

HE ADQUIRIDO UNA DISCAPACIDAD...



QUÉ HAGO A PARTIR DE AHORA?

Guia de recursos en Lectura Fácil 



CRÉDITOS

Autoría y validación

Comisión de Discapacidades Adquiridas
de la Mesa de Capacidades Diversas de Terrassa.
Está formada por el Ayuntamiento y estas entidades:

- Bienestar emocional-Grupo de ayuda emocional.
- De bat a bat.
- EUIT (Escuela Universitaria de Enfermería y Terapia Ocupacional de Terrassa).
- Fundación AVAN.
- LaFACT Gent Gran.
- Terapia Ocupacional a domicilio (Marta Carné).

Adaptación a Lectura Fácil

Oficina de Capacidades Diversas.

Imágenes: Freepik, Flaticon y entidades.

Fecha de publicación: Setiembre de 2022.



ÍNDICE

	Página
 Introducción	4
 Gestiones básicas	5
 Información y trámites	7
 Terapias y atención diurna	8
 Productos de apoyo	14
 Deportes y ocio	18
 Transporte y movilidad	20
 Vivienda y atención a domicilio	26
 Trabajo	31
 Documentos y páginas web de interés	33
 Resumen de servicios y entidades	34



INTRODUCCIÓN

Cuando tenemos un accidente o enfermedad que nos causa una discapacidad, nuestra vida cambia mucho y de repente. Cuando salimos del hospital, a menudo nos falta información, y esto puede generar miedo y frustración.

Esta guía nos presenta los recursos y servicios de Terrassa que nos ayudarán a adaptarnos a la nueva situación y vivir una vida plena, también con discapacidad.

En la guía encontrarás diferentes **códigos QR**. Los códigos QR son unas imágenes cuadradas que contienen información. Para acceder a ella, enfoca el código QR con la cámara del móvil y pulsa el enlace que te aparezca en la pantalla.

Por ejemplo, si enfocas el siguiente código QR accederás a la página web de esta guía.

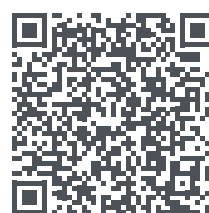




GESTIONES BÁSICAS

Estas gestiones las tienes que hacer al inicio.
Te darán acceso a la mayoría de recursos y ayudas.

VALORACIÓN DE LA DISCAPACIDAD



*Pedir la
valoración*



¿Qué es?

Un equipo de profesionales estudia tu situación y te asigna un grado de discapacidad. Si te dan más de un 33 por ciento de discapacidad, recibirás un certificado y una tarjeta que te darán acceso a servicios y ayudas.

¿Dónde se pide?



CAD Terrassa (Centro de Atención a la Discapacidad),
calle Prat de la Riba, 30-32.



También se puede pedir en las Oficinas de Asuntos Sociales y Familias de la Generalitat o por Internet.

Más información y cita previa



93 785 83 00.



cadterrassa.dretssocials@gencat.cat



Este servicio es público y es gratuito.



VALORACIÓN DE LA DEPENDENCIA



Pedir la
valoración



¿Qué es?

Un equipo de profesionales estudia tu situación y te asigna un grado de dependencia. Si te dan un grado 1, 2 o 3, tendrás derecho a las ayudas de la ley de dependencia. Por ejemplo, dinero para el familiar cuidador, horas de ayuda a domicilio, centro de día o residencia.

¿Dónde se pide?



Oficina de Asuntos Sociales y Familias de Ca n'Aurell (Calle del Doctor Ullés, 98).



Oficina de Asuntos Sociales y Familias de Les Arenes (Calle del Matagalls, 1).



También se puede pedir por Internet.

Más información y cita previa



Oficina de Ca n'Aurell: 93 693 25 02.



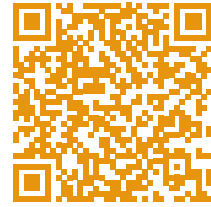
Oficina de Les Arenes: 93 785 11 13.



