Guia

de salut per
a joves

oficinajove
del Baix Penedès

Última actualització: Octubre 2026

Aquí tens un recull d'adreces, telèfons i pàgines web perquè puguis realitzar **les consultes que necessitis relacionades amb la salut;** ja sigui sobre sexualitat, drogues, alimentació o d'altres aspectes que t'interessin.

De ben segur que amb algun d'aquests contactes podràs resoldre els dubtes o les inquietuds que tinguis sobre la salut física i afectiva.

A més, recorda que als Punts d'Informació Juvenil també pots trobar informació i contactes referents a aquest tema i a molts d'altres.

Si tens una bona informació, podràs prendre les decisions que creguis més adients.

A més, es pot demanar assessorament individualitzat a **l'Oficina Jove del Baix Penedès.**

Carrer Àngel Guimerà, 17
El Vendrell
977 15 71 57
616 91 73 18
jove@baixpenedes.cat
@oficinajovebp

Índex

Serveis sanitaris	4
Centres d'atenció primària	5
Consultoris a la comarca	6
Drogues	10
Relacions sexoafectives	12
Alimentació	16
Salut mental	17
Altres	18

Serveis sanitaris

061 SALUT RESPON

Tel. **061** (24h)
App: 061 Salut Respon
Resolució de tràmits administratius, consultes relacionades amb la salut i activació d'emergències mèdiques si cal.
Web: 061 Salut Respon

INFORMACIÓ SOBRE SALUT I PREVENCIÓ

Web: canalsalut.gencat.cat
Hi trobaràs informació sobre qualsevol tema de salut així com del funcionament de la targeta sanitària i un cercador de centres de salut. També pots fer consultes omplint un formulari a la web.

LA MEVA SALUT

Web: lamevasalut.gencat.cat
Espai digital personal de consulta i relació que permet accedir a la informació de salut, fer tràmits i consultes i utilitzar diferents serveis sanitaris en línia. Hi poden accedir les persones de 16 anys o més que tinguin la Targeta Sanitària Individual. S'hi pot entrar amb l'idCAT Mòbil, certificat digital, DNI electrònic o contrasenya.

HOSPITAL DEL VENDRELL

Ctra. Barcelona, s/n. 43700 El Vendrell
Informació: **977 25 79 00** (24h)
Urgències: **977 25 79 14**
Citació: **977 23 18 14**

CAP - Centre d'Atenció Primària

CAP EL VENDRELL I CONSULTORIS

C. Transversal, s/n 43700 El Vendrell
Tel. **977 667 703 / 977 258 017 (citació)**
e-mail: absvendrell@xarxatecla.cat
Atenció continuada (urgències) de dl a dg de 8 a 20h

CAP BOTAFOC

Av. del Baix Penedès, 94 43700 El Vendrell
Tel. **977 134 669 / 977 258 017 (citació)**
e-mail: absvendrell@xarxatecla.cat
Atenció continuada de dl a dv de 8 a 20h

CAP CALAFELL

Av. Vilarenc, 8. 43820 Calafell
Tel. **977 691 418**
e-mail: abscalafell@xarxatecla.cat
Atenció continuada de dl a dg les 24h

CAP CUNIT

Av. del Castell, 16. 43881 Cunit
Tel. **977 162 236 / 933 268 901 (programació visites 24h)**
Atenció continuada de dl a dv de 8h a 20h.
Ds i dg i festius de 8 a 20h al CAP Cubelles
(C. Mossèn Miquel Cortí - 938 957 906)
De 20h - 8h a l'Hospital Sant Antoni Abad de
Vilanova i la Geltrú (C. Sant Josep 21-23 - 93 893 16 16)

Consultoris de la Comarca

CAP L'ARBOÇ
Pl. Catalunya, 1. 43720 l'Arboç
Tel. **977 671 588**
e-mail: absarboc@xarxatecla.cat
Atenció continuada de dl a dg de 8 a 20h

CONSULTORI D'ALBINYANA
C. de la Torreta, s/n. 43716 Albinyana
Tel. **977 687 075**
Atenció: dl a dv de 8 a 14h
CAP de referència: CAP EL VENDRELL

