



CIDA

JULIO - AGOSTO 89, N.º 10

avda. del val, 2
alcalá de henares 28804

telf.: 889 66 12

TURISMO ECUESTRE

Para los amantes de la equitación, esta modalidad ofrece la oportunidad de realizar cursos de iniciación y perfeccionamiento excursiones a caballo, programas especiales para niños, etc.

Ruta Macizo de Guilleries

Los grupos tienen que ser de 5 a 9 personas y el precio es de 69.725 pesetas.

Incluye: 7 noches de alojamiento en hotel en régimen de media pensión en Sant Hilari Sacalm, 6 días con caballos totalmente equipados, guía, seguro de accidentes.

Información: Mundo en Ruta. Carrera de San Jerónimo, 18 - 1.º C. - MADRID -
Teléf.: 522 91 60/69.

Algunas direcciones

Turismo Ecuestre "La Isla". Nava-luenga a (Gredos). Teléf.: 633 36 92

Caminos a caballo. C/. Duque de Liria, 3 - 28015 Madrid. Teléf.: 242 31 25 y 242 45 57.

Equitour. Juan Güel, 163. 08028 Barcelona. Teléf.: (93) 339 41 00.

Turismo Ecuestre. Picos de Europa. Ap. 48. Potes (Cantabria). Teléf.: (942) 73 08 96.

Rutas a Caballo. Agustina de Aragón, 14. 28006 Madrid.

TREKKING

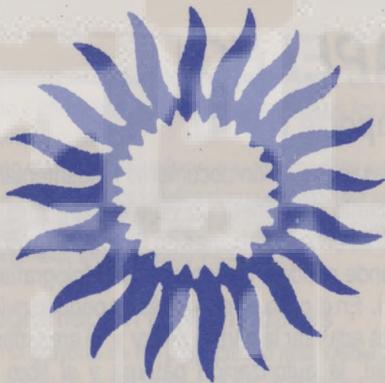
Es una forma de viajar en la que se recorren zonas que, por su compleja orografía sólo son accesibles a pie. Si eliges esta modalidad para pasar tus vacaciones, no olvides revisar tu mochila y tienda de campaña, y si no la tienes, alquilar o pedirla prestada.

En el caso de que decidas ir más allá de nuestras fronteras, existen seis caminos de gran recorrido que atraviesan Europa de Flensburg o a Ginebra, de Niza a Ostende, de Rouen a Marktredwitz, de Rust a Puigcerdá, de Venecia a Constanza y de Conpenhague a Rijeka.

Francia e Italia, paseos por los Alpes

Se combinarán la vista a pequeñas aldeas junto con grandes ciudades como Ginebra y Aosta. El viaje se realizará entre el 15 y 28 de julio, y desde el 2 al 15 de agosto. El Precio es de 45.000 pesetas e incluye: Viaje de ida y vuelta en autobús, excursiones radiales, alojamientos en camping, guías acompañantes y seguro. Las comidas se harán con fondo común.

ALTERNATIVAS



Sierra Nevada y Alpujarras

A pie por el techo de la Península. Los alojamientos se realizarán en camping, refugio y acampada libre.

Fechas: 15 al 25 de julio, 1 al 11 de agosto, 14 al 24 de agosto y 1 al 11 de septiembre. El precio es de 47.500 e incluye: Alojamiento, Pensión Completa, traslado en autobús, vehículo de apoyo, material de camping y cocina. Guía acompañante y Seguro.

Información: Karacol. C/. Montera, 32 - 1.º. 28013. Teléf.: 521 93 18.

Algunas direcciones

Información: ORIENTE ES ASI. INTERK. Calle Menorca, 40. Teléf.: 409 32 81. 28006 Madrid. EDELWEIS. Calle Serrano, 63 - 2, dcha. Teléf.: 431 77 24. 28001 Madrid. TREKKING Y AVENTURA. Calle Don Ramón de la Cruz, 93. Teléf.: 401 22 98. 28006 Madrid. ADINDA. Calle Crucero 25 de Mayo, 9. Teléf.: 458 15 34. 28016 Madrid. AÑOS LUZ. Calle Rodríguez San Pedro, 2. Of. 1202. Teléf.: 445 11 45. 28015 Madrid. ROSA DELS VENTS. Calle Jaime I, 13. Teléf.: (93) 319 09 62. 08002 Barcelona. NUR TRAVEL. Calle Valencia, 290. Teléf.: (93) 216 05 17 y 216 07 59. 08007 Barcelona. NUEVAS FRONTERAS. Calle Mar, 47. Teléf.: (96) 351 58 05 y 351 63 19. 46003 Valencia. CENTRE EXCURSIONISTA DE VALENCIA. Calle Cavallers, 21. Teléf.: (96) 331 16 43. 46001 Valencia. OSTADAR. Calle Edorta Aiarzagoeua. Travesía de las Esuelas, 1. Teléf.: (94) 416 82 80. 48006 Bilbao (Vizcaya). IZADIARTEAN. Calle Lau Aizeta, 16-5C. Teléf. (943) 35 18 39. 20017. San Sebastián (Gupuzcoa).

