

CONTENIDO TEXTUAL DE LOS NUCLEOS TEMATICOS DE LA FUTURA WEB: GUIA E (Guía de egreso virtual)

EJES

TRABAJO

VIVIENDA

SALUD

EDUCACION

ECONOMIA

DERECHOS: LABORALES (LEYES) y de LOS NIÑOS

DENUNCIAS * telefonos

TRABAJO

1. Como prepararse para una Entrevista de Trabajo!

- Preparar tu curriculum

C.V

<p>I - Datos Personales Nombre y Apellido Dirección Estado Civil Fecha de nacimiento <u>Nacionalidad</u> Teléfono particular Teléfono celular Correo electrónico</p>	<table border="1"><tr><td data-bbox="758 1222 967 1390">FOTO</td></tr><tr><td data-bbox="758 1390 967 1486"></td></tr></table> <p>Recomendamos una foto que no tenga gorra, ni piercings, que sea lo mas seria posible.</p>	FOTO	
FOTO			
<p>II - Estudios cursados 1 - Universitario: Aclaración incompleto- en curso- año/cantidad de materias 2 - Terciario: Instituto- Título- Año 3 - Secundario: Escuela-Título-Año 4 – Primaria Escuela Titulo- Año</p>			

III - Cursos de Perfeccionamiento 1 Tipo de Curso - Descripción Instituto- tiempo de duración- Año 2 Tipo de Curso - Descripción Instituto- tiempo de duración- Año	
IV - Trayectoria laboral 1 - Nombre de empresa: (desde xx hasta xx) Descripción..... Responsabilidad..... Función..... 2 - Idem 1 (nombre de empresa etc.) V - Otros Conocimientos 1 Descripción de instituto- Tipo de curso VI – Deportes que practicas\ Hobbies	

Algunos consejos para el momento de la entrevista:

- ✓ La puntualidad es fundamental, se recomienda llegar a horario y si ocurre algún, lo ideal es llamar para comunicarlo y en todo caso pactar una nueva entrevista.
- ✓ Recuerden que este momento es clave para la selección, prepárense con tiempo
- ✓ Tu Curriculum es tú carta de presentación, es la primera impresión sobre tu persona. Ármalo con sinceridad destacando tus cualidades más importantes. No se recomienda mentir pero tampoco decir TODA la verdad. Tenés que “vender” lo mejor posible.
- ✓ Es importante tener siempre un curriculum actualizado en tu computadora, uno nunca sabe cuando lo van a llamar para una entrevista.
- ✓ Existen diferentes maneras de armar un curriculum, pero todos coinciden en la información que deben tener. Sé creativo y personalízalo para cada ocasión. Que tu CV siempre se adapte a la entrevista que vas a tener. Ej: Si vas a una entrevista en donde toman técnicos en computación, tu CV no debería focalizarse en tu experiencia en peluquería.

✓ En el momento de la entrevista es importante no perder la concentración... Por ejemplo: No bajar la mirada hacia el entrevistador, no jugar con los dedos, no masticar chicle.

✓ Te recomendamos no tener nada en los bolsillos y el celu apagado.

2. Buscar trabajo: como encontrar trabajo incluso mientras estas en la escuela (mayor de 16 años)

a. Hacer correr la bola:

1. Hablar con compañeros de la escuela y/o amigos, familiares para ver si conocen algún empleador que sea flexible con los horarios y acepte jóvenes mayores de 16 si fuese el caso.

2. Utilizar las redes sociales: Estos instrumentos son siempre mas masivos y por lo general uno tiende a entablar relaciones cercanas con gente en algunas redes, los cuales te podrían facilitar alguna información u oportunidad.

Ex: Delivery y mozos en restaurantes y cafés, repartiendo volantes, cortar el pasto, albañil, vendedor ambulante, baño y peluquería canina, cuidador de un puesto de flores, peón de mudanzas, cadete.

Experiencias personales?

“ Tenía 18 años y estaba en 5º año de la secundaria y por medio de una compañera conseguí para volantear en una pizzería cerca del cole”

“A mis 18 años estudiaba 1º año en adultos nocturno, durante el día vendía películas”

“Tenia 16 años, fui a buscar laburo con una compañera que tenia del colegio, caminamos tiramos curriculum y enganche en una pizzería de camarera”

Consejos

Por empezar engánchate en lo primero que te salga sin dejar de estudiar, después te acomodas.

“Te recomiendo trabajar en MC DONALDS que te deja mucho aprendizaje. Trabajé tomando gente en CyA y me pedían curriculums de chicos/as que hubieran trabajado en Mc DONALDS” (Yamila).

“He estado en Mc Donalds y en cine pero particularmente no es muy Buena experiencia” (Javier)

b. Poner el cuerpo: Ir a locales cerca de la escuela o el hogar que pidan gente y llenar el formulario.

Experiencias personales?

“En un sobre un par de Curriculum y a caminar por la zona. Comprate el Clarín el domingo o metete en internet computrabajo.com – bumeran.com – lazos.com – doncel.com....”

Consejos: Si buscas trabajo a temprana edad, te recomendamos prestar atención en la calle. Muchos locales suelen colocar carteles en búsqueda de personal. Aunque no coincida tu edad o los requisitos con lo que vos podés ofrecer, tirate el lance. El NO ya lo tenés.

Hacer presentación espontaneo en todos los cafés, puestos de diarios y pizzerías que se te puedan presentar en las zonas aledañas de tu hogar o casa.

Es aconsejable acercarse a lugares como voluntario, capaz que después terminas siendo empleado. De última, ganaste experiencia en algo que te puede servir. Ej: Comunicación, soltura, trabajo en equipo, etc.

c. Búsqueda Frenética: Fijate en las grandes cadenas para ver la oferta laboral y los requisitos.

Mc Donalds

<http://www.mcdonalds.com.ar/#/NPC%253AEmpleoA%25233>

Burger King

<http://www.burgerking.com.ar/>

Walmart

<http://walmart.trabajando.com/index.cfm>

Easy

<http://www.easy.com.ar/easy/site/Easy/Institucional/>

Sodimac

<http://www.sodimac.com.ar/rrhh.aspx>

Carrefour

<http://www.carrefour.com.ar/salir-e-ir-a-rrhh>

Coto

<http://www.coto.com.ar/>

Jumbo

<http://www.jumbo.bumeran.com.ar/aplicantes/home.ngmf>

Correo argentino

<http://www.correoargentino.bumeran.com.ar/aplicantes/home.ngmf>

Hoyts

<http://www.hoyts.com.ar/rrhh.php>

Hoyts (y otros trabajos) te pide llenar un formulario online que entre otras cosas te pide el CUIL. Si aún no lo tenes acá esta la info de cómo obtenerlo:

<http://www.anses.gob.ar/trabajadores-actividad/cuil.php>

Cómo obtener la Constancia

La constancia de CUIL se puede solicitar a través de distintas vías, todas igualmente válidas por lo que no necesitará ningún trámite posterior:

- accediendo al aplicativo correspondiente de la Autopista de Servicios desde aquí
- por teléfono a través del número gratuito 130, recibiendo posteriormente las credenciales por correo,
- presentándose en una sucursal del Anses,
- pasa por un ciber que también puedes pedir constancia de CUIL, o en los hospitales que están habilitadas las computadoras del Anses

d. Otras páginas de búsqueda de empleos:

Ejemplos:

a. www.computrabajo.com.ar

Es Buena, constantemente te llegan ofertas laborales una vez que cargas tu curriculum. Hay buenas ofertas de cadetes, peones, empleados.

"Yo entré a trabajar por computrabajo como ayudante de cocina eventual. Gané experiencia en el rubro gracias a eso".

b. www.zonajobs.com.ar

Buena, de características similares a computrabajo.

c. www.empleos.amia.org.ar

Pareciera que no tiene mucha oferta pero te llaman.