CONSULTORI DE LES PECES (ALBINYANA)
Rambla del Penedès, 5-7. 43718 Les Peces
Tel. **977 687 698**
Atenció: dijous de 9 a 13h
CAP de referència: CAP EL VENDRELL

CONSULTORI DE SEGUR DE CALAFELL
Av. Espanya, 316-320. 43882 Segur de Calafell
Tel. **977 164 408**
Atenció: de dl a dv de 8 a 20h

Consultoris de la Comarca

CONSULTORI DE LA BISBAL DEL PENEDÈS

C. Girona, 3. 43717 La Bisbal del Penedès
Tel. **977 688 724**
Atenció: dl i dc de 8 a 20h i dm, dj i dv de 8 a 14h
CAP de referència: CAP EL VENDRELL

CONSULTORI DE COMA-RUGA

Av. de la Generalitat, s/n. 43880 Coma-ruga
Tel. **977 683 586**
Atenció: de dl, dm a dj de 8 a 20h I dc o dv de 8 a 14h
CAP de referència: CAP EL VENDRELL

CONSULTORI DE SANTA OLIVA

C. Mossèn Antoni Paradís, s/n. 43710 Santa Oliva
Tel. **977 679 550**
Atenció: dl, dc, dj i dv de 8 a 14h i dm de 8 a 20h
CAP de referència: CAP EL VENDRELL

CONSULTORI DEL MONTMELL

C. Orient, s/n. 43718 La Joncosa del Montmell
Tel. **977 689 210**
Atenció: dl, dc i dv de 8:30 a 11:30h i dt i dj de 8:30 a 14h
CAP de referència: CAP de VILA-RODONA C. de les Escoles, 6 (Tel. 977 638 710, de 8 a 20h)

Consultoris de la Comarca

CONSULTORI DE BANYERES DEL PENEDÈS

C. Mestre Josep Güell, s/n, 43711 Banyeres del Penedès
Tel. **977 671 712**
Atenció: dl de 8 a 13 h i de 15 a 19 h; dm, dc, dj i dv de 8 a 13 h
CAP de referència: CAP L'ARBOÇ

CONSULTORI DE LLORENÇ DEL PENEDÈS

Rbla. Marinada, 19. 43712 Llorenç del Penedès
Tel. **977 677 514**
e-mail: admllore@xarxatecla.cat
Atenció: dl, dc, dj i dv de 8 a 13 h; dm de 8 a 13 h i de 15 a 19 h
CAP de referència: CAP L'ARBOÇ

CONSULTORI DE SANT JAUME DELS DOMENYS

C. Germanor, 12. 43713 Sant Jaume dels Domenys
Tel. **977 678 816**
Atenció: dl, dm, dc i dv de 8 a 13 h; dj de 8 a 13 h i de 15 a 19 h
CAP de referència: CAP L'ARBOÇ

CONSULTORI DE MASLLORENÇ

C. Sant Miquel, 25. 43718 Masllorenç
Tel. **977 628 298**
Atenció: dl, dm, dv de 12 a 14:30h i dc i dj de 8:15 a 10:45h
CAP de referència: CAP de VILA-RODONA
C. de les Escoles, 6 Tel. 977 63 87 10, tots els dies de 8 a 20h

Consultoris de la Comarca

CONSULTORI DE BONASTRE

Plaça Major, 1 baixos,43884 Bonastre
Tel. **977 657 227**
Atenció: dl, dc i dj de 8 a 10:30h i dm i dv de 11:30 a 13:30h
CAP de referència: CAP TORREDEMBARRA

CONSULTORI DE BELLVEI

C. Martí i Pol, 1. 43719 Bellvei
Tel. **977 168 841**
Atenció: dl, dm, dc i dv de 8 a 14h i dj de 15 a 20h
CAP de referència: CAP EL VENDRELL
C. de l'Onze de Setembre, s/n, 977 64 38 09

112 EMERGÈNCIES

Ofereix resposta immediata les **24 hores del dia, els 365 dies de l'any.**

Pots demanar cita a
l'aplicació de **La Meva Salut**
Més informació **aquí.**

Descarrega l'App al teu mòbil

Drogues

ENERGY CONTROL

C. Independència, 384, local. 08041 Barcelona
Servei d'anàlisi: **647 461 135**
Consultes sobre drogues: **663 029 794**
Web: energycontrol.org
E-mail: gestion@energycontrol.org
Prevenció i reducció de riscos associats al consum de drogues.
Servei d'informació, assessorament i anàlisi de substàncies.