EN BICICLETA

Lo más divertido: la bicicleta. Es ideal para disfrutar de unas vacaciones en contacto con la naturaleza. Gran cantidad de agencias de viajes y asociaciones de tiempo libre se dedican al cicloturismo y proponen recorridos, tanto por ESPAÑA, como por el extranjero.

Bicicleta de Montaña

Raid de los Pirineos, del 18 al 25 de julio partiendo desde Baqueira Beret. El precio (aproximado) es de 34.000 ptas. e incluye: viaje, alojamiento, comidas, etc.

Información: Viajes Zeppelin S. A. C/. Costanilla de los Ángeles, 15. 28013 Madrid, Teléfs.: 248 84 19 - 248 30 71 - 248 01 55.

Algunas direcciones

Ocio y Viajes Karacol, c/. Montera, 32. 28013 Madrid. Teléf.: 521 93 18.

Años Luz. Ronda de Sant Pere, 11. 08010 Barcelona. Teléf.: (93) 302 50 81.

Viajes Entalpia, C/. Hilarion Eslava, 50. 28015 Madrid. Teléf.: 449 68 03.

Petra-Bici. Alameda de Urquijo, 52. 48011 Bilbao. Centro Excursionistas de Valencia. C/. Cavallers, 21. 46001 Valencia.

Por otra parte, si lo que quieres es alquilar una bicicleta y organizarte por tu cuenta, en todas las poblaciones del país encontrarás establecimientos de alquiler. Si tienes problemas para hacerte con una bici, consulta en la Consejería de Juventud de la Comunidad Autónoma en la que te encuentres.

NUEVO HORARIO PARA EL MES DE JULIO

De lunes a viernes:

Mañana 10'00 a 14'00 horas.

Tarde 19'00 a 21'30 horas.

Sábados:

11'30 a 13'30 horas.

EN AGOSTO... VACACIONES.

RAFTING

Rafting e Hidrospeed con descenso de barrancos por el tramo del río Noguera-Pallaresa con un recorrido de 40 Km. Zona donde se encuentran el pueblo de Llavorsí y la Fuente de la Figuereta en el desfiladero de Collegas. La duración es de ocho días y el precio de 56.700 pesetas.

Incluye: 7 noches en régimen de media pensión en aparthotel / Hostelería en Sort (Lérida). Guía, material: traje isotérmico, casco, aletas de bucear y material de rappel.

Información: Mundo Ruta. C/. Carrera de San Jerónimo, 18 - 1.º C. Teléf.: 522 91 60/69.

AVENTURA

Del 1 al 10 de septiembre a bordo de vehículos todo terreno partirá una expedición con el fin de recorrer el Gran Erg Occidental, a través del oasis de Taguit, Bini - Abbes, Kerzaz, Timimoun, El Golea, Gardhaia, etc. Las 70.000 pesetas, que cuesta, incluye los barcos ida y vuelta, desayuno y comidas en ruta (no en ciudades), vehículos 4x4, material de acampada.

Información: Viaje Zeppelin, S. A. Costanilla de los Angeles, 15 Madrid. Teléfs.: 248 84 19 - 248 30 71 - 248 01 55.

EN TREN

TRANSCANTÁBRICO JOVEN

FEVE (ferrocarriles Españoles de Vía estrecha) ha vuelto a organizar este año la ruta del TRANSCANTÁBRICO JOVEN para jóvenes entre 14 y 26 años.

Se trata de un itinerario de 8 días recorriendo la cornisa cantábrica en tren, conociendo sus pueblos y ciudades y durmiendo en tienda de campaña. El recorrido es BILBAO - FERROL o viceversa:

- 1er. - día: BILBAO - LAREDO
- 2.º - día: LAREDO - SANTANDER
- 3er. - día: SANTANDER - LLANES
- 4.º - día: LLANES - RIBADESELLA
- 5.º - día: RIBADESELLA - CANDAS
- 6.º - día: CANDAS - LUARCA
- 7.º - día: LUARCA - VIVERO
- 8.º - día: VIVERO - FERROL

Viajes para grupos

FECHAS DE SALIDA

BILBAO: 5 junio - 19 junio
3 julio - 28 agosto
FERROL: 12 junio - 26 junio
10 julio.