Este servicio es público y es gratuito.

INFORMACIÓN Y TRÁMITES

Estos servicios te informarán y te ayudarán a pedir recursos, prestaciones y servicios.



Otros servicios

OFICINA DE CAPACIDADES DIVERSAS

Información sobre discapacidad, entidades y recursos locales.



Carretera de Montcada, 596.



646 387 691 (llamadas y whatsapp).



oficina.capacitatsdiverses@terrassa.cat

SERVICIOS SOCIALES

Una trabajadora social se ocupará de tu caso y te orientará sobre las ayudas y recursos más adecuados.



Hay una oficina de servicios sociales en cada distrito, normalmente dentro de los centros cívicos.



93 731 59 82.



serveissocials@terrassa.cat

PUNTOS DE ORIENTACIÓN SOCIAL

Si te cuesta usar Internet, te ayudarán a hacer gestiones en línea. Por ejemplo, pedir ayudas, reservar citas o acceder a *La Meva Salut*.



Hay 11 puntos de atención repartidos por los barrios.



www.terrassa.cat/punts-orientacio-social



Estos servicios son públicos y son gratuitos.



TERAPIAS Y ATENCIÓN DIURNA

Estas entidades ofrecen rehabilitación, atención psicológica y otros servicios.

ARTE PALIATIVO TERRASSA



*Página web
de la entidad*

¿Para quién?

Personas con enfermedad avanzada, que no tiene cura.

¿Qué ofrece?

Mejorar el ánimo a través de la pintura y el arte. Puedes hacer las sesiones en casa o en el hospital, y de manera individual o en grupo.

Más información



619 628 995.



info@artepaliativo.org



Este servicio es privado y tiene un coste.



COLECTIVO BIENESTAR EMOCIONAL



*Video noticia
del colectivo*

¿Para quién?

Personas con o sin discapacidad.

¿Qué ofrece?

Un grupo de personas se encuentra cada semana para ayudarse y compartir experiencias y emociones.

Los encuentros se hacen en el Casal Cívico de Montserrat, Torre-sana y Vilardell (Calle de Salamanca, 35).

Más información



645 841 034.



silhate70@gmail.com



Este servicio es privado y es gratuito.



DE BAT A BAT



*Página web
de la entidad*

¿Para quién?

Personas con enfermedad neurológica.
Por ejemplo, daño cerebral, lesión medular o Parkinson.
También sus familias.

¿Qué ofrece?

Experiencias y proyectos para recuperar la ilusión.
Por ejemplo, salidas y excursiones a medida.

Más información



677 826 567.



montse@debatabat.org



Este servicio es privado y tiene un coste.



FUNDACIÓN AVAN





*Página web
de la entidad*




¿Para quién?



Personas con enfermedad neurológica.
También sus familias.

¿Qué ofrece?

-  **Servicios para personas afectadas:** transporte, área infantil, taller ocupacional, atención diurna, terapias y rehabilitación, ocio.
-  **Servicios para familias:** apoyo psicológico individual, grupos de ayuda mutua, grupos de formación, consejo sobre leyes y ayudas, fisioterapia a cuidadores.

Más información

-  Centro Cívico Avel·lí Estrenger (Plaza de la Cultura, 5).
-  93 788 20 80.
-  terrassa@avan.cat

-  *Este servicio es privado y tiene un coste.*
-  *Hay becas para personas con pocos ingresos.*



LAFACT GENT GRAN









*Página web
de la entidad*






¿Para quién?



Algunos servicios se dirigen a personas mayores.
Otros se dirigen también a personas más jóvenes.

¿Qué ofrece?

-  Centro de día LaFact Gent Gran.
-  Servicio de atención a domicilio.
-  Servicio de Residencia.
-  Apartamentos con servicios.
-  Fisioterapia, en el centro o a domicilio.
-  Servicio de comidas a domicilio.