CENTRE D'ATENCIÓ I SEGUIMENT DE LES DROGODEPENDÈNCIES (CAS) HOSPITAL JOAN XXIII

C/ Dr Mallafré Guasch, 4 edifici D 43007 TARRAGONA
Tel. **977 295 892 / 977 216 308**
Atenció a l'usuari: dm, dc i dv de 8 a 15h i dl i dj de 8 a 17h
Assistència integral i tractament en casos d'addiccions a les drogues.

ALCOHÒLICS ANÒNIMS (Tarragona)

C/ Josep M. Clará, 5 - Platja Sant Salvador 43880 - **El Vendrell**
Tel. **606 586 270**
Primer dimarts de cada mes de 19 a 21h, reunió oberta (Sant Salvador)
C/ Vilamar, 21 (Centre Cívic Cinema Iris) 43820 - **Calafell**
Tel. **606 586 270**
Web: Alcohólicos Anónimos Tarragona
Ajuda mútua per a afectats de l'alcoholisme i familiars.
Confidencialitat.

Drogues

AL-ANON FAMILIARS I AMICS D'ALCOHÒLICS

C/ Bailén, 161 ent. 5a. 08037 BARCELONA
Tel. **932 012 124**
Tel. Tarragona: **608 782 996**
Atenció: de dl a dv de 16 a 20h
Web: www.al-anonespana.org
e-mail: info@al-anonespana.org
Grups d'ajuda mútua per a familiars i amics d'alcohòlics.
Hi ha una secció per a joves d'entre 12 i 18 anys, aproximadament.

LÍNIA VERDA
SERVEI D'ORIENTACIÓ SOBRE DROGODEPENDÈNCIES

Tel. **900 900 540 (365 dies i 24h)**
061 Salut Respon (24h)
Web: gencat.cat
Informació, orientació i acollida permanent.

NARCÓTICOS ANÓNIMOS

Tel. **622 776 219**
Atenció: dl a dv de 10h a les 20h i ds de 10h a 14h
e-mail: info@narcoticosanonimos.es
Web: www.narcoticosanonimos.es
Informació i grups d'ajuda mútua per a persones amb problemes d'addicció a qualsevol substància. Grups presencials i virtuals.

Relacions sexoafectives

TARDA JOVE BAIX PENEDÈS

CAP Botafoc- Consulta 3/4 (El Vendrell): **977 13 46 69**
CAP Calafell- Consulta 6 (Calafell): **977 691 418**
CAP l'Arboç- Sala educació sanitària (Arboç): **977 671 588**
També pots demanar cita a **l'app La Meva Salut.**
Servei d'atenció confidencial per a joves sobre sexualitat, anticoncepció, infeccions de transmissió sexual (ITS) i salut sexual i reproductiva.

BE-FREYA

Educació afectivosexual, informació i formació a persones joves i adultes.
Fan tallers, xerrades i formacions.
Tel. **611 678 170 / 647 146 757**
Contacte: befreya.info@gmail.com / IG: @befreya.educa
Web: befreyaeduca.com

H2O, COL·LECTIU LGBTI DEL CAMP DE TARRAGONA

Av. Principat d'Andorra, 15, baixos. Tarragona
Tel. **623 066 112**
IG: @h2o_lgbti
Atenció, orientació i activitats per a persones LGBTI+.

