



BIENVENIDOS A USTER INFORMACIÓN PARA EXTRANJEROS RECIÉN LLEGADOS





Este folleto pretende ofrecerle información útil e interesante que le sirva para integrarse en Suiza. Si tiene cualquier pregunta que este folleto no responda, no dude en dirigirse a la Unidad de Infancia, Adolescencia e Inclusión.

Ciudad de Uster

Unidad de Infancia, Adolescencia e Inclusión

Bahnhofstrasse 17

8610 Uster

044 944 72 06

079 876 72 92 (WhatsApp)

Correo electrónico

integration@uster.ch

BIENVENIDOS A USTER

En nombre de la ciudad de Uster,
le transmitimos nuestra cordial bienvenida.

Nos alegra que haya elegido Uster para establecer su nuevo domicilio. Con sus más de 35.000 habitantes, Uster es la tercera mayor ciudad del Cantón de Zúrich y se encuentra entre las veinte ciudades más grandes de Suiza.

Actualmente, y también en el futuro, Uster ofrece buena calidad de vida en un entorno urbano. Sus ofertas van desde exposiciones y conciertos en el ámbito cultural, hasta equipamientos deportivos como las piscinas cubiertas, con vaso olímpico de 50 m, o el pabellón polideportivo de Buchholz. Además, tiene en torno a 250 asociaciones que organizan actividades muy diversas.

ÍNDICE

Derechos y deberes

Valores y costumbres	6
Política	7
Impuestos	8

Vivienda

Información general	9
Seguro de hogar	10
Tasas	10
Basuras y reciclaje	10

Salud y asuntos sociales

Enfermedad y emergencias	11
Caja de enfermedad y rebaja de primas	14
Seguros	15
Seguridad social: el principio de los tres pilares	16
Seguro de paro (ALV)	17
Prestaciones complementarias y compensación por merma de ingresos	17

Formación y trabajo

Cuestiones de interés sobre el trabajo	18
Orientación profesional (BIZ)	19

Paro y Oficinas de Empleo (RAV) 20

Convalidación de titulaciones 20

Movilidad

Transporte público 21

Circulación por carretera 22

Mobility car sharing (vehículos compartidos) 23

Servicios de atención y ofertas en el área de Uster

Ciudad de Uster – Servicio central de atención 24

Aprender alemán 25

Biblioteca Municipal de Uster 26

Centro Familiar 27

Ocio

Clubs y asociaciones 28

Voluntariado 28

Eventos en la ciudad de Uster 28

Más información

Servicios de atención 29

Emergencias

Teléfonos y direcciones de emergencia



DERECHOS Y DEBERES

Valores y costumbres

Suiza, este pequeño país en el interior de Europa, tiene en torno a 8,5 millones de habitantes (actualización: 2019). La población vive repartida en 26 cantones y habla cuatro idiomas distintos: alemán, francés, italiano y romanche. Cada zona lingüística muestra peculiaridades culturales propias. Para hacer posible la convivencia respetuosa y considerada, existen ciertas leyes y normas no escritas.

Cuando se conoce a alguien, la conversación utiliza en principio la forma de cortesía, o sea «Sie» (usted). Si una persona ofrece el tuteo con «Du», se habla con ella usando el nombre de pila. En Suiza rige la igualdad entre el varón y la mujer.

Política

En Suiza, la política está organizada en tres niveles: la Confederación, los 26 cantones y más de 2.250 municipios. En torno a 5,3 millones de ciudadanas y ciudadanos –aproximadamente el 63% de la población total– tienen derecho a voto en elecciones y procedimientos decisorios. Disfruta de tal derecho cualquier residente con ciudadanía suiza a partir de los 18 años de edad. La democracia suiza está estructurada conforme al principio de la separación de poderes.