Más información

-  Avenida Abat Marcet, 78.
-  93 736 49 49.
-  residencia@lafact.cat / centrededia@lafact.cat
sad@lafact.cat (Servicio de Atención a Domicilio).

-  *Puedes pagar estos servicios de manera privada.*
-  *O puedes recibirlos gratis a través de la ley de dependencia (con lista de espera).*



TERAPIA OCUPACIONAL A DOMICILIO (MARTA CARNÉ)







*Página web
de la entidad*




¿Para quién?

Personas con discapacidad o enfermedades que necesitan apoyo en casa para hacer las tareas diarias.

¿Qué ofrece?

-  Entrenamiento para recuperar la autonomía.
-  Consejo para adaptar la casa y productos de apoyo.
-  Plan de actividades físicas, mentales y sensoriales.
-  Formación a personas cuidadoras.

Más información

 669 464 901.

 terapiaocupacionalacasa@gmail.com

 *Este servicio es privado y tiene un coste.*



PRODUCTOS DE APOYO

Los productos de apoyo pueden ayudarte a recuperar autonomía. Incluyen, por ejemplo, grúas, barandillas, mangos o comunicadores.

CENTRO PARA LA AUTONOMÍA PERSONAL SIRIUS



Tríptico
informativo



¿Para quién?

Personas con discapacidad o personas mayores.
También sus familias y personas cuidadoras.

¿Qué ofrece?

Información y consejo para:



Eliminar las barreras de dentro de casa.



Comunicarte, con ordenadores o pictogramas.



Comprar productos de apoyo.

Más información



Paseo Taulat, 266-270, Barcelona.



93 483 84 18.



sirius.dso@gencat.cat



Este servicio es público y es gratuito.



AYUDAS PUA



Pedir
ayudas PUA



¿Qué es?

Un dinero para ayudar a las personas con discapacidad a pagar productos de apoyo.

Las ayudas PUA se abren una vez al año, y normalmente tienes un mes para hacer la solicitud.

¿Dónde se pide?



Oficina de Asuntos Sociales y Familias de Ca n'Aurell
(Calle del Doctor Ullés, 98).



Oficina de Asuntos Sociales y Familias de Les Arenes
(Calle del Matagalls, 1).



También se puede pedir por Internet.

Más información y cita previa



Oficina de Ca n'Aurell: 93 693 25 02.



Oficina de Les Arenes: 93 785 11 13.



Este servicio es público y es gratuito.





BANCO DE AYUDAS TÉCNICAS DE TERRASSA






¿Para quién?


Personas propuestas por Servicios Sociales.
También por trabajadoras sociales
de hospitales o entidades.

¿Qué ofrece?

-  Préstamo gratuito de productos de apoyo.
Por ejemplo, muletas, grúas o camas articuladas.
-  También aconseja sobre cómo adaptar el hogar.

Más información

-  Hospital de Terrassa
(Carretera de Torrebonica, sin número).
-  93 731 59 82.
-  serveissocials@terrassa.cat

-  *Este servicio es público y es gratuito.
Hay que dejar un dinero en depósito durante el préstamo.
La persona recupera el dinero si cuida el material.*



ORTOPEDIA LAFACT SOCIOEMPRESA






Página web
de la ortopedia



¿Para quién?



Personas con discapacidad o enfermedades.
También sus familias y personas cuidadoras.

¿Qué ofrece?

-  Alquiler y compra de productos de apoyo y ortopedia.
-  Adaptación de viviendas.
-  Apoyo para pedir ayudas PUA (productos de apoyo) y PAO (prótesis y sillas de ruedas).

Más información

-  Calle Galileu, 325.
-  678 811 517.
-  ortopedia@lafact.cat

-  *Este servicio es privado y suele tener un coste.*
-  *Hay productos que te pueden salir gratis o más baratos a través de las ayudas PUA o PAO.*



DEPORTE Y OCIO



Estas entidades ofrecen deportes y ocio accesible.