"Un amigo mío que solo tenía secundario completo subió su CV y recibió 6 llamadas para concretar entrevistas en un solo día".

d. www.adecco.com.ar

Las ofertas de trabajo en general poseen el requisito de secundario pero chequear igual.

e. www.bolsadetrabajo.com

f. www.empleos.clarin.com

No es la más recomendada pero puedes encontrar algo.

Tiene una oferta demasiado variada en cuanto a requisitos y ubicación.

g. <http://generacionba.trabajando.com/>

h. En los clasificados del diario en papel también se puede encontrar algo. Hay que buscar bien.

3. Subsidios y planes de empleo

1. Programa Jóvenes con más y mejor trabajo. Gobierno Nacional.

Objetivos:

El Programa Jóvenes con Más y Mejor Trabajo es una iniciativa del Ministerio de

Trabajo, Empleo y Seguridad Social de la Nación Argentina, que comenzó en el año 2008 y está dirigido a jóvenes:

- Que tengan entre 18 y 24 años.
- Que no hayan finalizado el colegio primario y/o el secundario.
- Que no estén trabajando en blanco.
- Que no estén cobrando ningún otro Programa o Plan nacional o provincial, incluida la Asignación Universal por Hijo.

¿Cuánto y cómo se cobra por estar en el Programa?

- Por estar participando de cualquier prestación recibirán un incentivo de \$450 mensuales, los cuales se cobran en el Banco Nación entre los días 20 y el 30 de cada mes, a través del cajero automático.
- Cuando finalizan un año en el colegio y presentan el certificado de aprobación, recibirán un premio de \$600 más un premio a la permanencia de \$300 cuando no hayan abandonado luego del mes de Julio.
- Al finalizar un Curso de Formación y presentar el certificado de aprobación del mismo, recibirán un premio de entre \$150 y \$900 según la duración del curso (\$150 por cada mes de curso, con un máximo de \$900).
- Por estar realizando una Práctica Calificantes en una empresa, reciben mensualmente los \$250 de incentivo por parte de la empresa, más \$500 por parte del Programa, sumando un monto mensual de hasta \$750.
- Durante la formación en Micro emprendimiento también recibirán el incentivo de \$150 más una inversión inicial cuando se haya aprobado el proyecto de negocio presentado (\$6.000 por única vez).

¿Cómo hacer para participar en el programa?

Los jóvenes interesados en participar del Programa, deberán solicitar una entrevista en la Oficina de Empleo Municipal correspondiente a su domicilio de residencia.

En la Oficina de Empleo Municipal, deberán presentarse con:

DNI (actualizado a los 16 años de edad), y la constancia de CUIL.

Un orientador entrevistará a los jóvenes interesados para ampliar la información sobre el Programa y se completará o actualizará su historia laboral. Finalizado este registro, ambas partes firmarán un convenio de adhesión al Programa Jóvenes con Más y Mejor Trabajo que se remitirá, para su validación, a las Gerencias de Empleo y Capacitación Laboral del MTEySS.

<http://www.trabajo.gov.ar/jovenes/>

2. **Seguro de desempleo:**

De qué se trata

- El monto del Seguro equivale al 50% de la mejor remuneración en los seis meses anteriores al despido, no pudiendo ser inferior a los \$250 ni superior a los \$400.
- Durante el primer período, el trabajador percibe el 100% del monto, durante el segundo cuatrimestre el 85% y durante el tercero el 70%.
- El tiempo durante el cual se cobra el seguro está en relación con el tiempo efectivamente trabajado y contribuido al Sistema de Seguridad Social - Fondo Nacional de Empleo -, en los 3 años previos al cese o despido.
- No se cuentan las Asignaciones Familiares; éstas se suman a la cuota básica.

A quiénes está dirigido

Asalariados desocupados incluidos en la Ley N° 20.744 de Contrato de Trabajo y trabajadores del Régimen de la Construcción (Ley N° 22.250).

Beneficios que otorga

- Mensualmente se cobra una suma equivalente a 50% de la mejor remuneración en los seis meses anteriores al despido, no pudiendo ser inferior a los \$250 ni superior a \$400: Ese monto va bajando a medida que transcurre el tiempo.
- Cobertura médico asistencial.
- Pago de asignaciones familiares.
- Reconocimiento de la antigüedad a efectos previsionales.
- Orientación laboral o apoyo en la búsqueda de empleo en cualquier Oficina de Empleo.
- Una de las modalidades es la de Pago Unico: destinado a los beneficiarios del Seguro por Desempleo de todo el país que tengan la primera cuota liquidada y que le resten al menos 3 por liquidar, permite obtener en un sólo pago el doble de las cuotas que reste cobrar, más las asignaciones familiares, si correspondieran.

<http://www.trabajo.gov.ar/planesyprogramas/listado/>

Experiencia personal: "El tramite es rápido y fácil...te piden el ultimo recibo de liquidación final y el DNI....me lo dieron por 4 meses por mi antigüedad de 18 meses"...(Yamila)

4. Facilitadores y Referentes:

Representan aquellas organizaciones o empresas sociales que llevan adelante proyectos productivos, con la finalidad de generar o conseguir fuentes de trabajo para los jóvenes de sectores más vulnerables.

1. Doncel

<http://doncel.org.ar/>

Te enseña como armarte tu CV, te orienta en todo, te enseña a buscar trabajo por los medios indicados anteriormente, como prepararte para una futura entrevista y un trabajo. Una herramienta muy completa. Doncel se caracteriza por ayudar a jóvenes en etapa de egreso de hogares.

Experiencia personal y consejos:

HACER DONCEL!! 100% Recomendable!

2. Fundación Puente

<http://www.fundses.org.ar/programas.html>

Básicamente te becan cuando estas interesado en estudiar algún terciario o universitario y no tenes muchos recursos podes entrar a concursar por esta beca.

Experiencia personal y consejos:

Si estas en junio de 2011 y el año que viene quieres estudiar terciario o universitario asesórate de las bases e inscribite.

3. Manpower

http://www.manpower.com.ar/quienes_somos.asp

Esta organización es una agencia que te consigue trabajo. Vás, llenás un CV y tenés una entrevista formal de trabajo. Mediante ello, te pueden conseguir trabajo. A su vez, te capacitan.

Experiencia personal y consejos:

“Personalmente, me sirvió para tener una primera experiencia en el área de las entrevistas formales de trabajo. Ellos trabajan también junto a Doncel para lograr estos objetivos”

“Trabaje para la empresa haciendo una promoción, luego se termino el tiempo de las promociones y después conseguí tener una entrevista en la sucursal de banking y entre para trabajar temporariamente como pagadora, empecé a suplantar a la recepcionista, llamar gente para entrevistar”

4. Reconstruyendo Lazos

http://www.buenosaires.gov.ar/areas/des_social/niniez_adolescencia/fortalecimiento/lazos.php?menu_id=24411

Esta organización básicamente inserta pibes de 16 a 21 años en situación de calle u hogar Te capacita en un oficio o al menos un área en empresas recuperadas, sociales o cooperativas.

Te dan un lapso de 6 meses en el cual te abonan un monto de \$550 por mes y luego finaliza el mismo.

Experiencia personal y consejos:

Tomarlo si quieres para empezar a ganar experiencia en algún lado o sos menos de 18 años.

Educación

1. Capacitarte, incluso mientras estas en la escuela. Educación No Formal.

a. Centros de Formación profesional: Cursos y talleres de educación no formal.

La Dirección Operativa de Educación y Trabajo, dependiente del Ministerio de Educación, a través de la Coordinación de Educación No Formal, se propone desarrollar instancias de integración social y formar a las personas para desempeñarse en el mundo del trabajo.

