mental. Ofereix serveis com el club social, l'hort terapèutic / granja escola, els grups de dones i salut mental, el servei de suport a domicili, pisos tutelats, l'espai Situa't i molts més.

Dades de contacte:

Tel. 977 227 656/ www.clubsociallamuralla.com

Instagram: @associaciolamuralla
info@clubsociallamuralla.com

Ubicació:

C. Sant Miquel, 16, baixos (43004 Tarragona)



Associació per la Recerca i Acció Social

Vincle promou la inclusió social i residencial de persones i col·lectius en risc, des del seu hàbitat social i amb compromís amb els processos de conscienciació, millora, empoderament i desenvolupament comunitari per tal de contribuir a la igualtat de drets i construir una societat més justa, solidària i cohesionada.

Projectes d'atenció multidimensional a partir d'accions de capacitació emocional, formativa, comunitària i d'apoderament. Aborda múltiples àmbits de la vida de les dones, com la formació, la salut emocional i física, la digitalització, el reconeixement de la feina de cures i la relació amb la comunitat.

Dades de contacte:

Tel. 608 603 561 / naviles@vincle.org
www.vincle.org / Instagram: @assocvincle

Ubicació:

C. Riu Ter, bloc 4, escala 14, local 21
(43006 Tarragona)



Quilòmetre Zero és entitat sense ànim de lucre que vol construir oportunitats mitjançant el voluntariat, la mentoria i la innovació social.

Ofereix mentoria socioeducativa, acompanyament a infants en l'etapa de transició de primària a secundària, mentoria social, acompanyament a joves tutelats i extutelats en els seus processos d'emancipació, acompanyament a la regularització administrativa de persones d'origen migrant en situacions de vulnerabilitat social i econòmica, i assessorament i formació a institucions i organitzacions en temes relacionats amb la mentoria social i socioeducativa.

Dades de contacte:

Tel. 601 496 129 / www.quilometrezero.cat
associacio@quilometrezero.cat

Ubicació:

Via de l'Imperi Romà, 11 (43003 Tarragona)



La UI de CCOO Tarragona forma part de la Comissió Obrera Nacional de Catalunya.

El moviment sindicalista és de classe i nacional, considera que l'associació de les persones treballadores és imprescindible per defensar adequadament els interessos econòmics, laborals i socials, i contribuir a una societat que sigui més justa, democràtica i participativa.

Ofereix assessorament laboral, servei de Portes Violetes i acompanyament a víctimes de violència masclista.

Dades de contacte:

Tel. 977 228 396 / TARRAGONA1@CCOO.cat
www.ccoo.cat/tarragona/contacta

Horari:

De dilluns a divendres, de 8.30 h a 14.30 h,
i de 15.30 h a 19 h

Ubicació:

C. August, 48, 1r (43003 Tarragona)

Associació
Do de Pit



Do de Pit - Associació de Suport a la Lactància Materna. Suport de mare a mare des del 1997.

Ofereix un espai de reunions setmanals els divendres del curs escolar a la tarda.
Assessorament sobre maternitat, lactància i conciliació, i tallers bimensuals.

Dades de contacte:

Tel. 606 226 983

dodepittarragona@gmail.com

dodepittarragona.wordpress.com

Instagram: @dodepit

Facebook: Do de Pit

Ubicació: CAP Rambla Nova.

Pl. Imperial Tàrraco, 7 (43005 Tarragona)



El patio de mi casa

“El patio de mi casa” és un espai on l’art, la cultura i la comunitat es donen forma per transformar realitats.

Ofereix acompanyament a artistes i col·lectius socials i culturals en el seu desenvolupament per teixir projectes comunitaris significatius, connectant-los amb oportunitats que promouen la creativitat, el benestar i l’impacte social. On la inspiració es converteix en acció!

Dades de contacte:

Tel. 616 397 270

www.elpatiodemicasa.info

Instagram: @noedelpatio

YouTube: @elpatiodemicasa3250



La Fundació Musol (1998) desenvolupa projectes de cooperació al desenvolupament a Llatinoamèrica, Ucraïna i Àfrica, així com de sensibilització per tota la geografia espanyola i europea. La igualtat de gènere i l'erradicació de violències masclistes és un dels seus principals eixos de treball en tots els seus projectes.

Organitza activitats de sensibilització en format de tallers, jornades, ponències, etc., sobre diferents temàtiques globals (igualtat de gènere, erradicació de les violències masclistes, sensibilització sobre ODS) des de l'àmbit comunitari dirigides tant a infants com a adults.

Dades de contacte:

Tel. 963 817 509

catalunya@musol.org / www.musol.org

Instagram: [@fundacion_musol](https://www.instagram.com/fundacion_musol)



Fundació Privada En Xarxa

La Fundació Privada En Xarxa és una entitat del tercer sector sense afany de lucre que es dedica a la gestió participativa de projectes educatius. Fa vint anys que acompanya les persones en el seu desenvolupament.