FUNDACIÓN AVAN

Ocio para personas con enfermedad neurológica.

☎ 93 788 20 80.

✉ terrassa@avan.cat



DE BAT A BAT

Turismo para personas con enfermedad neurológica.

☎ 677 826 567.

✉ montse@debatabat.org



ÀREA ADAPTADA

Bicicleta adaptada y submarinismo adaptado.

☎ 93 736 25 20 / 654 119 901.


✉ info@areadaptada.org





CLUB DEPORTIVO HORITZÓ

Deportes para personas con discapacidad.


 690 715 445.

 direccio@horitzo.cat



FEDERACIÓN CATALANA DE DEPORTES PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA

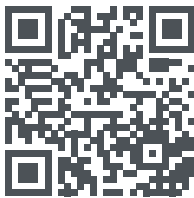
Diferentes modalidades deportivas adaptadas.

 93 340 92 00.

 info@esportadaptat.cat



MÁS INFORMACIÓN



*Guía del
deporte adaptado
en Terrassa*



*Guía de ocio
para personas
con discapacidad*

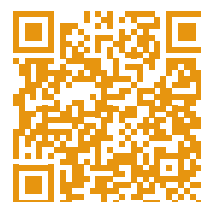
 *Estos servicios son privados y tienen un coste.*



TRANSPORTE Y MOVILIDAD

Tienes derecho a ir en transporte público y privado.

TARJETA DE APARCAMIENTO



Pedir
la tarjeta

¿Qué es?

Una tarjeta que te permite aparcar el vehículo en plazas reservadas para personas con movilidad reducida. También en zona azul y en zona de carga y descarga.

Es importante hacer un buen uso de la tarjeta, y utilizarla solo cuando viaje la persona titular.

¿Dónde se pide?



Cualquier Oficina de Atención Ciudadana (OAC) del Ayuntamiento.



También se puede pedir a través de Internet.

Más información



646 387 691 (llamadas y whatsapp).



oficina.capacitatsdiverses@terrassa.cat



Este servicio es público y es gratuito.



RESERVA DE APARCAMIENTO



*Pedir
la reserva*



¿Qué es?

Las personas con tarjeta de aparcamiento pueden pedir una reserva de aparcamiento individual en la calle. Es decir, una plaza reservada solo para su vehículo.

La plaza puede estar cerca de casa, del centro de estudios o del centro de trabajo.



*Campaña
"Ponte en mi lugar,
no aparques
en mi lugar"*



¿Dónde se pide?



Cualquier Oficina de Atención Ciudadana (OAC) del Ayuntamiento.



También se puede pedir a través de Internet.

Más información



646 387 691 (llamadas y whatsapp).



oficina.capacitatsdiverses@terrassa.cat



Este servicio es público y es gratuito.



TARJETA T BLANCA



Información
de la tarjeta



¿Qué es?

Una tarjeta que te permite viajar por los autobuses urbanos de Terrassa por un precio muy reducido.

Está dirigida a personas con discapacidad y con pocos ingresos económicos, entre otros colectivos.

¿Dónde se pide?



Cualquier Oficina de Atención Ciudadana (OAC) del Ayuntamiento.

Más información



93 739 70 00.



mobilitat@terrassa.cat



Este servicio es público y tiene un precio reducido.



TARJETA DORADA DE RENFE



*Información
de la tarjeta*

¿Qué es?

Una tarjeta que te permite viajar por los trenes de la RENFE con un descuento. Está dirigida a personas con discapacidad, entre otros colectivos.

¿Dónde se pide?



Estaciones de RENFE.

Más información



912 320 320.



Formulario de contacto: <https://bit.ly/3zVGhIZ>



Este servicio es público y tiene un precio reducido.



CARNET DE PENSIONISTA DE FGC



Información
de la tarjeta

¿Qué es?