PRECIOS CON DESAYUNOS Y UNA COMIDA.

- Grupos mínimo 30 personas y hasta 34 15.000 ptas persona.
- Grupos de 35 a 40 personas 14.200 ptas. persona.
- Grupos de 41 a 45 personas 13.200 ptas. persona.
- Grupos de 46 a 54 personas 12.400 ptas. persona.

PRECIOS CON TODAS LAS COMIDAS Y DESAYUNOS

- Grupos mínimo 30 personas y hasta 35 21.000 ptas. persona.
 - Grupos de 36 a 40 personas 19.500 ptas. persona.
 - Grupos de 41 a 45 personas 18.250 ptas. persona.
 - Grupos de 46 a 54 personas 17.400 ptas. persona.
- IVA INCLUIDO.

Viajes plaza a plaza

Desde el 17 de julio al 21 de Agosto

SALIDAS DESDE BILBAO:

17 julio - 31 julio - 14 agosto.

SALIDAS DESDE FERROL:

24 julio - 7 agosto - 21 agosto

Precio 15.000 ptas.- pax. IVA INCLUIDO

EL PRECIO INCLUYE

* Transporte a bordo de un tren dotado de vídeo, hilo musical, máquina expendedora de bebidas y frutos secos, etc.

* Pernocta en campings.

* Duchas con agua caliente.

* Desayunos (café-leche, bollo, mantequilla y mermelada).

* Excursión a Picos de Europa/lagos de Covadonga/Covadonga/Ruta del Cares.

* Una comida típica el día de la excursión.

* Guía acompañante.

* Regreso al punto de partida en tren regular (sólo válido hasta 3 días después de finalizar el viaje)

NO INCLUYE tienda de campaña.

Reserva en tu Agencia de Viajes, en oficinas TIVE o directamente en FEVE - Santander.

Teléfonos de información:

Santander: (942) 22 82 90 y 22 78 96

Madrid: (91) 253 76 56

PAPELEO

Pasaporte o D.N.I.

El pasaporte es un documento fundamental en el momento de planear un viaje al extranjero. Lo obtendrás en la Comisaría de Policía de la localidad donde resides. Necesitarás dos fotografías y el D.N.I. En el caso de que estés en periodo militar deberás adjuntar la cartilla militar y, si eres menor de edad, la autorización paterna y el libro de familia.

De todos modos, no siempre es imprescindible el pasaporte. Para entrar en los siguientes países basta con presentar el Documento Nacional de Identidad, Austria, Bélgica, Dinamarca, Francia, Gran Bretaña (excepto Gibraltar), Holanda, Irlanda, Italia, Liechtenstein, Luxemburgo, Malta, Mónaco, Portugal, República Federal de Alemania, Suiza y Grecia.

¡No olvides que la estancia máxima permitida es de tres meses!

Visados

Por el contrario, en numerosos países se exige, no solo el pasaporte, sino también visado, condición sin la cual no será posible traspasar sus fronteras. El visado podrás tramitarlo en el Consulado del país en el que quieres pasar tus vacaciones. En él quedarán especificadas las condiciones a las que debes ajustarte y los días de estancia.

Más **Información** sobre la obtención de visados: Ministerio de Asuntos exteriores. Teléf.: (91) 265 86 05/266 48 00.

Permiso de trabajo y residencia

Muchos de vosotros aprovecháis el verano para trabajar en el extranjero y, al mismo tiempo, aprender un idioma.

Alguna de estas actividades laborales estacionales ("au pair" campos de voluntariado internacional) están exentas de tramitar el permiso de trabajo correspondiente. Pero si el trabajo que debéis realizar supone la formalización previa de un contrato, son necesarios los permisos de residencia y trabajo. Antes de emprender el viaje, infórmate sobre estos requisitos

en las Direcciones Provinciales de Trabajo que corresponden a tu lugar de residencia o en las Delegaciones Provinciales del Instituto Español de Emigración.

Documentación del coche

Si viajas en coche, antes de partir, asegúrate que no olvida ninguno de estos documentos:

- Permiso de Conducir.
- Permiso de Circulación.
- Tarjeta de expedición técnica del coche.
- Seguro obligatorio.
- Carta Verde (no es necesaria en países de la CEE, R.D. Alemania, Austria, Checoslovaquia, Finlandia, Hungría, Noruega, Suecia y Suiza). Esta carta adapta tu seguro de responsabilidad civil al de los países que visites. Se puede adquirir en la frontera, pero es más ventajoso contratarla en la compañía aseguradora de tu coche.
- Carnet Internacional de Conducir (sólo para determinados países). Lo conseguirás en asociaciones de automovilistas (como el RACE), con el carnet de conducir y dos fotografías.