La missió és introduir elements de qualitat i fomentar la transformació personal i social a través de l'educació, amb projectes com llars d'infants, menjadors escolars, casals d'estiu, centres oberts, colònies, punts liles, gent gran activa, teatre social i un llarg etcètera.

Dades de contacte:

Tel. 977 226 923

www.enxarxa.cat / info@enxarxa.cat

Instagram: @fundacioenxarxa

Facebook: Fundaciopenxarxa

Ubicació: Av. Catalunya, 47-49, baixos,
local B (43002 Tarragona)

Horari: de dilluns a divendres, de 8 h a 13 h



La Fundació GENTIS vetlla per garantir els drets i les oportunitats de les persones tenint en compte els seus interessos, necessitats i desitjos.

La intervenció es fonamenta en la lluita per la igualtat d'oportunitats per a tota la població, gràcies a la participació en el món laboral i l'accés a la formació.

Treballa amb col·lectius vulnerables fent orientació i inserció laboral, formació i prospecció a empreses, i oferint serveis especialitzats en la millora de l'ocupabilitat i el desenvolupament competencial, emocional i social des de l'acció comunitària, la formació, el mentoratge i l'orientació sociolaboral.

Dades de contacte:

Tel. 977 096 930

www.gentis.org / rvirigili@gentis.org

Instagram: @fundacio_gentis

Facebook: fundació_gentis

Ubicació: C. Joaquina de Vedruna, 12
(43003 Tarragona)



H2o, Col·lectiu LGBTIQ+ del Camp de Tarragona, és una entitat sense ànim de lucre que lluita, des de fa més de 26 anys, pels drets i per la plena igualtat social del col·lectiu homosexual, bisexual, trans*, intersexual i d'altres dissidències de gènere al nostre país.

Ofereix atenció en l'àmbit de la salut jove (sexualitats, drogues, parella, LGBT, VIH i altres ITS); atenció, acollida i acompanyament a persones LGBTIQ+ i les seves famílies; actes de sensibilització de la comunitat LGBTIQ+; tallers i formacions en l'àmbit de les sexualitats, el gènere, les relacions afectives i la perspectiva LGBTIQ+.

Dades de contacte:

Tel. 623 066 112

www.h2o.cat / atencio.h2o@gmail.com

Instagram: @h2o_lgtbi

Ubicació: C. Martí Napolità, 7 (43201 Reus)



Icaria - Acció Socioeducativa SCCL és una consultoria d'innovació social formada per un equip de dones líders amb àmplia experiència en projectes transformadors.

Treballen per generar canvis positius en quatre àrees clau: joventut, cultura, comunitat i feminisme. Ajuden a diagnosticar necessitats, dissenyar solucions i avaluar l'impacte de projectes que transformen la societat. Ofereix serveis a ens locals, organitzacions i comunitats.

Dades de contacte:

Tel. 656 485 228

info@icariacoop.cat

www.icariacoop.cat/ca/icaria

Instagram: @icaria_coop

Ubicació: C. Doctor Vilaseca, 20 (43202 Reus)



El projecte Ocell de Foc busca donar acompanyament emocional a joves d'entre 16 i 30 anys, i guiar-los en la inserció laboral i acadèmica. També organitza jornades, xerrades i tallers en l'àmbit de la salut mental.

Ofereix als joves un espai on fer xarxa, informar-se dels recursos i les oportunitats del territori, exposar les seves idees i crear una comunitat, així com donar resposta a les necessitats derivades de l'atur juvenil i de l'abandonament prematur dels estudis a través del suport a les entitats socials de territori.

Dades de contacte:

Tel. 636 256 394

tarragones@ocelldefoctac.org

Instagram: @ocelldefoctac

Ubicació: Oficina Jove Tarragona.

Pl. Imperial Tàrraco, 1 (43005 Tarragona)

Horari: dimarts i dijous, de 16.30 h a 19 h



El Punt Lila i Arc Iris és un servei municipal de prevenció i atenció vers les conductes sexistes.

És un espai de referència que, de manera mòbil i itinerant, recorre Tarragona per informar, assessorar sobre les violències masclistes i LGTBIQ+fòbiques, i acompanyar les persones que n'hagin estat víctimes. Vetlla per la prevenció i l'atenció envers les conductes sexistes, i atén situacions d'assetjament sexual i/o LGTBIQ+, d'abús sexual i d'agressió sexual.

Dades de contacte:

Tel. 664 223 259

puntlilaiarciris@tarragona.cat

Ubicació: Pl. de la Font, 1 (43003 Tarragona)



EL QUIOSQUET

El Quiosquet és un espai de dinamització, prevenció i oci per a la ciutadania impulsat per la Conselleria de Feminismes i LGTBI+.

El seu objectiu és millorar l'atenció i orientació al voltant de la prevenció de consums, la reducció de riscos i la prevenció de l'assetjament i la violència masclista, així com la vinculació de la població amb el seu entorn i comunitat.