Para ello desarrollamos cursos y talleres de formación laboral, teniendo en cuenta las necesidades de reconversión productiva y laboral.

Los cursos y talleres son:

- de carácter gratuito,
- abiertos a la comunidad en general,
- de corta duración
- horarios vespertinos, inscripción anual/cuatrimstral
- sin requisitos previos de formación.

Se dictan en los Centros de Educación No Formal, los cuales funcionan en:

- 1) escuelas primarias,
- 2) organizaciones gubernamentales, y
- 3) organizaciones de la comunidad.

Determinados centros y actividades atienden prioritariamente población vulnerable y personas con discapacidad.

Para inscribirse, debe acercarse al centro con su documento de identidad.

Las temáticas de los cursos están orientados a:

- a) la capacitación laboral,
- b) la formación artística y la expresión, y
- c) actividades culturales y de integración socioeducativa.

1.¿Dónde y en qué horario se realiza los talleres y cursos?

http://www.buenosaires.gov.ar/areas/educacion/niveles/no_formal/centros.php?menu_id=11798

2.¿Quién puede efectuarlo?

No poseen requisitos de admisión

3. ¿Qué se necesita para realizarlo?

Sólo se necesita presentar un documento de identidad.

4 ¿Qué costo tiene?

Los cursos y talleres de Educación no formal son gratuitos.

ORGANISMO RESPONSABLE

Departamento de Educación No formal

Dirección: Esmeralda 55. 5º Piso

Horarios de atención: Lunes a viernes de 10 a 17 hs.

Tel.: 4339-1837

E-mail: cenf@buenosaires.edu.ar

Web:

www.buenosaires.gov.ar/areas/educacion/niveles/no_formal/?menu_id=11793

Recomendación de Cursos:

Capacitación laboral de Manpower, computación, comis de cocina, panadería industrial, chef profesional, seguridad e higiene, bromatología, francés, sushi, etc. La informática pisa muy fuerte hoy en día. Los idiomas también.

Consejos: Los cursos RINDEN. Ayudan bastante. Son esenciales para la vida cotidiana.

b. Cursos gratuitos de idiomas en los barrios

¿En qué consiste, para qué y cuándo realizarlo?

El Instituto de Educación Superior Lenguas Vivas “Juan Ramón Fernández” brinda un programa de cursos de idiomas para la comunidad en cinco sedes en los barrios de Villa Urquiza, Caballito, Villa del Parque, Boedo y Constitución.

Los cursos son cuatrimestrales y comienzan en los meses de abril y agosto.

Los idiomas que se dictan en las sedes son:

- Triunvirato 4992 (Villa Urquiza): Francés.
- Martín de Gainza 1050 (Caballito): Inglés y Portugués.
- Ricardo Gutiérrez 3246 (Villa del Parque): Inglés y Portugués.
- Mármol 1350- Sindicato del Plástico (Boedo): Inglés y Francés por la mañana.
- Montes de Oca 121 (Constitución): Italiano e Inglés

- Sede Central Carlos Pellegrini 1515: Inglés, Francés, Alemán, Chino mandarín, Japonés, Ruso, Italiano y Portugués

¿Dónde y en qué horario se realiza?

La inscripción a los cursos que se dictan en todas las sedes se realiza de lunes a viernes de 10 a 20 hs. en la sede central de Carlos Pellegrini 1515. La inscripción para el primer cuatrimestre del ciclo lectivo 2008 será en el mes de febrero.

¿Quién puede efectuarlo?

Los cursos están destinados para mayores de 18 años con estudios primarios y/o secundarios.

La inscripción puede realizarla el interesado o un tercero.

¿Qué se necesita para realizarlo?

Para realizar la inscripción se solicitan datos personales y presentar un documento de identidad.

¿Qué costo tiene?

Los cursos son gratuitos.

¿Qué otro dato se debe tener en cuenta?

Si el que se inscribe ya tiene conocimientos del idioma, será ubicado en el nivel correspondiente con una prueba de nivel. Estos cursos pueden tener una articulación con los exámenes de Acreditación en Lenguas Extranjera (ALEX) para quien necesite tener una certificación de competencia lingüística.

ORGANISMO RESPONSABLE

Instituto de Enseñanza Superior en Lenguas Vivas Juan Ramón Fernández

Dirección: Carlos Pellegrini 1515

Tel.: 4322-3992 / 3996 / 3998

E-mail: ies81de1@buenosaires.edu.ar

c. Fundación UOCRA

El Programa de Formación Profesional con Terminalidad Secundaria es llevado adelante por la Fundación UOCRA en asociación con la Fundación SES. Ambas instituciones desarrollan este proyecto que propone hacer más flexible el dispositivo educativo para adecuarlo a las necesidades de los sujetos destinatarios (adultos trabajadores). La iniciativa busca lograr una óptima formación para el

trabajo, a partir del aprendizaje de un oficio pertinente a las *familias profesionales* del sector de la construcción.

El objetivo general de este Programa es el de desarrollar y ejecutar una propuesta pedagógica innovadora, que vincule la formación laboral con la terminalidad de la educación básica formal

Para ver cursos por barrios ingresar:

<http://www.fundacion.uocra.org/oferta-en-la-red-de-instituciones.php>

2. Planes y subsidios de la Ciudad de Buenos Aires

a. Estudiar es trabajar

¿PARA QUÉ?

Muchos jóvenes expresan dificultades para terminar el ciclo educativo obligatorio o para continuar estudiando en niveles superiores.

El reconocimiento de estas dificultades y la certeza de que la educación es una de las más poderosas herramientas de integración e inclusión social, determinaron la creación de Estudiar es Trabajar, un complemento al subsidio que brinda el programa destinado a facilitar la reinserción y/o continuidad de los jóvenes de 18 a 29 años en situación de pobreza en cualquier nivel del sistema de educación formal (primario, secundario, terciario universitario o no universitario, universidad).;

¿QUÉ ES?

Un subsidio de \$275 mensuales a través de una tarjeta emitida por el Banco Ciudad y Cabal llamada Tarjeta para Jóvenes. Los titulares de la tarjeta serán los jóvenes estudiantes.

¿QUIÉN LO RECIBE?

Jóvenes de 18 a 29 años en situación de pobreza.

REQUISITOS:

- Estar inscripto en cualquier nivel del sistema educativo formal con reconocimiento oficial (primario, secundario, terciario universitario/no universitario, universidad).
- Residir en la Ciudad de Buenos Aires hace más de 2 años

http://www.buenosaires.gov.ar/areas/educacion/niveles/adultos/oferta.php?menu_id=12639#primaria

3. Terminar el colegio primario y/ o secundario. Educación Formal.

http://www.buenosaires.gov.ar/areas/educacion/niveles/adultos/oferta.php?menu_id=12639#primaria

a. Escuela Primaria:

a. 1 Escuelas Primarias para Adultos

La cursada está organizada en tres ciclos, con dos horas reloj diarias de clases, de lunes a viernes. Las escuelas funcionan entre las 18 y las 21.45 hs. Se obtiene certificado de terminación de estudios primarios.

Las escuelas se encuentran distribuidas en toda la Ciudad, dividida en cinco Sectores de Supervisión: I, II, III, IV y V.

Requisitos: están destinadas a adolescentes mayores de 14 años y adultos sin límite de edad.

Direcciones:

Sector I: Constitución 1839 - Tel. 4304-1865 a partir de las 14 Hs.

Contacto por email: adusector1@buenosaires.edu.ar

Sector II: Humberto 1º 3187 - Tel. 4932-5497 a partir de las 14 Hs.

Contacto por email: adusector2@buenosaires.edu.ar

Sector III: Moldes 1854 - Tel. 4783-0099 a partir de las 14 Hs.