Gobierno nacional: El gobierno nacional suizo (Bundesrat o Consejo Federal) es el denominado poder ejecutivo. Es un órgano colegiado, compuesto por siete miembros electos. Los siete son elegidos por el Parlamento. Representan al Estado, lo administran y ejecutan lo ordenado por la legislación.

El Parlamento suizo: El Parlamento suizo (Bundesversammlung o Asamblea Federal) está compuesto por 246 diputadas y diputados. Son nombrados por elección popular. Suiza es una democracia directa. Las suizas y suizos eligen el parlamento cada cuatro años. Está compuesto por dos cámaras: el Nationalrat o Consejo Nacional (200 personas) y el Ständerat o Consejo de los Estados (46 personas). Controlan la administración del Estado y aprueban leyes.

Tribunal de Justicia: La Asamblea Federal elige al tribunal superior de Suiza. Está encargado de proteger las leyes y juzgar y condenar infracciones de las mismas.

Suiza tiene muchos partidos políticos. Once de ellos cuentan con representación parlamentaria. Nueve de estos once partidos tienen también las correspondientes juventudes, que reúnen a jóvenes con el mismo talante político. En el Consejo Federal están representados los partidos más votados.

En Suiza, ciudadanas y ciudadanos y asociaciones tienen derecho a participar activamente en las decisiones políticas. Existe la posibilidad de poner en marcha iniciativas y presentar peticiones. Cuatro veces al año se celebran votaciones populares.

Parlamento (poder legislativo):

www.parlament.ch

Estructuras políticas, partidos locales y estrategia política en Uster:

www.uster.ch/politik

Impuestos

Quienes residan en Suiza tienen que pagar impuestos. Las personas domiciliadas en Suiza que no posean permiso de establecimiento (permiso C) abonarán impuestos con retención en origen. El empleador resta directamente del salario la retención y la abona a la autoridad tributaria.

En ciertos casos, la autoridad tributaria revisa también el patrimonio poseído: por ejemplo, si la persona extranjera gana por encima del límite fijado. A nivel federal y en casi todos los cantones, dicho límite asciende a 120.000 francos. Quien gane más abonará impuestos mediante la declaración tributaria normal. Infórmese de antemano acerca de qué impuestos tiene que pagar y evite de este modo pagar demasiado.

Las personas extranjeras domiciliadas en Suiza con permiso de establecimiento (permiso C) comunican sus ingresos y patrimonio mediante la declaración tributaria normal. Puede cumplimentarse a mano, mediante un programa para PC o a través de Internet (ZHprivateTax). Como ayuda, dispone de un asistente para cumplimentarla. El programa para PC puede descargarse en la página web de la agencia tributaria (Steueramt) del Cantón de Zúrich.

www.zh.ch/steueramt

www.uster.ch/steueramt



VIVIENDA

Información general

Cuando se mude a una vivienda, preséntese a sus vecinos. Sabrán apreciarlo. El reglamento de la comunidad de vecinos regula las horas de reposo nocturno y reposo a mediodía y la utilización de áreas y dependencias de uso común (portal, escaleras, lavadero, etc.).

Uster es una «Ciudad de la energía». El municipio concede gran importancia a una política energética y climática sostenible. Las «Ciudades de la energía» son municipios o ciudades que apuestan por el uso eficiente de la energía. Cumplen normas de protección climática y procuran que su movilidad sea compatible con el medio ambiente. En el ámbito privado, las y los residentes de Uster también colaboran mediante sus conductas sostenibles: pueden tener en cuenta su consumo de electricidad y agua, ahorrar gastos de calefacción y separar sus residuos.

www.uster.ch/themeenergiestadt

Si desea información sobre cómo alquilar una vivienda en Suiza, la encontrará en la hoja informativa «Vivir en Suiza». Está disponible en 17 idiomas.

www.bwo.admin.ch

Seguro de hogar

El seguro de hogar (Hausratsversicherung) presta cobertura a sus objetos personales, como pueden ser mobiliario, electrodomésticos, ropa, material deportivo y equipamiento de ocio. Si alguien dañara o robase dichos objetos, el seguro de hogar le abonará un importe. Los seguros de hogar prestan cobertura por daños a causa de incendio, agua (corriente o subterránea) y robo. También puede contratar seguros contra otros riesgos, por ejemplo hurto o pérdida de objetos, terremotos o daños por causas externas. El seguro de hogar se contrata con una aseguradora.