Certificado Internacional de vacunación

Es recomendable que antes de hacer tu viaje, especialmente a países de Asia, Africa o Sudamérica, te asesores en las Delegaciones Territoriales de Sanidad o en la Dirección de Sanidad. Sobre la conveniencia de ser vacunado.

Las tres vacunas más usuales son:

- Viruela: para todo el mundo, excepto Europa y Norteamérica.
- Cólera: necesaria para Asia y algunos países de Africa.
- Fiebre amarilla: para Africa y América Tropical.

Para obtener el Certificado Internacional de Vacunación es necesario presentar el DNI o pasaporte y pagar las tasas correspondientes.

Para más **información:** Ministerio de Sanidad y Consumo. Teléf.: 420 00 00. P.º del Prado 18-20. 28014 Madrid.

Carnet de alberguista

Para alojarte en los más de 6.000 albergues distribuidos por todo el mundo y que dependen de la Federación Internacional de Albergues Juveniles (IYNF) es necesario estar en posesión de este carnet.

Al solicitarlo, deberás presentar el pasaporte o DNI, dos fotografías y 500 ptas. Si eres mayor de 26 años, el importe es de 1.000 ptas.

También existen otras modalidades de carnet alberguista:

- Grupo (mínimo de 10 personas): 2.000 ptas.
- Familiar: 3.000 ptas.
- Extranjero: 1.800 ptas.

Información: Fernando el Católico, 88. 28015 Madrid. Teléfonos: 243 02 08 - 243 74 12.

cas en Portugal, Francia, Bélgica, Luxemburgo, Holanda y Escocia, países en los que también está incorporado este carnet.

información: CIDAJ. Avda. del Val, n.º 2. Teléf.: 889 66 12.

Carnet Internacional de Campista

El pertenecer a la Federación Internacional de Camping, te da derecho a un seguro de responsabilidad civil y daños a terceros, por valor de 134.000 francos suizos, y además, te permite conseguir descuentos en la adquisición de material de acampada y deporte e intercambios de equipo.

Para obtener el Carnet Internacional de Campista necesitas dos fotos, un documento que te identifique y el importe correspondiente.

Las cuotas de asociación suponen un desembolso, en concepto de entrada de 1.000 ptas, y el pago

anual - en el que se incluye toda la familia - de 2.800 ptas. Para menores de 25 años, la entrada es de 700 ptas. y las anualidades ascienden a 2.300 ptas.

Información: Federación Internacional de Campings. Edificio España, grupo 4, planta, 11. Oficina, 4. 28013 Madrid. Teléf.: 542 10 89.

Carnet de auto-stop

El Carnet Internacional de Auto-stop te facilitará esta forma de viajar. Al obtenerlo se renuncia expresamente a ejercer acciones legales contra los automovilistas. Esta renuncia está compensada con la suscripción de una póliza de seguro de accidentes individuales que cubre todos los gastos derivados de este tipo de percances, por cantidad limitada, así como indemnizaciones por muerte o

invalidez.

Para solicitarlo necesitarás dos fotografías, tu pasaporte o DNI y 800 ptas.

Sólo para Jóvenes

Existen carnets especiales para jóvenes y estudiantes con los que obtendrás descuentos en viajes y actividades de carácter turístico. Los más conocidos son:

ISIC: Tarjeta Internacional de Estudiante Ofrece la posibilidad de obtener descuentos en viajes, alojamientos, servicios turísticos, visitas culturales, restaurantes de enseñanza media, universitaria y formación profesional, menores de 31 años. Necesitáis presentar un documento que acredite que estáis matriculados en un curso completo, una

fotografía y 250 ptas.

YIEE: Carnet Internacional FIYTO. Ofrece ventajas similares al ISIC, a jóvenes menores de 26 años. Es imprescindible presentar un documento de identidad, una foto y 300 ptas.

Información: Fernando el Católico, 88. 28015 Madrid. Teléf: 243 02 08 - 243 74 12.

CARNET JOVEN: Carnet ofrecido por cada una de las Comunidades Autónomas que componen el Estado Español, con validez en todo el territorio nacional. Los jóvenes de 14 a 26 años podéis conseguir descuento en los viajes, compras, servicios e instalaciones, previa presentación de la tarjeta. Para solicitarla debéis presentar un documento de identidad, dos fotografías y 300 ptas.