Contacto por email: adusector3@buenosaires.edu.ar

Sector IV: Fonrouge 346 - Tel. 4641-1796 a partir de las 14 Hs.

Contacto por email: adusector4@buenosaires.edu.ar

Sector V: Suárez 1131 - Tel 4301-2503 -a partir de las 14 Hs.

Contacto por email: adusector5@buenosaires.edu.ar

INSTITUTO GARRIGOS

http://www.buenosaires.gov.ar/areas/educacion/establecimientos/ficha.php?id=20184537&menu_id=10194

Nombre: CAEBT D.E. 14 "Instituto Garrigos Centro Nº 24" Nº: 24 - D. E.: 14 CUE: 020184537	Gestión: Estatal
	Ofertas: Educación Primaria Adultos.
Información suministrada por la Dirección de Investigación	
Dirección: <u>Paz Soldán 5200</u> Paternal ; Cód. Post.: 1427 CGPC: 15 Tel.: 4521-1159	

a. 2 Centros Educativos de Nivel Primario

Los Centros Educativos ofrecen la posibilidad de completar los estudios primarios en horario diurno, en instituciones no gubernamentales –alojantes- como ser: hospitales, centros de gestión, parroquias, comedores comunitarios, sindicatos, fundaciones etc.

Ofrecen los mismos servicios que las Escuelas Primarias para Adultos, pero funcionan con horario flexible : entre las 7 y las 18 hs.

Requisitos : tener más de 14 años

Supervisión de Centros Educativos

San Nicolás 588 – T.E. 4672-2684

Contacto por mail: aducentpri@buenosaires.edu.ar

a. 3 Educación Primaria a Distancia

Es un programa para terminar la escuela primaria a distancia. Se brindan materiales impresos gratuitos, el alumno debe concurrir periódicamente a las tutorías con el docente asignado. Las tutorías funcionan en Escuelas Primarias o Centros Educativos para Adultos.

Se obtiene certificado de terminación de estudios primarios.

Requisitos:

- estar alfabetizado (saber leer, escribir y calcular)
- ser mayor de 18 años

2. Escuela Secundaria:

Destinado a personas que quieren terminar los estudios secundarios. El ciclo es de tres años, se cursa de lunes a viernes con una duración diaria de las clases de 3 horas 45 minutos. Funciona en los turnos mañana, tarde y noche.

Se puede cursar por ciclo o por materia, cuenta con materias cuatrimestrales y anuales. Se reconocen estudios cursados por sistema de equivalencias.

Las especialidades tienen salida laboral. Se egresa como:

- Bachillerato Orientado en Salud
- Perito Auxiliar en Acción Social
- Perito Auxiliar en Administración Portuaria
- Perito Auxiliar en Construcciones e Instalaciones Domiciliarias
- Perito Auxiliar en Desarrollo de Comunidades
- Perito Auxiliar en Electromecánica
- Perito Auxiliar en Gastronomía
- Perito Auxiliar en Informática
- Perito Auxiliar en Medios de Comunicación Social
- Perito Auxiliar en Producción, Dirección y Realización Integral de Televisión
- Perito Auxiliar en Relaciones Humanas
- Perito Auxiliar en Sistemas Administrativos
- Perito Auxiliar en Telecomunicaciones
- Perito Auxiliar en Turismo
- Perito Comercial Especializado en Administración de Empresas
- Perito Comercial Especializado en Administración Pública
- Perito Comercial Especializado en Aduanas
- Perito Comercial Especializado en Costos
- Perito Comercial Especializado en Técnicas Bancarias e Impositivas
- Perito Comercial Especializado en Tecnología del Seguro

- Perito en Administración de Cooperativas, Mutualidades y Obras Sociales
- Perito en Administración Legislativa
- Perito Recursos Naturales
- Perito en Relaciones del Trabajo e Higiene Laboral

Cuenta con dos regímenes de cursada: de marzo a marzo, con inscripción en noviembre de cada año, y de agosto a agosto, con inscripción en el mes de junio.

Requisitos: ser mayor de 18 años y presentar certificado de educación primaria. Se reconocen estudios cursados por sistema de equivalencias

Secundario para adultos: CENS 5 de Liniers. CNEL. RAMON L. FALCON 6863 -

Tel:4641-9299

“Mi experiencia fue muy buena. En general, al estudiar con gente adulta, se evita las distracciones o actos infantiles que uno tiene de pibe. Son más organizados y se estudia con más atención”.

Si te embarazas mientras estas en el colegio:

Habla con las personas mas allegada a vos o con mas confianza (psicólogos, docente, director) y contale lo que te pasa. No trates de resolver todo sola, esta bueno pedir AYUDA, no le temas de pedir ayuda.

“Yo deje de ir al colegio porque me sentia mal fisicamente por el embarazo y no volví. Tenia temor a las miradas de los otros, al que dirán” (Noelia)

No tienes que tener vergüenza de estar embarazadas o de tener hijos e ir la escuela!
No te tiene que importar si la directora te mira mal porque es importante que vos hagas lo que quieras hacer”

A veces tenes que dejar la escuela, pero después organizate y terminar la escuela!
(en algún acelerado, a la noche)

2. a Escuela secundaria con guardería:

Juan Carlos Gomez. Parque Patricios.

“Yo la recomiendo porque te ayudan mucho a terminar el cole y podes ir con tus chicos” (Yamila)

4. Orientación vocacional

1. Sector de alumnos del CBC. UBA

<http://www.cbc.uba.ar/dat/prog/dov.html>

El CBC cuenta con su propio Departamento de Orientación Vocacional (DOV) que atiende a todos los alumnos que ingresan o están cursando el CBC, como así también a los estudiantes de los últimos años de las escuelas secundarias que desean hacer consultas.

2. Servicios de Orientación Vocacional en la Ciudad de Buenos Aires

Centro de Salud Comunitaria No. 1
Manuela Pedraza 1558 (Nuñez)
Tel. 4-702-7489/967

Centro de Salud Comunitaria No. 3 Dr. Arturo Ameghino
Av. Córdoba 3120 (Balvanera)
Tel. 4862-2895/2869/1201/0019

Hospital Interdisciplinario Psicoasistencial José T. Borda
Servicio Orientación Vocacional
Ramón Carrillo 375
Tel. 4304-4304 int. 32
Responsable: Lic. Raquel Garese
Admisión: Enero – Marzo – Mayo – Agosto – Octubre
Población: adolescentes que estén cursando el último año del secundario y adultos sin límite de edad

Hospital de Salud Mental Braulio Moyano
Brandsen 2570 (Barracas)
Tel. 4431-3655 int. 354/355
Consultorios Externos -Equipo de Orientación Vocacional y Ocupacional
Responsable: Lic. Marina Trejo
Admisión: Abril, Agosto y Octubre – Lunes a Viernes de 8 a 18hs.
Atención: lunes a jueves de 8 a 13hs. jueves y viernes de 13 a 18hs.
Población: púberes, adolescentes, jóvenes y adultos
Modalidad: Individual y Grupal
Medios de Transporte: líneas de colectivo: 25, 45, 46, 59, 79, 95, 100, 134. Subte C estación Constitución. Ferrocarril Rocca, estación Constitución.

Hospital Rocca
Segurola 1949
Tel. 4630-4773
Sección Orientación Vocacional
Jefe: Lic. Cecilia Impini
Admisión: inscripción previa en la oficina de admisión, Lunes a viernes 8:30 a 13:00hs.
Atención: Lunes a viernes de 8 a 17hs.

Población: púberes, adolescentes jóvenes y adultos sin límite de edad. Personas con necesidades especiales en el área motora y sensorial.