El servicio de comparación por Internet «Comparis» le ofrece comparaciones gratuitas de tarifas y prestaciones. También muestra comparativas de cajas de enfermedad, seguros, proveedores de telecomunicación y servicios sanitarios.

www.comparis.ch

Tasas

La electricidad, el agua y las aguas residuales le serán facturadas por la correspondiente empresa suministradora.

www.energieuster.ch

En Suiza, todos los hogares abonan tasas por la recepción de la programación radiofónica y televisiva a la Unidad suiza de recaudación del impuesto de radio y televisión.

www.serafe.ch

Basuras y reciclaje

Los residuos se desechan por separado. Los puntos de venta aceptan las botellas PET, pilas y bolsas de plástico que les sean devueltas. En los municipios hay puntos de recogida de residuos en los que podrá depositar botellas de vidrio, latas de aluminio y otros materiales usados. El papel y el cartón se recogen delante de su casa en fechas determinadas. Al respecto, consulte el calendario de recogida de residuos. El resto de residuos se desecha en bolsas de basura sujetas al pago de tasas. Dichas bolsas de basura se compran en los supermercados.

www.uster.ch/entsorgung



SALUD Y ASUNTOS SOCIALES

Enfermedad y emergencias

Por emergencia se entiende una situación grave con peligro para la vida. Las lesiones, intoxicaciones, quemaduras o enfermedades repentinas exigen una actuación rápida. Las médicas y médicos tienen obligación de tratar a las personas en situación de emergencia o remitirlas al lugar adecuado. Lo dicho se aplica también a personas sin permiso de residencia. Encontrará en la última página los teléfonos de emergencia.

Cómo comportarse en emergencias

Si la emergencia es urgente, pero sin peligro mortal, empiece siempre por contactar con su médica o médico de atención primaria. Hay servicios de emergencia de atención primaria en todas partes de Suiza, también por la noche y fines de semana.

Si no consigue contactar por teléfono con su médica o médico de atención primaria, quien atiende la llamada le indicará a qué profesional médico de servicio tiene usted que dirigirse en caso de emergencia. En todas las zonas está abierta, además, una farmacia de guardia, también por la noche y los fines de semana.

Teléfono de emergencias médicas para niños, adolescentes y adultos:

0800 33 66 55

Este teléfono atiende llamadas los 365 días del año las 24 horas del día.

En emergencias con peligro para la vida, acuda al servicio de urgencias de un hospital. Si es posible, anuncie su llegada previamente por teléfono al departamento de urgencias del hospital. A través del teléfono de emergencias sanitarias 144 puede también solicitar una ambulancia. Lo usual es que la ambulancia transporte únicamente a pacientes, no a acompañantes. En algunos casos, usted deberá abonar el transporte en ambulancia (entre 850 y 1.900 francos). Por eso, es conveniente utilizar la ambulancia únicamente cuando el estado de la/el paciente no permita ningún otro tipo de transporte.

Sistema sanitario

En Suiza, la atención médica básica es competencia de las médicas y médicos de atención primaria. Tienen a su cargo tratamientos y consultas médicas. Por otra parte, son el primer lugar al que dirigirse en caso de enfermedad o accidente, y pueden transferir el caso a la instancia adecuada (p. ej. médicas y médicos especialistas, hospital). Por ello, en caso de enfermedad acuda siempre a la misma médica o médico de atención primaria, ya que ella o él conocen su historial médico y sabrán el tratamiento correcto.