Su posesión supone también ventajas económi-

TRABAJO

AYUNTAMIENTO DE MADRID

3 Plazas de Veterinarios
Titulación: Licenciado de Veterinaria
170 Plazas de Asistentes Sociales

Titulación: Asistente Social
22 Plazas de Ayudante de Archivos, Bibliotecas y Museos
30 Plazas de Inspectores de Consumos y Abastos
Plaza de Solicitud: 20 - 7 - 89
B.O.C.M.: 22 - 6 - 89

CORTES GENERALES

2 Plazas de Analista
7 Plazas de Operadores
5 Plazas de Programadores
Plazo de solicitud: 20 - 7 - 89
B. O. E. 4 - 7 - 89

56 PLAZAS DE BOMBEROS

Convoca: Consejería de Hacienda
Titulación: Graduado Escolar
Plazo de Solicitud: 23 - 7 - 89
BOCM: 3 - 7 - 89



A TENER EN CUENTA

Como en años anteriores y por estas fechas, cientos de niños y jóvenes se encuentran disfrutando de sus vacaciones en los campamentos de verano, campos de trabajo, colonias todo tipo de actividades que durante los dos últimos meses han estado ofertando asociaciones e instituciones públicas y privadas.

No es difícil encontrar justificaciones pedagógicas a este tipo de actividades que, por definición, parece que propugnan una metodología activa y participativa, dentro de un entorno rico en estímulos, y con unas actividades que procuran la experimentación, la vivencia en la naturaleza, la solidaridad ...

Desgraciadamente estas premisas no se cumplen en la mayoría de los casos, por lo que se imponen una serie de reflexiones para que todos los beneficiarios de estas actividades busquen y elijan, al margen de publicaciones engañosas, las verdaderas propuestas (que las hay) que cumplan las condiciones básicas que a continuación se exponen.

Existencia de Objetivos

Toda actividad que pretende ser educativa, (todas las

actividades en el tiempo libre deben tener un sentido lúdico y educativo), debe tener claro qué es lo que se pretende conseguir.

Esto no tiene que reducirse a unas bonitas palabras que aparecen en los folletos sino que deben ser parte de un proyecto educativo público y claro, que pueda ser contrastado, argumentado y discutido.

Programación de Actividades

En la mayoría de los proyectos lo más visible es una lista sin fin de actividades que generalmente sin coherencia, hacen imaginar unos días frenéticos y llenos de nuevas experiencias.

Pero ¿son actividades con sentido y programadas para conseguir unos objetivos? o por el contrario ¿es hacer por hacer? ¿se trata solamente de rellenar quince días y matar el tiempo? ...

Una Metodología Coherente

El equipo de responsables (monitores, coordinadores, etc.) ha debido encontrar una pauta común de trabajo,

un método de funcionamiento por el cual guiarse y unas formulas comunes de actuación para conseguir una coherencia imprescindible dentro del grupo.

Al no ser así, no en todos los casos, nos encontramos con actividades trasnochadas donde la repetición de esquemas es la nota predominante y otros donde la anarquía existente en el grupo de responsables se confunde con una buena relación de sus miembros sin atender a los intereses de los niños o jóvenes participantes.

El Equipo Humano

Muchas personas con tiempo y que les gusta la naturaleza o rodearse de niños se creen capacitados para llevar un grupo y una actividad de tiempo libre; desde el cura de la parroquia a la asociación de vecinos pasando por las APAS o los partidos políticos.

Actualmente solo existe una titulación que faculta y permite el organizar y llevar a la práctica este tipo de actividades. Estas titulaciones son las de monitor y coordinador de tiempo libre obtenidas en Escuelas de Animación oficialmente reconocidas.

Henar Escuela de Animadores y Educadores de **TIEMPO LIBRE**

FICHA TÉCNICA N.º 8

SEGUROS PARA VIAJAR

Una de las cuestiones que hay que tener en cuenta y que generalmente dejamos para última hora cuando preparamos un viaje es el tema de los seguros. No nos planteamos que en un periodo de vacaciones, que se supone de diversión y disfrute podamos caer enfermos o nos ocurra algún accidente. Sin embargo no estamos exentos de sufrir percances. Os presentamos en este número los tipos de seguros y concertos que mantiene la Seguridad Social con distintos países europeos, así como otros de carácter privado que pueden tener interés.

SEGURIDAD SOCIAL NACIONAL

Si estás afiliado a Seguridad Social, podrás solicitar sus servicios en cualquier punto de España, presentando la Cartilla de asistencia o fotocopia acompañada de carnet de identidad, sin necesidad, de volantes o cartilla de desplazamiento.