Una tarjeta que te permite viajar por los ferrocarriles de la Generalitat (FGC) con un descuento.

Está dirigida a personas con discapacidad, entre otros colectivos.

¿Dónde se pide?



Estaciones de ferrocarriles (FGC).

Més informació



012.



Formulario de contacto: <https://bit.ly/3QIWONe>



Este servicio es público y tiene un precio reducido.





TAXIS ADAPTADOS



Compañías
locales de taxi



¿Qué es?

-  Las personas en silla de ruedas pueden reservar los taxis con rampa de las compañías Tele Taxi y Nou Taxi.
-  Las personas sordas pueden reservar taxis a través de correo electrónico o SMS.



Más información y reservas

Compañía **Tele Taxi Terrassa.**

 93 735 77 77 - 93 735 66 66.



 taxiterrassa@taxiterrassa.com

Compañía **Nou Taxi Terrassa.**

 650 651 652 (llamadas)  650 651 652 (SMS)

 info@noutaxiterrassa.com

Compañía **Top Taxi.**

 93 785 33 35 (llamadas)  607 307 487 (SMS)

 reserves@toptaxiterrassa.com

 Este servicio es privado y tiene un coste.



VIVIENDA Y ATENCIÓN A DOMICILIO

Puedes vivir en diferentes entornos: la vivienda de siempre, una vivienda con apoyos o una residencia.

VIVIENDAS DE PROTECCIÓN OFICIAL



*Inscribirse
en el registro*

¿Qué son?

Pisos económicos para quien tiene dificultades para comprar o alquilar una vivienda privada. Una pequeña parte de estos pisos están reservados a personas con discapacidad. Para optar a una vivienda de protección oficial, primero debes inscribirte en un registro de solicitantes.

¿Dónde se pide?



Sociedad Municipal de Vivienda (Calle Pantà, 30).



También se puede hacer por Internet.

Más información



93 733 61 71.



habitatge@terrassa.cat



Este servicio es público e inscribirse en el registro es gratis.



PROGRAMA DE ADAPTACIÓN DE VIVIENDAS



Guía
de viviendas
accesibles




¿Qué es?


Una ayuda para hacer pequeñas obras que mejoren la accesibilidad dentro de casa. Por ejemplo, poner una ducha sin peldaños, instalar barras y pasamanos, o ampliar puertas.

Se dirige a personas con discapacidad y con pocos recursos económicos, entre otros colectivos.

¿Dónde se pide?

 A través de Servicios Sociales.
Hay oficinas en cada distrito.

Más información

 93 731 59 82.

 serveissocials@terrassa.cat

 *Esta ayuda es pública y es gratuita.*



SERVICIO DE APOYO EN EL PROPIO HOGAR



Acceso
al servicio



¿Qué es?

Un servicio para personas con discapacidad que quieren vivir solas en su casa o compartir piso.

Profesionales de apoyo atienden a la persona en casa y la ayudan en todo aquello que necesita. Por ejemplo, tareas del hogar, alimentación o salud.

¿Dónde se pide?







Oficinas de Asuntos Sociales y Familias.

Hay que entregar un informe de la entidad que dará el servicio.

En Terrassa, lo hacen Prodis y LaFACT Fupar.

Más información

Fundación Prodis:  93 731 10 09  info@prodis.cat

LaFACT Fupar:  93 788 36 62  607 754 414



Este servicio es concertado. Lo ofrece una entidad privada y tiene un coste reducido porque la Generalitat paga una parte.



RESIDENCIA O HOGAR RESIDENCIA



Residencias para mayores. Atienden las 24 horas.
Algunas son privadas: la persona paga todo el coste.
Algunas son concertadas: la persona paga una parte y la Generalitat paga el resto. En este caso, hay que tener el grado 2 o 3 de dependencia.

☎ 93 731 59 82 ✉ serveidependencia@terrassa.cat

Residencia La Pineda - Fundación Vallparadís.