Así como usted tiene su médica o médico de atención primaria, los niños por su parte deben tener pediatra. Las y los pediatras llevan a cabo los exámenes médicos precisos y atienden a la niña o niño si se encuentran enfermos. Además de su estado de salud, los pediatras comprueban su estado de crecimiento y examinan el desarrollo fisiológico, anímico e intelectual de la niña/niño.

Listado de médicos de Suiza:

www.doctorfmh.ch

Listado de médicos de atención primaria y dentistas de Uster:

www.medizin.ch/allgemeinmedizin-uster

www.medizin.ch/zahnmedizin-uster

Farmacias

La farmacia es el primer punto esencial al que se acude en caso de problemas de salud. Las farmacéuticas y farmacéuticos son personal con buena formación especializada en medicamentos que pueden prestarle asesoramiento competente en caso de enfermedad. Según el estado de salud que presente usted, le proporcionarán un medicamento o le indicarán que recurra a su consulta médica. Informarse y consultar en farmacias es un servicio, en principio, siempre gratuito.

En Suiza están disponibles en las farmacias todos los medicamentos. Ciertos medicamentos, como pueden ser analgésicos potentes o antibióticos, le serán dispensados solo si posee una receta médica.

En la farmacia están disponibles asimismo hierbas medicinales y medicamentos complementarios.

Más información

Portal por la igualdad de oportunidades sanitarias: información sanitaria en 56 idiomas, especialistas y acompañantes. Más información sobre dentistas, vacunaciones, trastornos psíquicos, embarazo y muchos otros asuntos:

www.migesplus.ch

Unidad para la prevención intercultural de toxicomanías y fomento de la salud:
www.fisp-zh.ch

Caja de enfermedad y rebaja de primas

Todas las personas que vivan en Suiza tienen que estar aseguradas contra enfermedad y accidentes.

El plazo de inscripción para ello es de tres meses tras el nacimiento o el establecimiento de la persona en Suiza. Puede elegir libremente cualquiera de las 53 cajas de enfermedad.

www.krankenkassenversicherung.ch

En el servicio de comparación por Internet Priminfo de la Oficina Federal de Salud Pública, puede comparar gratuitamente las tarifas de cajas de enfermedad.

priminfo.admin.ch

IPV – Rebaja de primas por circunstancias personales

Las personas con ingresos reducidos obtienen una rebaja de las primas, es decir, pagan menores primas de la caja de enfermedad.

Los municipios, basándose en los factores tributarios, comprueban quién puede aspirar a una rebaja de las primas por circunstancias personales y lo comunican a la Entidad de Seguridad Social del Cantón de Zúrich (SVA). La SVA envía entonces a estas o estos clientes el formulario de solicitud. También es posible presentar directamente una solicitud a la SVA, que examinará si está justificada. Si usted abona sus impuestos con retención en origen y tiene derecho a ello, la SVA Zúrich le enviará el formulario automáticamente.

044 448 55 55 • info-ipv@svazurich.ch • www.svazurich.ch/ipv

Seguros

Seguro privado de responsabilidad civil

Siempre es conveniente, por principio, contar con un seguro privado de responsabilidad civil. Si usted causa daños a otra persona o a un bien material, pueden derivarse de ello costes elevados. El seguro privado de responsabilidad civil protege al titular frente a dichos costes. No es caro y ofrece seguridad en caso de originarse daños.

El servicio de comparación por Internet «Comparis» le ofrece comparaciones gratuitas de tarifas y prestaciones. También muestra comparativas de cajas de enfermedad, seguros, proveedores de telecomunicación y servicios sanitarios.

www.comparis.ch

Seguro de accidentes

Si es usted trabajador o trabajadora por cuenta ajena, es obligatorio en Suiza que esté asegurado/a contra accidentes. La norma se aplica también a estudiantes, personal en prácticas, personal doméstico y personal de limpieza en hogares privados.