EXTRANJERO

La situación es diferente dependiendo de qué país desees visitar, a saber: en los países de la Comunidad Económica Europea el sistema será el siguiente:

Todos los países comunitarios (excepto el Reino Unido) exigen la presentación de un

formulario E 111 ("Certificación de derecho a prestaciones en especie durante una estancia temporal en un Estado miembro") para servir prestaciones de asistencia sanitaria de carácter urgente a un beneficiario procedente de otro Estado miembro. Lee atentamente las instrucciones que figuran al dorso del mismo y llévalo siempre contigo.

Se te van a aplicar las mismas disposiciones que rigen para los nacionales del país que visitas.

Es aconsejable no demorar los trámites en aquellos Estados miembros en los que es necesario canjear el formulario E 111 por otro documento para la obtención de las prestaciones de asistencia sanitaria.

La prestación de asistencia sanitaria es gratuita en la mayoría de los países. Sin embargo, en algunos de ellos tendrá que abonar parte o la totalidad del coste. En caso de que hayas abonado la totalidad, solicita el reintegro, antes de tu regreso, en la Institución extranjera correspondiente que te reembolsará la cantidad que proceda.

En caso de hospitalización urgente, y aunque, no esté en tu poder el formulario E 111, indica siempre que deseas ser asistido conforme a las disposiciones de la Comunidad Económica Europea en materia de Seguridad Social.

A continuación te indicamos como debes proceder en cada uno de los Estados.

ALEMANIA (REPÚBLICA FEDERAL)

INFORMACIÓN:

Oficinas del Seguro de Enfermedad (AOK).

ASISTENCIA MÉDICA:

Presenta el formulario E 111 en la Oficina Local del Seguro de Enfermedad (AOK), donde te entregarán un "volante de asistencia" para obtener asistencia sanitaria de forma gratuita. Acude a un médico o centro Hospitalario que pertenezca al AOK y presenta el "volante de asistencia". Si no has podido obtener el mencionado documento, presenta el formulario E 111. Es posible que en este caso tengas que abonar honorarios. Solicita factura.

El médico al que abonaste los honorarios te devolverá el importe de éstos, siempre que le entregues el correspondiente "volante de asistencia" en el plazo máximo de diez días.

MEDICAMENTOS:

Presenta la receta en cualquier farmacia. En general, deberás abonar una determinada cantidad como participación en el coste del medicamento.

HOSPITALIZACIÓN:

Si el médico considera que precisa asistencia hospitalaria te entregará un justificante. Preséntalo, junto con tu formulario E 111, en la Oficina Local del Seguro de Enfermedad (AOK), donde te harán entrega de un certificado indicando que AOK se hace cargo del coste de la asistencia hospitalaria. Presenta dicho certificado en la Administración del hospital cuando ingreses. Como norma, deberás abonar una pequeña cantidad diaria durante los primeros 14 días de hospitalización.

En el supuesto de que ingreses en el hospital sin haber cumplido estas formalidades, presenta el formulario E 111 en la Administración del mismo y solicita que se pongan en contacto con la Oficina Local del Seguro de Enfermedad (AOK). Si ésta no asumiera el gasto, el mismo será a tu cargo.

FRANCIA

INFORMACIÓN:

Cajas Primarias del Seguro de Enfermedad (Caisse Primaires d'Assurance).

ASISTENCIA MÉDICA:

Antes de acudir al médico asegúrate de que está concertado con el seguro francés de Enfermedad El médico te cobrará honorarios y, como justificante, te entregará un "volante de asistencia" (feuille de soins), documento imprescindible para que dentro de los quince días siguientes puedes solicitar el reembolso del importe abonado.

MEDICAMENTOS:

Deberás presentar la receta en cualquier farmacia y abonar el importe de los medicamentos. El farmacéutico te devolverá la receta. Conserva el precinto separable de los medicamentos (vignettes).

HOSPITALIZACIÓN:

El médico te entregará un certificado para tu ingreso, en el hospital. Éste enviará a la Caja Primaria del Seguro de Enfermedad un formulario de "aviso de ingreso-aceptación de responsabilidad" junto con tu formulario E 111. Deberás remitir el formulario E 111 a la Caja en el supuesto de que la Administración del hospital no haya enviado junto con el formulario de "aviso de ingreso-aceptación de responsabilidad". Si recibes tratamiento en un hospital concertado, la oficina del seguro de enfermedad pagará un porcentaje directamente al hospital, debiendo abonar la diferencia o, en su caso, las cuotas diarias hospitalarias.