Atiende las 24 horas a personas con discapacidad intelectual. Para acceder a él, hace falta un informe del CAD (Centro de Atención a la Discapacidad). También ofrece un servicio de atención diurna que se llama CAE (Centro de Atención Especializada).

☎ 93 735 01 90 ✉ fvpineda@fundaciovallparadis.cat

Hogares residencia de la Fundación Prodis.

Son centros más pequeños e integrados en la comunidad. Solo atienden por las tardes, noches y fines de semana. Durante el día, las personas residentes trabajan o van a un centro ocupacional o formativo. Para acceder a él, hace falta un informe del CAD (Centro de Atención a la Discapacidad).

☎ 93 731 10 09 ✉ info@prodis.cat



Residencias para personas con discapacidad física



Residencias para mayores





SERVICIO DE ATENCIÓN A DOMICILIO



*Servicios
municipales*



*Servicios
privados*



Incluye diferentes apoyos dentro de casa para personas que han perdido autonomía:



Trabajador o trabajadora familiar.

Profesional que ayuda en el cuidado personal y en algunas tareas del hogar.



Comidas a domicilio.

Un repartidor trae a casa la comida. Está preparada y solo hay que calentarla.



Teleasistencia.

Servicio telefónico que soluciona emergencias.

¿Dónde se pide?



Puedes pagar estos servicios de manera privada. Hay que contactar con una empresa especialista.



Puedes recibir unas horas semanales de servicio público. Las personas con pocos ingresos tienen descuentos. Hay que pedirlo al Ayuntamiento

Más información



93 731 59 82.



serveissocials@terrassa.cat



TRABAJO




*Guía laboral
para personas
con discapacidad*

Estas entidades ayudan a encontrar trabajo.
Dan consejos, formación y ofertas de trabajo.

SERVICIO MUNICIPAL DE OCUPACIÓN

Personas con cualquier discapacidad.


 93 789 11 11.

 miquel.gutierrez@terrassa.cat



FUNDACIÓN ECOM

Personas con discapacidad física o orgánica.


 93 789 11 11.

 agarcia@ecom.cat



LAFAC FUPAR

Personas con discapacidad intelectual
o problemas de salud mental.

 93 788 36 62.

 fundaciofupar@lafact.cat





BINOMIS (L'HEURA DEL VALLÈS)

Personas con discapacidad intelectual o salud mental.

☎ 93 784 25 25.

✉ binomis@heura.org



PRODIS

Personas con discapacidad intelectual o salud mental.

☎ 93 731 10 09.

✉ info@prodis.cat



CENTROS ESPECIALES DE EMPLEO (CEE)

Los CEE son un tipo de empresa donde la mayoría de personas trabajadoras tiene discapacidad.

- **Grupo CANT:** limpieza, jardinería, mantenimiento, conserjería.
☎ 93 785 75 00 ✉ roda@grupocant.net
- **Diswork:** recepción, administración, control de accesos, manipulados, limpieza. ☎ 93 619 12 03 ✉ ifernandez@diswork.es
- **Fundación Prodis:** restauración, manipulados, limpieza, lavandería, mantenimiento, recepción, residuos. ☎ 93 731 10 09 ✉ info@prodis.cat
- **Fundación Integralia Vallès FPC:** centro de atención al cliente.
☎ 93 736 50 50 (extensión 19590) ✉ jrodriguez@integraliavalles.com
- **LaFACT Fupar:** manipulados, jardinería, limpieza, almacén, recepción, mantenimiento, administración. ☎ 93 788 36 62 ✉ suport22@lafact.cat
- **L'Heura:** jardinería, limpieza, conserjería, recepción.
☎ 93 735 02 20 ✉ heura@heura-cet.cat
- **Verdisseny Manipulats:** manipulados con cartón.
☎ 93 783 03 98 ✉ ramon.mullor@verdisseny.cat



DOCUMENTOS DE INTERÉS




Enlaces a los documentos y páginas web

Estos documentos te ayudarán a conocer mejor a las personas que han adquirido una discapacidad.