Atención: si usted trabaja menos de 8 horas semanales en un solo empleador, entonces está asegurada/o únicamente contra accidentes laborales y enfermedades laborales. En tal caso debe contratar por cuenta propia un seguro para accidentes no laborales.

Quienes trabajen por cuenta propia y quienes no ejerzan actividad remunerada no están tampoco asegurados automáticamente contra accidentes. Lo anterior incluye a amas y amos de casa, niños y estudiantes universitarios. Dicho grupo de personas, por tanto, no cuenta tampoco forzosamente con un seguro de accidentes. Es decir, usted en tal caso debe contratar un seguro de accidentes, por ejemplo en una caja de enfermedad.

Seguridad social: el principio de los tres pilares

En Suiza está vigente una red muy tupida de seguros sociales para que las personas que viven y trabajan aquí y sus familiares estén protegidas frente a riesgos a cuyas consecuencias económicas no podrían hacer frente por sí mismas. Con los dos primeros pilares, usted queda asegurada/o para la vejez (AHV, pensión de jubilación), en caso de invalidez (IV, pensión de invalidez) y frente al fallecimiento de su cónyuge o de un progenitor (pensión de superviviente).

Si usted tiene trabajo, abonará cuotas desde que cumpla 18 años; si no trabaja, desde que cumpla 21 años. Si no tiene empleo y no percibe ninguna ayuda social, es necesario que se encargue de comunicarlo a la caja de compensación (Ausgleichskasse) de su cantón.

www.ahv-iv.ch

Las cuotas para los seguros AHV/IV/EO y ALV son pagadas a medias por el empleador y la/el trabajadora/trabajador. Quien no realice ninguna actividad remunerada tiene también que abonar cuotas para los seguros AHV/IV/EO. La cuota se determina según la cuantía del patrimonio y/o de los ingresos.

1.er pilar (obligatorio)

Los seguros AHV e IV conforman el primer pilar, que es el pilar estatal. Rige para todas las personas que vivan o trabajen en Suiza. Las prestaciones de pensión de ambos seguros tienen como fin asegurar la subsistencia. Las cuotas se deducen directamente del salario.

AHV: El fin de la pensión de vejez y supervivientes (AHV) es posibilitar la subsistencia cuando a la persona le falten ingresos por causa de la edad o por un fallecimiento. Las prestaciones dependen de la cuantía de los ingresos percibidos hasta el momento y del periodo de aportación de cuotas.

IV: El seguro de invalidez permite que, en caso de invalidez, y mediante medidas de inserción, las personas aseguradas aseguren su subsistencia de manera total o parcialmente autónoma. Si dicha (re)inserción no fuera posible o solo lo fuera en parte, el IV abona una pensión (total o parcial). La inserción tiene preferencia frente al abono de pensión.

2.º pilar (obligatorio)

El 2.º pilar lo forma la previsión profesional. La denominada caja de pensiones (PK) está vigente a partir de ingresos anuales de 20.520 francos. Su objetivo, en conjunción con el 1.er pilar, es cubrir los gastos de subsistencia de personas de edad avanzada, supervivientes de fallecidos e inválidos. El 2.º pilar sirve para que dichas personas puedan seguir manteniendo su estilo de vida.

3.er pilar (voluntario)

En el tercer pilar puede distinguirse entre un seguro de previsión vinculado, que puede deducirse de los ingresos sujetos a tributación, y la previsión personal libre. Se contrata con una aseguradora o un banco.

Seguro de paro (ALV)

El seguro ALV abona sus prestaciones en situación de paro, trabajo esporádico, suspensiones de actividad por condiciones meteorológicas o si el empleador no puede pagar el salario. El ALV paga también medidas de reinserción. Todas las trabajadoras y todos los trabajadores por cuenta ajena tienen el deber de asegurarse con carácter obligatorio. Es decir, pagan en todos los casos primas del ALV, deducidas del salario. (Excepción: agricultores y sus familias, jubiladas y jubilados) No están aseguradas/os quienes trabajan por cuenta propia. Tienen que contratar un seguro adicional.