REINTEGRO DE GASTOS POR PRESTACIONES:

Acude a la Caja Primaria del Seguro de Enfermedad. Presenta el "volante de asistencia" (feuille de soins), firmado y fechado por ti, al que previamente habrá unido los precintos separables de los medicamentos, junto con el formulario E 111 y las recetas. El importe a reintegrar será determinado en función de tarifas oficiales.

GRECIA

INFORMACIÓN:

Instituto de Seguros Sociales (IKA). Oficinas Regionales, Locales y Delegaciones.

ASISTENCIA MÉDICA:

Presenta el formulario E 111 y tu pasaporte en la Oficina Local del IKA, te entregarán una "cartilla sanitaria especial" y te remitirán a una Clínica o médico del IKA, cuya asistencia es gratuita.

MEDICAMENTOS:

Presenta la receta y la "cartilla sanitaria especial" en cualquier farmacia. Tendrás que abonar un porcentaje del precio del medicamento.

HOSPITALIZACIÓN:

Solicita un "volante de ingreso" en la Oficina Local del IKA. Si ingresas en un hospital sin haber cumplido esta formalidad, presenta el formulario E 111 en la Administración del mismo y ponte en contacto con el IKA.

REINTEGRO DE GASTOS POR PRESTACIONES SANITARIAS:

Si por razones de urgencia, obtienes medicamentos o asistencia médica u hospitalaria de carácter privado, deberás abonar el importe completo. Solicita recibos y preséntalos, junto con la "cartilla sanitaria especial" y el formulario E 111 en cualquiera de las Oficinas del IKA en el plazo máximo de tres días. En el supuesto de que se conceda el reintegro, el importe del mismo será conforme a tarifas estables.

IRLANDA

INFORMACIÓN:

Servicio de Salud de la localidad en la que te encuentres (Health Board).

ASISTENCIA MÉDICA:

Presenta el formulario E 111 en el Servicio de Salud Local donde te indicarán los médicos pertenecientes al mismo. Es posible que debas cumplimentar una declaración sencilla. La asistencia médica es, normalmente gratuita.

MEDICAMENTOS:

Presenta la receta en cualquier farmacia y obtendrás los medicamentos sin tener que abonar cantidad alguna.

HOSPITALIZACIÓN:

El médico dispondrá tu ingreso en un hospital del Servicio de Salud. El tratamiento dispensado en salas comunes es, normalmente, gratuito. Si, por razones de urgencia, acudes directamente al hospital, presente el formulario E 111 en la Administración del mismo.

ITALIA

INFORMACIÓN:

Unidades Sanitarias Locales (Unità Sanitarie Locali).

ASISTENCIA MÉDICA:

Presenta tu formulario E 111 en la Unidad Sanitaria Local. Te facilitarán un "talónario de asistencia sanitaria" (lee atentamente las instrucciones) y una relación de los médicos pertenecientes al sistema. Acude a cualquiera de ellos prestando el talónario tendrás que abonar los honorarios. Solicita una factura.

MEDICAMENTOS:

Presenta la receta en cualquier farmacia. Deberás abonar una parte del precio del medicamento.

EDITA:

CENTRO DE INFORMACIÓN, DOCUMENTACIÓN Y ASESORAMIENTO DE LA JUVENTUD. CONCEJALÍA DE LA JUVENTUD. AYUNTAMIENTO DE ALCALÁ DE HENARES.

HOSPITALIZACIÓN:

Si el médico considera que precisas asistencia hospitalaria, te hará entrega de un certificado que deberás, presentar en la Unidad Sanitaria Local para obtener una autorización, te facilitarán una relación de hospitales. En caso de extrema urgencia, dirígete directamente al hospital público más cercano, presentando el formulario E 111 en la Administración del hospital.

REINTEGRO DE GASTOS POR PRESTACIONES:

Acude a la Unidad Sanitaria Local y presenta tu formulario E 111 junto con las facturas, por si procediera el reintegro de los gastos.

PORTUGAL

INFORMACIÓN:

Administraciones Regionales de Sanidad o Centros de Salud.

En Azores y Madeira: Directorio de la Seguridad Social.

ASISTENCIA MÉDICA:

Presenta el formulario E 111 en la Oficina de la Administración Regional de Salud. Te facilitarán una "cartilla de asistencia médica". Puedes obtener asistencia sanitaria gratuita en los Centros de Salud, en los hospitales y Centros de Sanidad privados con las Administraciones Regionales de Sanidad. En determinados tratamientos hay que abonar ciertas cantidades.

MEDICAMENTOS:

Presenta la receta en cualquier farmacia. Deberás abonar un porcentaje del precio de los medicamentos.