Les entitats de la ciutat també poden utilitzar aquest espai amb sol·licitud prèvia i d'acord amb els criteris d'ús establerts, amb la supervisió dels equips responsables de la gestió de l'espai.

Dades de contacte:

quiosquet@tarragona.cat

Instagram: @quiosquet

Horari:

Dilluns, dimecres i divendres a la tarda

Ubicació:

Rbla. Nova, 84 (43003 Tarragona)



El SAI Tarragona - Servei d'Atenció Integral a les Diversitats Sexuals i de Gèneres de Tarragona ofereix suport social, informació i atenció psicològica i jurídica.

El SAI ofereix atenció directa i individualitzada gratuïta en un espai de confidencialitat, amb els objectius principals següents: informació, orientació i assessorament sobre els drets de les persones LGTBIQ+ i el seu exercici; detecció, atenció o derivació a serveis especialitzats en situacions de discriminació per raó d'identitat, orientació i expressió de gènere.

Dades de contacte:

Tel. 617 445 948

sai@tarragona.cat

Instagram: @sai.tarragona

Ubicació: Pl. Imperial Tàrraco, 1
(43005 Tarragona). Antiga Facultat de Lletres

Horari d'atenció: dilluns i dimecres, de 9 h a 14 h; dilluns a la tarda, amb cita prèvia



SERVEI
D'INFORMACIÓ
I ATENCIÓ
A LES DONES

El SIAD és el Servei d'Informació i Atenció a les Dones, un espai d'orientació i assessorament en relació amb qualsevol aspecte de la vida de les dones.

Ofereix informació, orientació i assessorament sobre els drets de les dones i el seu exercici; assessorament jurídic; suport psicològic; detecció i derivació als serveis especialitzats en l'atenció de situacions de violència; suport al teixit associatiu femení en la realització d'accions que visualitzin les aportacions de les dones, i activitats, cursos i xerrades sobre temes d'interès per a les dones.

Dades de contacte:

Tel. 977 296 279 / 677 930 221 (WhatsApp)

siad@tarragona.cat

Instagram: @siadtarragona

Ubicació: Ajuntament de Tarragona.

Pl. de la Font, 1, planta baixa

(43003 Tarragona)



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

Servei d'Intervenció Especialitzada (SIE)

El Servei d'Intervenció Especialitzada (SIE) en víctimes de la violència masclista a Tarragona és un servei públic del Departament d'Igualtat i Feminismes de la Generalitat de Catalunya, gestionat per FSC des de l'abril de 2009.

Ofereix atenció integral i recursos per al procés de recuperació de les dones que han patit o pateixen situacions de violència masclista, i també a les seves filles i fills.

L'objectiu principal és oferir informació, atenció i recuperació a aquestes persones, així com potenciar programes específics de prevenció, assistència i sensibilització comunitària.

Dades de contacte:

Tel. 977 920 406

bustia.sietarragona@gencat.cat

Ubicació: Av. Catalunya, 56
(43002 Tarragona)



SOAF

Servei d'Orientació
i Acompanyament
a les Famílies

Servei de caràcter universal dirigit a totes les famílies. Orienta sobre qüestions relacionades amb l'educació dels fills i filles.

El SOAF és un espai per parlar amb calma i confiança de les relacions familiars. La quotidianitat i l'educació dels fills i filles, sovint, generen molts interrogants i preguntes. El SOAF ens pot orientar i ajudar a trobar-hi respostes. Els canvis i les incerteses en les famílies, de vegades, requereixen l'acompanyament de professionals especialitzats.

Dades de contacte:

Tel. 627 625 539

soaf@tarragona.cat

Ubicació: Pl. Prim, 6



TERMA, Assoc. Dones Separades i Divorciades de Tarragona

TERMA, Associació de Dones Separades i Divorciades de Tarragona.

Ofereix acompanyament a dones que han estat o estan en el procés de separació o divorci. Per tal de donar resposta a les seves necessitats, ho fan en tots els àmbits: legal, laboral i, especialment, psicoemocional. Acompanyen dones víctimes de violència masclista i vicària.

Dades de contacte:

Tel. 611 038 374

www.terma.cat

terma.tgn@gmail.com

Instagram: @terma.tgn

La **UGT de Catalunya** és un sindicat de classe, d'orientació socialista, plural, feminista, autònom i nacional, que conforma l'esquerra social –sense que això comporti necessàriament una adscripció partidista– i que utilitza la concertació social des del principi de la lluita de classes com a mètode d'avenç per millorar les condicions de treball i de vida dels treballadors i les treballadores.

Ofereix assessoria a la gent immigrada, la Xarxa d'Atenció al Treballador/a (XAT), assessorament laboral, formació, l'Oficina de Prevenció de Riscos Laborals, el Servei d'Informació Social (SIS), habitatge social, servei lingüístic, etc.

Dades de contacte:

Tel. 977 213 131

comunicacio@tarragona.ugt.org

www.ugtcatalunya.cat/tarragona

Instagram: @ugttarragona

Ubicació: C. Icart, 11, 1r (43003 Tarragona)