Hospital Tornú

Combatientes de Malvinas 3002

4521-1236 /3600 int. 104

Consultorios Externos – Servicio de Salud Mental – Equipo de Orientación Vocacional

Responsable: Lic. Cecilia Suárez

Admisión: Martes 15hs. Miércoles 8:30hs.

Atención: lunes a viernes

Población: púberes, adolescentes y adultos

Colectivos. 15,36,55,65, 105, 141, 146. Subte línea B, estación Los Incas

Hospital Vélez Sarsfield

Calderón de La Barca 1550

4568-1742

Área Programática

Responsable: Lic. Betina Oddi

Atención: lunes por la tarde, miércoles por la mañana

Población: alumnos del último año del secundario.

Colectivos: 25, 106, 107, 135, 181.

DERECHOS

DE FAMILIA

- De madres:

Si tu pareja no es responsable te recomendamos no ponerle el apellido de él, igual asesorate con un abogado-

-ABOGADOS GRATUITOS en Tribunales. (Ojo porque Noelia no tuvo muy buena experiencia porque el día que se tenía que presentar el titular no se presentó)

_O pregúntale a alguien que te pueda recomendar un abogado cercano que te cobre poco , que te ayude.

- Derechos del niño

1. <http://xn--derechosdelnio-2nb.com/en-argentina.html>

2. Consejo de menores de la familia

Consejo Nacional del Menor y la Familia, creado por el Poder Ejecutivo Nacional para la promoción y protección integral de la minoridad y la familia. Actividades que realiza en materias como violencia familiar, chicos de la calle, adopciones.

Tte. Gral. Juan Domingo Perón 524, Ciudad de Buenos Aires . 11. 43385800

DERECHOS LABORALES

- Derechos del trabajador

Los regímenes laborales y de la seguridad social están regulados por las siguientes leyes, entre otras:

Ley de Contrato de Trabajo (Nº 20.744) y sus modificatorias;

Ley de Empleo (Nº 24.013);

Ley de Riesgos del Trabajo (Nº 24.557).

Por otra parte, existen los Convenios Colectivos de Trabajo, en los que se establecen acuerdos salariales y condiciones laborales para un sector productivo específico.

Edad mínima de admisión al empleo

La Ley Nº 26.390 sobre Prohibición del Trabajo Infantil y Protección del Trabajo Adolescente elevó, a partir del 25 de mayo del año 2010, la edad mínima de admisión al empleo a 16 años. La norma introduce cambios en la Ley de Contrato de Trabajo Nº 20.744, que no contenía ninguna referencia concreta a la prohibición del trabajo infantil.

La nueva norma amplía la protección respecto del trabajo adolescente basándose en los postulados de la Protección Integral de los Derechos de los Niños, Niñas y Adolescentes que sostiene la Convención sobre los Derechos del Niño.

- La Ley Introdujo un nuevo artículo (189 bis) referido a la empresa de familia: los mayores de 14 y menores de 15 años podrán ser ocupados en empresas cuyo titular sea su padre, madre o tutor: pero por no más de 3 horas diarias y 15 semanales, siempre que no se trate de tareas penosas, peligrosas o insalubres y cumpla con la asistencia escolar. Pero la empresa de familia deberá gestionar para ello un permiso otorgado por la autoridad administrativa laboral. Dicha autorización no será otorgada si la empresa está subordinada económicamente, es contratista o proveedora de otra empresa.

Vivienda

1. Si por alguna situación, salís del hogar sin trabajo ni vivienda. (COSA QUE NO TE RECOMENDAMOS). Te dejamos un par de datos para guiarte:

a. Subsidio: Apoyo a familias en situación de calle. Si elegís empezar este trámite, armate de paciencia porque, en general, los trámites en este lugar suelen tardar.

Repartición responsable:

Dirección General de Fortalecimiento Familiar y Socio comunitario

Dirección: Av. Entre Ríos 1492 -

Tel.: 4300-5463/9633

Fax: 4300-5463/9633

E-mail: dgffyc@buenosaires.gov.ar

¿QUE ES?

Te otorgan subsidios a familias que están en la calle, destinados para cubrir gastos de alojamiento o a cubrir toda clase de gastos de emergencia. En los casos en que a los beneficiarios se les haya otorgado un crédito hipotecario del Instituto de Vivienda de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, o requieran del mismo para la obtención de una solución habitacional definitiva.

Para la determinación del monto a otorgar, se tendrán en cuenta las siguientes condiciones:

- a. Composición de la familia, considerando en especial los casos de familias compuestas por madre soltera e hijo.
- b. Situación de empleo de los miembros del grupo familiar.
- c. Que el grupo familiar se encuentre compuesto por personas con capacidades especiales, menores en edad escolar, personas con enfermedades prolongadas y/o graves o mujeres embarazadas.
- d. Ingresos por persona.
- e. Número de personas que componen el grupo familiar.
- f. Si se trata de un grupo familiar en situación de riesgo.

Requisitos:

Para conseguir el subsidio, te van a pedir los siguientes requisitos:

- Encontrarse en "situación de calle" de conformidad con lo establecido en el artículo 3° y con las restricciones dispuestas por el artículo 4° del decreto 690/06.
- Estar viviendo en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, con una antigüedad mínima de un año.
- Tener ingresos menores al monto resultante del índice correspondiente a la canasta básica alimentaria, elaborada mensualmente por el INDEC.

Estar inscripto en el Registro Único de Beneficiarios. Asimismo, las jefas y jefes de familia que sean beneficiarios del subsidio deben:

- Acreditar que el subsidio otorgado ha sido destinado a la obtención de una solución habitacional, mediante los comprobantes que disponga la autoridad de aplicación.

b. Soldado voluntario:

<http://www.fuerzaaerea.mil.ar/incorporacion/soldado.html>

Que es?

Los Soldados Voluntarios son los auxiliares directos de los Suboficiales en la instrucción y preparación del personal y en la utilización de los medios.

Requisitos:

- Ser Argentino, habil, nativo, por opción o naturalizado.

- Edad: 18 a 24 años.
- Estado Civil: Soltero.
- Estudios primarios completos.
- No tener familiares a cargo.

Los beneficios y oportunidades de incorporarse a la Fuerza Aérea son una opción de privilegio para lograr una capacitación importante para su desarrollo personal.

La incorporación a la Fuerza Aérea le permitirá desarrollarse en diversas Especialidades a su elección:

- Seguridad y defensa.
- Abastecimiento.
- Enfermería.
- Operador de comunicaciones.
- Mantenimiento de instalaciones.
- Operador de vehículos técnicos.
- Armamento.

Información de contacto:

Teléfono: 4317-6001/3 - Interno 15577.

c. La tarjeta de compra del Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires

http://www.buenosaires.gov.ar/areas/des_social/ciudadania_portenia/tarjeta_compra_caracteristicas.php?menu_id=21961

Qué es?

El Programa te da una plata o dinero que mejora los ingresos del hogar a través de una tarjeta magnética emitida por el Banco Ciudad y Cabal, que tiene las siguientes características y normas de uso:

¿Qué te permite?

- Es intransferible. Sólo la puede usar su titular presentando un documento argentino que acredite su identidad (DNI/LC/LE o Credencial de Residencia Precaria) cada vez que haga una compra.
- Se usa únicamente para la compra de alimentos, productos de limpieza e higiene personal, combustibles para cocinar y útiles escolares.
- Puede ser utilizada para comprar productos de todas las marcas y todos los rubros permitidos.
- Está prohibida la compra de grandes cantidades de una misma cosa.