CENTRE JOVE D'ANTICONCEPCIÓ I SEXUALITAT (CJAS)

C. de la Granja, 19, baixos. 08024 Barcelona
Tel. **934 151 000** · WhatsApp: **687 748 640**
Atenció: dl, dc i dv d'11 a 19.30 h; dm i dj d'11 a 14 h i de 16 a 19.30 h
Web: centrejove.org
Atenció presencial i no presencial, gratuïta i confidencial, sobre salut i sexualitats.

Relacions sexoafectives

TELÈFON D'INFORMACIÓ DE LA SIDA

Tel. **900 212 222** o **061 Salut Respon**
Atenció i informació sobre el VIH i la sida.
Més informació i punts on fer-se la prova: Canal Salut

SIDA – STUDI

C/ del Carme, 16 pral. 08001 BARCELONA
Tel. **932 681 484**
Atenció: dl, dc i dv de 10 a 14 h; dm i dj de 10 a 14 h i de 16 a 20 h.
Web: www.sidastudi.org
Atenció, informació, formació i prevenció. Centre de documentació i recursos pedagògics.

Telèfon Arcoíris

Tel. 028
Servei gratuït i confidencial d'informació, assessorament jurídic i atenció psicosocial en matèria de drets LGBTI+ i davant situacions de discriminació o violència per LGTBIfòbia. Disponible les 24 hores, els 365 dies de l'any.
Web: Servei Arcoíris 028

TELÈFON D'ATENCIÓ CONTRA LA VIOLÈNCIA MASCLISTA

Tel. **900 900 120**
Les 24 hores del dia i els 365 dies de l'any. Aquest servei atén les demandes relacionades amb qualsevol forma de situació de violència contra les dones.

Relacions sexoafectives

SERVEIS I TRÀMITS DE LA XARXA D'ATENCIÓ INTEGRAL (SAI) CONSELL COMARCAL BAIX PENEDÈS

Atenció integral en totes les esferes de la vida de les persones per donar informació en situacions de discriminació o qualsevol necessitat acompanyament, suport o informació en relació a l'orientació sexual, l'expressió i la identitat de gènere.

C/ Andreu Nin, 1-3, El Vendrell
Tel: **977157177**
e-mail: igualtat.diveristat@baixpenedes.cat

SERVEI D'ATENCIÓ I INFORMACIÓ a LGTBIQ+ VENDRELL (SAI)

Av. Jaume Carner, 1 (Centre cívic L'Estació)
Tel. **977 66 32 89**
e-mail: sai@elvendrell.net

SERVEI D'ATENCIÓ INTEGRAL A LES DIVERSITSTS SEXUALS I DE GÈNERES CALAFELL (SAI)

Pl. Constitució, 5, 43820, Calafell
Tel: **977 69 90 09**
e-mail: sailgbti@calafell.cat.

Mès informació **aqui**.

Relacions sexoafectives

SERVEI D'ATENCIÓ INTEGRAL (SAI) LGBTI+ DEL BAIX PENEDÈS

Servei públic, gratuït i confidencial que ofereix informació, orientació, assessorament i acompanyament en matèria de diversitat sexual i de gènere, i davant situacions de discriminació o LGBTI-fòbia.

C. Andreu Nin, 1-3. El Vendrell
Tel. **977 157 177**
E-mail: sai@baixpenedes.cat

SAI LGBTIQ+ DEL VENDRELL

Av. Jaume Carner, 1 (Centre cívic L'Estació)
Tel. **977 66 32 89**
Horari: de dl a dv de 9 a 14 h, amb cita prèvia.
e-mail: igualtat@elvendrell.net

SERVEI D'ATENCIÓ INTEGRAL A LES DIVERSITATS SEXUALS I DE GÈNERES DE CALAFELL (SAI)

Pl. Constitució, 5. 43820 Calafell
Tel. **977 699 009, extensió 2773**
E-mail: sailgbti@calafell.cat
Horari: dl de 9.30 a 13.30 h i de 16 a 20 h, amb cita prèvia.