HOSPITALIZACIÓN:

En principio, el médico deberá deducir su ingreso en un hospital.

En caso de extrema urgencia, dirígete a un hospital de la red estatal, presenta el formulario E 111 en la Administración del mismo y ponte en contacto con la Administración Regional de Sanidad o Centro de Salud del lugar de tu estancia.

REINTEGRO DE GASTOS POR PRESTACIONES SANITARIAS:

No se reintegran los gastos producidos por haber acudido a la medicina privada.

REINO UNIDO

INFORMACIÓN:

Servicio de Salud (National Health Service).

Oficinas de Correos y Comités Locales de Medicina de Familia (Family and Practitioner Committees).

ASISTENCIA MÉDICA:

Para recibir asistencia sanitaria gratuita deberás asegurarte de que el médico al que acudes pertenece al servicio Nacional de Salud (NHS). Encontrarás una relación de médicos del Servicio Nacional de Salud en casi todas las principales Oficinas de Correos y en los Comités Locales de Medicina de Familia.

MEDICAMENTOS:

Deberás abonar una cantidad por medicamento prescrito. Las mujeres mayores de 60 años, los hombres mayores de 65 años y niños menores de 16 años no abonan cantidad alguna. Antes de entregar la receta al farmacéutico debes marcar la casilla y el círculo correspondiente al dorso del modelo de receta FR 10 y firmarlo.

HOSPITALIZACIÓN:

Cuando el médico lo considere necesario, dispondrá tu ingreso en un hospital.

En caso de extrema urgencia, puedes acudir directamente al hospital. Haz constar claramente que deseas ser atendido de acuerdo con las disposiciones de la Comunidad Económica Europea en materia de Seguridad Social, ya que los hospitales británicos admiten pacientes privados.

La asistencia hospitalaria es gratuita, como lo es la utilización de una ambulancia en caso de urgencia.

BÉLGICA

INFORMACIÓN:

Oficinas Regionales de la Caja Auxiliar del Seguro de Enfermedad e Invalidez (Office Regional de la Caisse Auxiliare d'Assurance Maladie-Invalidité) y en la Mutualidades (Mutualités).

ASISTENCIA MÉDICA:

Puedes acudir a cualquier médico, presentando tu formulario E 111. Deberás abonar el coste de la asistencia. Solicita un justificante en el modelo oficial.

MEDICAMENTOS:

Presenta la receta y el formulario E 111 en cualquier farmacia. Tendrás que abonar los medicamentos. Solicita un recibo y copia de las recetas selladas.

HOSPITALIZACIÓN:

Dirígete a una Oficina Regional o Mutualidad. Si no has podido hacerlo antes de tu ingreso en el hospital, presenta el formulario E 111 en la Administración del mismo, para que se pongan en contacto con una Oficina Regional o Mutualidad. Ésta se hará cargo de parte de los gastos y sólo tendrás que abonar la participación del paciente.

REINTEGRO DE GASTOS POR PRESTACIONES SANITARIAS:

Acude a una Oficina Regional o Mutualidad. Presenta el justificante de la asistencia sanitaria prestada, el recibo de los medicamentos, la copia de las recetas selladas y el formulario E 111. Se te reintegrará un porcentaje del coste de la asistencia recibida y los medicamentos.

Si el país no es de los Comunitarios el Sistema de Seguridad Social será el regulado por el Convenio Internacional que España haya firmado con este País. Para poder hacer uso de los sistemas de la Seguridad Social en estos países, deberás llevar, al igual que en los anteriores, una certificación de derecho a prestaciones específicas del país que vayas a visitar. Este impreso lo puedes conseguir en las agencias de Seguridad Social de tu localidad.

Información en Alcalá de Henares: C/ Carmen Calzado.

OTROS TIPOS DE SEGUROS

ISIS: Seguro Internacional para jóvenes y estudiantes. Puedes suscribirte por un periodo de tiempo variable y cubre los gastos médicos y de hospitalización, indemnización por muerte o invalidez, gastos extras de viajes por necesidad de anticipar el ingreso o por desplazamiento de un miembro de la familia, en caso de enfermedad o accidente, pérdida o deterioro del equipaje, etc. Puedes suscribir el seguro ISIS en cualquier oficina TIVE.

Europ Assistance: Cubre los mismos gastos que el seguro ISIS y cualquier percance que pueda surgir con el automóvil. Infórmate en Europ Assistance. C/ Orense, 4. 28020 Madrid. Teléf.: 597 21 25.

Mundial Assistance: De similares características o Europ Assistance. Teléf.: 441 33 44.