- Está prohibida la compra de bebidas alcohólicas, alimentos para animales, electrodomésticos, ropa y otros productos no incluidos dentro de los rubros permitidos.
- No se puede pagar en cuotas.
- El valor de la compra no puede superar el saldo que haya en la tarjeta.
- No se puede sacar dinero en efectivo ni depositarlo.
- Los montos son acumulables. No necesitás gastar en un mes lo depositado en su tarjeta. Sin embargo, tené en cuenta que si no usás la tarjeta durante más de dos meses, vas a tener que comunicarle los motivos al Programa, caso contrario te quitan el beneficio.
- No tiene costos de emisión.
- No acepte sobreprecios en los productos ni que le exijan montos mínimos para poder utilizarla.

Puede solicitar el saldo en las cajas de los comercios adheridos. No acepte que le cobren para darle el saldo.

Destinatarios:

El monto del subsidio no es igual para todos los hogares beneficiarios porque se calcula considerando la particular composición de cada uno de los hogares y el valor de la Canasta Básica Alimentaria fijada por el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos INDEC.

Programa Ciudadanía Porteña

Salguero 979

Tel: 4867-6997

4867-6902

4867-6941

Curapaligue 525

Experiencia personal:

La mamá de un amigo la usa. Se la cargan una vez al mes como dice el programa y la usa para comprar alimentos básicos. La verdad, por el monto que te otorgan, no te brinda una super ayuda pero, algo es algo.

Al menos podés contar con un dinerito extra.

Consejo: Cuida la tarjeta porque si la rompés o la perdés, el trámite para reponerla es largo y molesto.

d. Programa Ticket Social del Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires

http://www.buenosaires.gov.ar/areas/des_social/ciudadania_portenia/ticket_social.php?menu_id=30648

Objetivos del Programa:

Fortalecer el acceso a productos de primera necesidad por parte de las familias residentes en la Ciudad de Buenos Aires que se encuentran en situación de inseguridad alimentaria. Facilitar a las familias residentes en la Ciudad de Buenos Aires que se encuentran en situación de pobreza y vulnerabilidad social, el acceso a alimentos productos de limpieza y de aseo personal, a través del otorgamiento de tickets sociales que pueden canjearse por tales productos en los comercios adheridos al Programa.

Destinatarios:

Podrán acceder a los beneficios del Programa de seguridad alimentaria "Ticket Social" aquellas personas, que teniendo domicilio real en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, conformen un hogar que se encuentre en situación de inseguridad alimentaria. A los fines de la presente, entiéndase por "hogar" a la persona que vive sola, o al grupo de personas, parientes o no, que conviven bajo un mismo techo de acuerdo con el régimen familiar, compartiendo responsabilidades en su alimentación y sostenimiento. Asimismo, entiéndase como situación de inseguridad alimentaria a los fines de la aplicación de éste Programa, aquella en que se encuentran los hogares de la Ciudad de Buenos Aires cuyos ingresos resulten de hasta un 50% por encima de la línea de pobreza establecida para dicho hogar.

Prestaciones/ Beneficios:

a) La asistencia básica del Programa se efectivizará mensualmente mediante la entrega de una chequera por un monto total de pesos ciento cincuenta (\$150). b) Los hogares que presenten integrantes en riesgo nutricional o enfermedad celíaca recibirán asistencia complementaria, por un monto total de pesos cien (\$100) por cada integrante que certifique dicho diagnóstico.

Requisitos

Serán condiciones para acceder al Programa:

- a) Residir en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires;
- b) Ser mayor de dieciocho (18) años de edad;
- c) Presentar al momento de solicitar el ingreso la siguiente documentación: Documento de cada integrante del grupo familiar; Partida de Nacimiento de los menores de 18 años; Certificado de Domicilio expedido por la Policía Federal Argentina o factura de servicio donde conste domicilio en la Ciudad de Buenos Aires; en caso de tener algún integrante del grupo familiar en riesgo nutricional y/ o celiaquía certificado médico que los acredite.

Toda la documentación deberá presentarse en original y fotocopia.

e. Cáritas Argentina - Comisión Nacional

Balcarce 236, primer piso
(C1064AAF), Capital Federal.

Teléfonos: (011) 4342-8650/ 7931/ 7936

Email: comisionacional@caritas.org.ar

Experiencia personal:

Ellos, a su vez, tienen esta sede central y muchas otras sedes e iglesias en las cuales brindan ayuda de primera necesidad, como comedores comunitarios, ropa, asistencia social, etc.

"A mí personalmente, me ayudó bastante en mis peores situaciones de pobreza" (Enrique).

2. Si salís con trabajo y buscás vivienda, te dejamos algunas opciones:

a. Comentar tu situación y pedido en las redes sociales como Facebook y mandes un mail a tus contactos a través del e-mail.

b. Podes buscar alojamientos que no exijan garantías en:

a. **Hostels** en: <http://www.hostels.org.ar/Argentina/Buenos-Aires/Buenos-Aires>
Recomendable: Casa Grande (San Telmo).

<http://www.lacasagrande.com.ar/home.htm>

Casa Grande surge de la idea de reciclar un típico edificio porteño con modernas instalaciones, creando un ambiente cálido, pensado en forma exclusiva para jóvenes, estudiantes y profesionales.

Tenés diferentes opciones para satisfacer tu necesidad en base a las distintas unidades que posee la propiedad. La Casa cuenta con 29 unidades repartidas en 3 niveles con grandes espacios para el desarrollo de la vida cotidiana.

b. Residencias estudiantiles para estudiantes universitarios

c. Pensión u hotel familiar

d. Alquiler de departamento en <http://www.soloduenos.com/>

Podés juntarte con algún amigo, juntar algo de guita entre ambos y presentar recibo de sueldo para alquilarle a un dueño directo. Siempre es super recomendable hablar con toda la gente que conozcas, nunca se sabe quien te puede dar una mano al comentar tu situación.

c. Alquileres de departamentos con garantías:

a. Clasificados Clarín

http://www.inmuebles.clarin.com/?utm_source=clasificados&utm_medium=solapas&utm_campaign=solapa_inmuebles

b. Clasificados la Nación

http://propiedades.zonaprop.com.ar/departamentos/ncZ1_formatZlist

c. enbuenosaires.com

d. argenprop.com.ar

Requisitos para alquilar un departamento

1) *Requisitos formales*: Para habitar un departamento hay varios requisitos que debemos cumplir. Pueden variar en algunos detalles pero generalmente nos están pidiendo:

a. *Garantía*: Necesitamos que una persona nos salga de garante, presentando una fotocopia del titulo de propiedad de su propia vivienda. Actualmente las inmobiliarias prefieren que esa persona sea familiar directo y que la propiedad sea de capital federal.

Muy importante: actualmente salen publicados muchos avisos en los diarios de gente que ofrece salirnos de garante a cambio de un costo ("comprar la garantía"). No es recomendable recurrir a este recurso porque en el momento en que las inmobiliarias averiguan los antecedentes, estas propiedades figuran como garantías de muchos otros departamentos, lo que delata que son garantías compradas. Las inmobiliarias advierten que si se encuentran con un caso de estos no nos devolverán el dinero de la seña. Tenerlo en cuenta.

b. *Adelanto*: Siempre nos piden que el pago mensual del alquiler sea por adelantado y si paga entre el 1 y el 7 de cada mes.

c. *Depósito*: Además nos piden que dejemos el costo de un mes de alquiler en carácter de depósito. Con esto el dueño se está asegurando que nosotros, una vez concluido el período de dos años de alquiler, dejemos el departamento en las mismas condiciones de la que lo encontramos. Este valor se recuperará una vez finalizado el contrato de alquiler, descontando alguna reparación que el dueño determine que nos corresponda pagar.

d. *Comisión*: Actualmente la mayoría de las inmobiliarias están pidiendo el valor de 2 meses de alquiler, en concepto de comisión.

e. *Gastos administrativos*: Son los gastos de averiguación de antecedentes nuestros y de nuestro garante. Son aproximadamente \$ 200.-

f. *Comprobantes de ingresos*: Tenemos que presentar recibos de sueldo o contratos que avalen que dispondremos de ingresos mensuales acordes a los gastos que deberemos afrontar si alquilamos ese inmueble.