Mès informació **aquí**

Alimentació

URTA – INSTITUT PERE MATAINSTITUT PERE MATA

Ctra. de l'Institut Pere Mata, s/n. 43206 Reus
Tel. **977 338 667**
Tractament ambulatori, urgències, hospital de dia infantil i juvenil i unitat de crisi per a adolescents. Accés mitjançant derivació dels serveis sanitaris de referència.

ASSOCIACIÓ CONTRA L'ANORÈXIA I LA BULÍMIA (ACAB)

C. Enric Granados, 135, 1r 1a. 08008 Barcelona
Tel. **934 549 109**
Atenció telefònica: de dl a dj de 10 a 13 h i de 16 a 19 h; dv de 10 a 13 h.
Per a acollides presencials, cal demanar cita prèvia.
Web: acab.org
E-mail: consulta@acab.org
Atenció telefònica, per correu electrònic, videoconferència i presencial per a persones afectades i famílies. Servei confidencial.

Salut mental

OBRO FEEL – EN LÍNIA

Xat de suport emocional per WhatsApp adreçat a adolescents i joves de 14 a 29 anys. És gratuït, immediat, confidencial i està disponible les 24 hores, els 365 dies de l'any.

WhatsApp: **680 354 155**

Més informació

ASSOCIACIÓ PER A LA PREVENCIÓ DEL SUÏCIDI I L'ATENCIÓ AL SUPERVIVENT (APSAS)

Tel. i WhatsApp: **699 861 164**

E-mail: aspascontacte@gmail.com

Web: apsas.org

Suport, orientació i acompanyament en la prevenció del suïcidi i l'atenció a les persones supervivents.

PROU BULLYING – AJUNTAMENT DEL VENDRELL

Tel. **633 336 220 (WhatsApp)**

e-mail: bullyingvendrell@gmail.com

Qualsevol infant, adolescent, jove o família pot comunicar una possible situació d'assetjament o ciberassetjament. El servei valora el cas, ofereix orientació i fa la derivació corresponent quan és necessari.

Altres

SERVEI D'EMERGÈNCIES

Tel. **112 (24h)**
Web: 112.gencat.cat
Servei públic, universal i gratuït que dona resposta immediata a les emergències les 24 hores del dia, els 365 dies de l'any.

TELÈFON D'ATENCIÓ CIUTADANA

Tel. **012**
Atenció general: de dl a dv, no festius, de 8 a 22 h
Servei gratuït d'informació sobre tràmits i serveis de la Generalitat.
Web: www.gencat.cat

CREU ROJA. ASSEMBLEA COMARCAL DEL BAIX PENEDÈS ÀREA DE JOVENTUT

Av. Jaume Carner, s/n. 43700 EL VENDRELL
Tel. **977 661 141**
Horari d'atenció: dl a dv de 8 a 15h
e-mail: vendrell@cruzroja.es

CREU ROJA. ASSEMBLEA CALAFELL – CUNIT ÀREA DE JOVENTUT

Ctra. de l'Estació, s/n. 43820 CALAFELL
Tel. **627 422 222**
Horari d'atenció: d'11 a 19h de dl a dg
e-mail: calafell@cruzroja.es

Informació i consultes per internet

- elpep.info: informació i consultes sobre alcohol, drogues i pantalles.
- laclara.info: informació, orientació i recursos sobre drogues, addiccions i reducció de riscos.
- www.jove.cat/salut: informació sobre alimentació i imatge corporal, relacions sexoafectives, drogues i addiccions, salut mental i salut comunitària.
- www.sexejoves.gencat.cat: informació, consultes i serveis sobre sexualitat, relacions, anticoncepció, infeccions de transmissió sexual i prevenció de violències sexuals.
- lalore.org: espai jove sobre sexualitat, relacions i gènere, amb recursos i un servei de consultes en línia.
- beteve.cat/oh-my-goig: sèrie audiovisual sobre sexualitat, afectivitat, relacions, diversitat i acceptació del propi cos.
- Escolta'm: https://elvendrell.net/salut-mental/escolta-m servei gratuït i confidencial d'assessorament emocional per a joves de 15 a 30 anys empadronats al Vendrell.