

Revista Sinèrgics

NOVEMBRE 2020 (2^o exemplar)



Benvolguts veïns i veïnes de Baró us presentem aquest mes de novembre el segon exemplar de la revista.

Què és Sinèrgics?

Els espais de Sinèrgics són titularitat de l'Ajuntament, però la seva gestió correspon a l'equip de Sinèrgics (Estel, Pedro i Mariona), que pertany a l'associació privada Club Lleuresport,

Sinèrgics és un espai de treball compartit per persones amb projectes d'emprenedoria. Aquestes persones poden gaudir d'utilitzar una taula, llum, wifi, impressora, escàner, sales de reunions i d'un office per dinar, a canvi de cedir part del seu temps en fer accions socials per al barri.

Per tant, a diferència d'altres espais de cotreball, les persones usuàries no paguen una quantitat d'euros al mes per utilitzar els espais, sinó que fan acció social o retorn per al barri de Baró de Viver. Podríem dir que retornen al barri el fet de poder disposar d'un espai on treballar. El temps de retorn social es compta amb una moneda virtual simbòlica que es diu floc.

Totes les entitats de Baró disposen de flocs perquè puguin demanar suport a Sinèrgics i als projectes que s'hi troben a dins treballant!

En aquesta revista mensual anireu descobrint tot el que fem i com podem col·laborar amb el barri fent retorn social!

ATENCIÓ ENTITATS! OFERTA DE RETORN SOCIAL DES DE SINÈRGICS!



La **Pilar Vélez** amb el seu projecte Acompanya-arte fa un acompanyament a les persones a través de les arts plàstiques i visuals. La Pilar ens mostra com mitjançant l'art les persones poden expressar les seves emocions, virtuts, dificultats i anhels. L'art com a eina d'autoconeixement i molt més!
La Pilar ofereix tallers a les escoles del barri associacions i entitats!!
Descobriu molt més a la seva web: www.acompanya-arte.es

Si teniu interès en rebre retorn social contacteu amb Sinèrgics al correu electrònic: info@sinergics.cat

RETORN SOCIAL



COACH AMB LA CRISTINA TOJERO

La Fundació **Apip Acam** ens va demanar una persona que pogués dinamitzar un grup de dones d'origen musulmà per realitzar tallers de creixement personal. La nostra coworker Cristina Tojero -coach- realitza cada 15 dies diferents sessions on es treballen temes com la autoestima, gestió de la ràbia, emocions, etc.

CLUB DE FUTBOL BARÓ DE VIVER

Ara que el Club de Futbol de Baró està tenint canvis en la seva gestió, el nostre coworker Javi Rivilla - AmpaFiscalitat-, esta col·laborant amb ells gestionant i posant al dia tots els temes de fiscalitat.



ACCIÓ DES DE SINÈRGICS PER AL BARRI

AJUDA DIGITAL BARÓ

NOU SERVEI GRATUÏT D'AJUDA PER A GESTIONS DIGITALS A BARÓ DE VIVER

ACCÉS A INFORMES MÈDICS (CATSALUT)	PETICIÓ CERTIFICATS (NAIXEMENT, MATRIMONI...)
PETICIÓ PADRÓ MUNICIPAL	CERTIFICAT D'ESTAR AL CORRENT DE LA SS
CÀLCUL JUBILACIÓ	OBTENIR CITA PRÈVIA
CÒPIA DE LA VIDA LABORAL	INFORME BASES DE COTITZACIÓ
NOTIFICACIÓ ALTA O BAIXA	CERTIFICAT DRET A ASSISTÈNCIA SANITÀRIA
PETICIÓ BAIXA PER MATERNITAT	CERTIFICAT BENEFICIARIS SS
RENOVACIÓ ATUR	AFEGIR NOU BENEFICIARI SS
ACCÉS NOTIFICACIONS HISENDA	ACCÉS ALS TEUS COTITZACIONS
ACCÉS NOTIFICACIONS GENERALITAT	SOL·LICITUD INGRÉS MÍNIM VITAL
ENVIAR EMAIL AMB ARXIU ADJUNT	I MÉS GESTIONS DIGITALS

DILLUNS, DIMECRES I DIVENDRES
DE 15 A 17H
DIMARTS DE 9 A 12H

CARRER CLARIANA, 22
(SALA VERDA SINÈRGICS)

Telèfon
whatsapp

644 801 997

ajudadigitalbaro@gmail.com



#Educació

Districte de
Sant Andreu

Ajuntament de
Barcelona



Des del passat mes d'octubre a Sinèrgics funciona un nou servei per a la gent del barri, per a veïns i veïnes:

Un Servei gratuït d'ajuda en gestions digitals.

Davant la problemàtica digital que s'ha fet evident durant el confinament i postconfinament a Baró, tant des del Districte com des de Sinèrgics, vam pensar a fer algun tipus d'intervenció per cobrir la manca de recursos digitals de la gent de Baró. El nostre company Pedro Tejero va llençar una proposta per crear un petit servei d'ajuda que tindria lloc als espais de Sinèrgics. El Districte de Sant Andreu va fer-se càrrec de seguida del cost del servei i gràcies també a més educació, una cooperativa amb seu a Sinèrgics, s'ha pogut posar en marxa.

El servei atén a Sinèrgics (sala vídeo lab) en uns horaris concrets:

Dilluns, dimecres i divendres de 15h a 17h i dimarts de 9h a 12h

Podeu trucar o enviar missatge a **644 801 997** per quedar amb en Pedro!

LA COMUNITAT SINÈRGICS

Volem anar presentat als membres de la nostra comunitat poc a poc i aquest cop us presentem a dos dels coworkers mes pioners en el projecte:



Sandra Torras:

La Sandra Torras es Pedagoga. Des del seu projecte Gàlib. Formacó, consultoria i coaching, ajuda a les empreses i associacions a definir i escriure els seus objectius i projectes, i a trobar subvencions i finançament per dur-los a terme. També des de fa anys, acompanya a persones que volen fer canvis vitals i professionals per aconseguir millores a la seva vida. Per més info: [stgalibo@gmail.com/](mailto:stgalibo@gmail.com) <https://es.linkedin.com/in/sandratorras>



Omar Lechheb:

L'Omar Lechheb, molts de vosaltres el coneixeu ja que es veí del barri. Porta l'assessoria ASESOMAR. Es especialista en matèria d'estrangeria i nacionalitat espanyola. Però a part, s'ha adaptat a les problemàtiques socials que ha causat la pandèmia i ens pot ajudar en: tràmits on-line, obtenció de la Nacionalitat espanyola, sol·licitud d'autorització de residència, reagrupació familiar, entre moltes altres gestions.