En suma, para poder habitar una vivienda estamos necesitando el valor equivalente a 4 meses de alquiler, más los gastos administrativos.

Consejo: Nunca elijas comprar una garantía, ES UNA ESTAFA. Si no contás con una garantía, podes recurrir a los lugares que mencionamos antes.

Manejo de dinero

1. Cuando estas viviendo en el hogar y trabajando a la vez podes ahorrar algo de tus ingresos así te quedan disponibles para cuando egreses.

Asesorate con el director del hogar, pedile consejos. Algo MUY recomendable hoy por hoy es comprar dólares. Es una inversión a futuro. No tires toda la guita en joda, después te vas a arrepentir, créeme.

Cómo hacer?

1. Podes dar una parte de tus ingresos al director o algún miembro del equipo a cambio de firmar un comprobante y
2. También tomar nota de tus gastos en un cuaderno o a través de un excel

	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY
Ingresos					
Salario	\$0.00	\$0.00	\$0.00	\$0.00	\$0.00
Prima vacacional	\$0.00	\$0.00	\$0.00	\$0.00	\$0.00
Aguinaldo	\$0.00	\$0.00	\$0.00	\$0.00	\$0.00
otros	\$0.00	\$0.00	\$0.00	\$0.00	\$0.00
Ingresos totales	\$0.00	\$0.00	\$0.00	\$0.00	\$0.00
Gastos					
Salidas					
Ropa					
Transporte					
Gastos	\$0.00	\$0.00	\$0.00	\$0.00	\$0.00

Otros consejos son:

1. intentar comprar bienes revendibles, cosa de recuperar parte de lo gastado originalmente.
2. También comprar dólares.
3. Mirate ofertas en el super que también ayuda a ahorrar.
4. Si te tentás mucho con la guita, comprate una alcancía y tirale unas chirolas encima. Cuando te querés dar cuenta, se llenó.

2. Si egresas y estás trabajando de manera independiente puedes:

1. abrir una cuenta de ahorro gratuita en el banco:

1 Cuenta gratuita universal. Se habilitará sólo con el DNI. Será en pesos. No tendrá costo de mantenimiento. El saldo máximo de cada cuenta será de 10 mil pesos y se implementará a partir de octubre.

2 Reducción en los cargos en las transferencias bancarias. Serán gratuitas las transferencias que se realicen a través de las modalidades home banking y cajeros automáticos hasta \$ 10.000.

3 Cheque cancelatorio. Será provisto por el BCRA sin importe, ni clase de moneda. Los emitidos en dólares sólo podrán ser usados en operaciones inmobiliarias.

SALUD

MUJERES

1. Plan: Asignación por Embarazo para Protección Social. Gobierno Nacional <http://www.anses.gob.ar/asignacion-por-embarazo-para-proteccion-social/>

Consiste en una ayuda económica, no retributiva, que se abona mensualmente a la mujer embarazada desde la semana 12 de gestación hasta el nacimiento o interrupción del embarazo, siempre que no exceda las seis (6) mensualidades. En caso de gestación múltiple, sólo se abona una sola asignación, dado que lo que se está cubriendo con esta ayuda es el “cuidado de su embarazo”.

MONTOS

El monto de la Asignación por Embarazo para Protección Social es de \$220, igual al monto estipulado para la Asignación Universal por Hijo para Protección Social.

Mensualmente, se liquidará \$176 (lo que representa el 80% de su valor), dado que los \$44 restantes (equivalente al 20%) se hará efectivo una vez que se haya constatado el nacimiento o la interrupción del embarazo, previa verificación de todos los controles médico-sanitarios e inscripción del niño en el Plan Nacer.

El trámite del bebé nacido tarda en gestionarse dos meses. Documentos a presentar: Documento y fotocopia del titular y del menor, Partida de nacimiento y fotocopia.

Ojo! que los que estén trabajando en blanco no cobran la asignación por hijo. Y si tu situación pasa de trabajo en negro a trabajo en blanco dejarías de cobrarla.

PASOS A SEGUIR

- Para poder acceder a esta protección, la mujer deberá:
- Inscribirse en el Plan Nacer, una vez confirmado el embarazo
- Llevar una tarjeta de seguimiento de su embarazo a fin de registrar los controles sanitarios que prevé el programa.

Este plan está vigente desde el 2011. Es una ayuda económica pero no para control porque para eso tenes que ir a los Hospitales Públicos.

La tarjeta te tiene que llegar a tu domicilio y con esa tarjeta al año de presentar que tu hijos tienen todas las vacunas o que va a la escuela, cobras el 20% más .

2. **El Plan Nacer es un Programa del Ministerio de Salud de la Nación.**

Objetivo: brindar más y mejor salud a las embarazadas, puérperas, niños y niñas hasta los 6 años de edad sin obra social.

¿Quiénes pueden ser parte del Plan Nacer?

- Las embarazadas o las mujeres que estén transitando el puerperio (hasta 45 días después del parto), y no tengan obra social.
- Los niños y niñas menores de 6 años de edad, y sin obra social.

¿Qué se debe presentar para inscribirse?

- Se debe presentar el Documento Nacional de Identidad (DNI) y completar la ficha de inscripción. Luego, se entregará el comprobante de inscripción (talón o troquel).
- En caso de los niños y niñas recién nacidos, pueden inscribirse provisoriamente con el DNI del padre, madre o tutor, hasta obtener el propio.

¿Qué participación tienen los beneficiarios en el Plan Nacer?

- Con solo inscribirse al Plan, las embarazadas, los niños y niñas acceden a que se cumplan los controles de salud, que forma parte de sus derechos. Por lo tanto es importante que conozcan y ejerzan los Derechos
<http://www.plannacer.msal.gov.ar/site/contents/detail/derechos-de-las-mujeres-embarazadas-y-puerperasde>
<http://www.plannacer.msal.gov.ar/site/contents/detail/derechos-de-las-mujeres-embarazadas-y-puerperasla>
<http://www.plannacer.msal.gov.ar/site/contents/detail/derechos-de-las-mujeres->

embarazadas-y-puerperasembarazada y los del Niño/a<http://www.plannacer.msal.gov.ar/site/contents/detail/derechos-de-los-ninos-y-ninas-%28hasta-6-anos%29hasta-6-años><http://www.plannacer.msal.gov.ar/site/contents/detail/derechos-de-los-ninos-y-ninas-%28hasta-6-anos%29de><http://www.plannacer.msal.gov.ar/site/contents/detail/derechos-de-los-ninos-y-ninas-%28hasta-6-anos%29edad>.

- La participación en el Plan Nacer implica una atención sin discriminación y con calidad. Además con el sólo hecho de inscribirse al Plan el establecimiento de salud obtendrán recursos para poder utilizarlos de acuerdo a sus necesidades, que siempre son acordes a la de la comunidad.

<http://www.plannacer.msal.gov.ar/index.php/contents/detail/quienes-pueden-ser-parte-del-plan-nacer>

3. Ticket Social

Ticket que te dan en los CGP que lo podes utilizar para alimentos.

Ojo porque si cobras este plan no podes cobrar otro plan (como la asignación por hijo) Son solo \$110.

Consejo: Es recomendable la asignación por hijo porque podes gastarlo en otras necesidades y no solo en supermercado.