LIBROS

-  Marta Magaña y M. Lluïsa Magaña (2018). *La xocolatina*. Ediciones Bernat.
-  Sílvia Hatero (2020). *Volver a empezar. Vivir después de un ictus*. Editorial Noufront.

REVISTAS

-  *Sobre Ruedas*, de la Fundación Guttmann.

PÁGINAS WEB

-  ECOM. Asociaciones de personas con discapacidad física.
-  MIRADES SOLIDÀRIES. Centro Universitario de la Visión.
-  PROU BARRERES. Asociación local a favor de la accesibilidad.
-  OBSERVATORI DE VIDA INDEPENDENT. Asociación de Barcelona a favor del derecho a la vida independiente.
-  SIIDON. Información sobre discapacidad de origen neurológico y turismo adaptado (Instituto Guttmann).



RESUMEN DE SERVICIOS Y ENTIDADES



Oficina de Capacidades Diversas

Información, tarjeta y reserva de aparcamiento.

☎ 646 387 691 ✉ oficina.capacitatsdiverses@terrassa.cat



Servicios Sociales

Servicios de atención a domicilio, dependencia, banco de ayudas técnicas, obras en casa.

☎ 93 731 59 82 ✉ serveissocials@terrassa.cat



Movilidad

Tarjeta T Blanca.

☎ 93 739 70 00 ✉ mobilitat@terrassa.cat



Servicio municipal de vivienda

Viviendas de protección oficial.

☎ 93 733 61 71 ✉ habitatge@terrassa.cat



Servicio de ocupación

Búsqueda de trabajo, formación, orientación.

☎ 93 789 11 11 ✉ miquel.gutierrez@terrassa.cat



Puntos de Orientación Social

Ayuda para hacer trámites por Internet.

☎ 93 731 59 82 ✉ serveissocials@terrassa.cat



Centro de Atención a la Discapacidad

Valoración de la discapacidad, servicios discapacidad (residencia, centro de día, centro ocupacional).

☎ 93 785 83 00 ✉ cadterrassa.drets-socials@gencat.cat



Oficinas de Asuntos Sociales y Familias

Valoración dependencia, ayudas PUA, apoyo en el hogar.

☎ 93 693 25 02 (Ca n'Aurell) ☎ 93 785 11 13 (Les Arenes)



Centro para la autonomía personal Sirius

Información de productos de apoyo y adaptaciones.

☎ 93 483 84 18 ✉ sirius.dso@gencat.cat





Arte Paliativo

Terapia a través del arte.

☎ 619 628 995 ✉ info@artepaliativo.org



Bienestar emocional

Grupo de ayuda mutua.

☎ 645 841 034 ✉ silhate70@gmail.com



De bat a bat

Turismo y experiencias de ocio.

☎ 677 826 567 ✉ montse@debatabat.org



Fundación AVAN

Terapias y rehabilitación, atención diurna, ocio adaptado y apoyo a las familias.

☎ 93 788 20 80 ✉ terrassa@avan.cat



LaFACT Gent Gran

Centro de día, residencia, pisos con servicios, comida y atención a domicilio, fisioterapia, ortopedia.

☎ 93 736 49 49 ✉ infogentgran@lafact.cat



Terapia ocupacional a domicilio (Marta Carné)

Entrenamiento, rehabilitación, adaptaciones.

☎ 669 464 901 ✉ terapiaocupacionalacasa@gmail.com



Ferrocarriles de la Generalitat

Carnet de pensionista.

☎ 012 🌐 <https://bit.ly/3QIWONE>



RENFE

Tarjeta dorada.

☎ 912 320 320 🌐 <https://bit.ly/3zVGhIZ>





**Guía de recursos para personas
que han adquirido una discapacidad.**



Lectura
Fácil



Ajuntament de
Terrassa