Recomendaciones:

1. Hacerse lo controles en los centros de salud mas cercanos o hospitales.
2. Averiguar si podes conseguir la leche maternal en los hospitales.
3. Para los pañales traten de ir a las pañaleras que es más barato.-

SALUD SEXUAL

ABORTO

Antes de tomar alguna decisión por vos misma, cuida tu salud y toma consciencia que es mucho riesgo si no lo haces con alguien que te cuide. Asesórate con la asistente social, con tu médico ginecólogo u obstetra para tomar una decisión. No recibas consejos de gente que te dice que por ejemplo hacerte un té de perejil o cualquier otra hierba, café con sal., ponerte pastillas, inyecciones, o curanderas que parece que te van a resolver el problema rápido pero te va atraer mas problemas después . ES PELIGROSO!!!

Estaría bueno que en los Hogares te den preservativos y talleres de salud sexual para aprender a respetarse y cuidarse.

No solo por el embarazo sino porque hay muchas enfermedades como el SIDA, la SIFILIS que se transmiten vía sexual.

Formas de cuidarte: PRESERVATIVO; ES LO PRINCIPAL PORQUE a esta edad en general no tenes pareja estable, las PASTILLAS LAS PODES CONSEGUIR GRATIS en hospitales.

SALUD MENTAL

1. Centros de atención en salud mental: en la ciudad de Buenos Aires

http://www.buenosaires.gov.ar/areas/salud/s_mental/?menu_id=17738

Revisar programas y redes de salud mental:

1. Investigación y Vigilancia Epidemiológica
2. Violencia
3. Salud Mental y Desastres
4. Salud Mental y SIDA
5. Salud Mental en Adultos Mayores

http://www.buenosaires.gov.ar/areas/salud/s_mental/programas/index.php

2. Centros de atención para adicciones :

Programa de Prevención, Asistencia y Reinserción Social en Drogadependencia

Consejo:

Para todos pero en especial a las embarazadas

NO TE DROGUES, no fumes, no tomes alcohol, trata de cambiar tus vicios y come dulce..

OJO cuando quieras tomar un medicamento es importante consultarlo con tu médico, y no auto medicarte.

Red Metropolitana de Servicios en Adicciones (R.M.S.) Coordinación General: Lic. Rosa Dañell y Lic. Pastor Pintos Asistencia, Asesoramiento y Orientación: 4863-6586

Región I (Centro): Coordinadores: Lic. Rosa Daniell-Lic. Carlos Grecco Hospital Fernández - Cerviño 3356 Unidad de Toxicología Jefa: Dra. Norma Vallejo Asistencia Integral Interdisciplinaria del Adicto Urgencia Toxicológica Guardia 24 hs. Atención: de 8 a 16 hs.

Hospital Rivadavia Las Heras 2670 Servicio de Salud Mental Jefe: Dr. Héctor Luna Responsable: Dra. Liliana Millas Asistencia de Adicciones individual y grupal Admisión: L a V de 8 a 11 hs.

Región II (Sur): Coordinadores: Lic. Mario Puentes-Lic. Silvia Martínez-Lic. José Pose- Dra. María Rosa Fernández

Centro de Día Carlos Gardel de Asistencia en Adicciones San Luis 3237 - Tel.: 4864-1446 Referente: Lic. Carlos Herbón Asistencia Consultorios Externos L. a V de 9 a 14 hs. Admisión: L Mi y V de 9 a 12 hs.

Centro de Salud Mental N° 3 A. Ameghino Córdoba 3120 Sección Adicciones - P.B. Responsable: Lic. Mario Puentes Asistencia Admisión: V 16 hs.

Sección Alcoholismo Jefe: Dr. Mario Brodsky

Hospital Penna C.E.S.A.C. N°16 California 2346 - Tel. 4302-3803 Responsables: Dra. Mónica Nápoli Asistencia Admisión: L de 9 a 11 hs.

Hospital Elizalde Montes de Oca 40 - Tel.: 4307-7491/5842/4989 - Int. 62 Servicio de Salud Mental 1er Piso Jefe: Dr. Juan Miguel Carrega Referentes: Lic. José Pose Asistencia (hasta 19 años de edad) Admisión: M J y V de 10 a 12 hs.

Servicio de Toxicología Jefa: Dra. María Elisa Fernández Atención: Toxicologica y urgencias las 24 hs. Tel.: 4300-2115

Hospital Muñiz Uspallata 2272 Servicio de Salud Mental Referente: Lic. Silvia Martínez Asiste Demanda Interna del Hospital

Hospital Borda Ramón Carrillo 375 Consultorios Externos Jefe: Dr. Aníbal Goldchuk Departamento de Toxicomanía y Alcoholismo Referente: Lic. Fernanda Tezón Asistencia-Asesoramiento- Orientación Admisión: L a V de 8 a 12 hs.

CENARESO Combate de los Pozos 2133 - Tel.: 4305-0091 / 96-4304-5634 (guardia) 4304-6248 (orientación e información) Profesional responsable: Lic. Elba Baretto Admisión: L a V de 9 a 14 hs. Asistencia Consultorios Externos - Hospital de Día - Internación Centro especializado en adicciones

Centro Integral de la Mujer Lola Mora Asistencia a mujeres con problemas ocasionados por el consumo de droga Coordinadoras: Lic. Mónica Damaso Lic. Graciela MaggioAgüero 301 - Tel.: 4866-3298 Horario: L a V de 8 a 12 hs. Y 18 a 21 hs.

Región III (Sudoeste): Coordinación:Lic. Liliana Vázquez Barrile - Dra. María Isabel Hainzl

Hospital Piñero Varela 1301 Servicio de Salud Mental Jefa: Dr. Carlos Lanjonquiere Profesional responsable: Lic. Liliana Vázquez Asistencia

Hospital Santojanni Pilar 950 Servicio de Salud Mental Jefa: Dra. María Isabel Hainzl Profesional responsable: Dra. Blanca Obljubek Admisión: L a M y V de 8 a 12 hs. Asistencia

Región IV (Centro Oeste): Coordinación:Dra. Susana Calero - Lic. Alberto Trímboli

Hospital Alvarez Aranguren 2701 Servicio de Salud Mental Profesionales responsables: Dra. Susana Calero Lic. Alberto Trímboli Asistencia Admisión: L M y V de 7 a 11 hs.- Ma y J de 12 a 15 hs.

Región V (Norte): Coordinación:Lic. Helena Chada-Dra. Olga Onofrio

Hospital Pirovano Centro de Salud Mental N 1 Manuel Pedraza 1555/1538 Hospital de Día para Drogadependientes "Renaciendo" Profesionales responsables: Lic. Andrea Dover Asistencia Admisión: L de 18 a 20 hs. Ma J y V 13 hs.

Hospital Tornú Donato Alvarez 3002 Servicio de Salud Mental Jefe: Dra. Olga Onofrio Profesional responsable: Dra. Olga Onofrio-Lic. Viviani Faid Asistencia Admisión: L a V de 9 a 12 hs.

DENUNCIAS y teléfonos utiles

GOBIERNO DE LA CIUDAD

0800-666-8537 MUJER

Atiende las 24 horas a mujeres maltratadas.

Los profesionales dan orientación e informan sobre los recursos disponibles. Se deriva a la consultante a los servicios sociales, legales y terapéuticos que el Gobierno brinda.

108

Atención permanente las 24 hs.

Orientación y asesoramiento sobre programas sociales. Asesoramiento integral Programa Ciudadanía Porteña. Recepción de solicitudes para derivación de casos de personas y/o poblaciones en situación de riesgo, emergencia y/o vulnerabilidad social.

102 EL telefono de los CHICOS

Atención permanente las 24 hs.

Línea gratuita para realizar consultas y denuncias vinculadas a problemáticas de la infancia.

107 SAME emergencias

Atención permanente las 24 hs.

Servicio gratuito de ambulancias y atención médica de urgencia que cubre toda la Ciudad.

Violencia Familiar

137

ANSES

130 (turnos para embarazadas, hacer consultas)