Prestaciones complementarias y compensación por merma de ingresos (EO)

Prestaciones complementarias

Si con la pensión AHV/IV no bastara para vivir, usted puede solicitar las denominadas prestaciones complementarias (Ergänzungsleistungen). El asunto se discutirá según cada caso concreto. Para ello, se comprobará la situación de precariedad y se discutirá la cuantía de la prestación.

Ayudas familiares

Tienen el propósito de compensar parte de los gastos derivados de mantener a uno o varios hijos. En las ayudas familiares están comprendidas las ayudas por hijos, las ayudas para educación y las ayudas por nacimiento o adopción. Por cada hijo le corresponde el derecho a una única ayuda de la misma categoría.

Compensación por maternidad

Las mujeres con actividad laboral que tengan un niño reciben la denominada «compensación por maternidad». Quienes estén pagando cuotas de los seguros AHV/IV pagan una aportación a la compensación por maternidad. Las cuotas se cobran junto con las cuotas del AHV.

www.ahv-iv.ch



FORMACIÓN Y TRABAJO

Cuestiones de interés sobre el trabajo

Del trabajo dependen los ingresos y las posibilidades económicas de usted y, posiblemente, de su familia. El salario es transferido directamente a su cuenta bancaria, que usted puede abrir en un banco o en Correos. Por norma general, recibirá usted un contrato de trabajo que regula las condiciones laborales (horario, salario, vacaciones, etc.). En algunos sectores existen también convenios colectivos de trabajo.

Cuando se ponga usted enferma/o, lo normal es que necesite un certificado médico a partir del 3.er día. En él, el facultativo confirma la duración de su incapacidad laboral. Cuando abandone un puesto de trabajo, tiene derecho a que se le entregue un certificado de trabajo. En él constará el tipo de trabajo realizado y la calidad de las labores prestadas.

Los certificados de trabajo son importantes de cara a seguir buscando otra colocación.

Orientación profesional (BIZ)

El BIZ de Uster ofrece información y asesoramiento para personas adolescentes y adultas sobre todo lo relativo a formación, actividad y carrera profesionales. El asesoramiento es gratuito para las personas menores de 20 años, para quienes carezcan de titulación educativa (educación primaria o bachillerato) y para quienes estén recibiendo ayuda social o becas.

Infórmese en el mismo BIZ acerca de si puede recibir asesoramiento gratuito o qué costes conlleva. Por otra parte, hay disponibles entrevistas breves de 15 minutos para migrantes; son gratuitas y no requieren ninguna inscripción previa.

En la infoteca del BIZ encontrará material en distintos soportes para informarse sobre distintas actividades profesionales. En la infoteca podrá estudiar documentación directamente, tomarla en préstamo o, en algunos casos, llevársela gratuitamente.

El BIZ ofrece también distintos cursillos y actividades organizadas. Existen, por ejemplo, reuniones informativas sobre opciones profesionales para progenitores y adolescentes de origen migrante. Estas actividades se celebran en distintos idiomas.

BIZ Uster, Brunnenstrasse 1, 8610 Uster
043 258 49 00 · www.ajb.zh.ch

Paro y Oficinas de Empleo (RAV)

Si tiene usted posibilidad de quedarse en paro o ha sido despedida/o de su trabajo, es importante que se ponga de inmediato en contacto con la Oficina Regional de Empleo (RAV). Allí, ya desde el mismo proceso de despido, recibirá asesoramiento y apoyo para buscar otro empleo.

Si se encuentra usted en busca de empleo, tiene la obligación de hacer todo lo posible para salir de su situación de desempleo. En ello se incluye buscar empleo y cooperar con su asesora o asesor personal. El RAV le presta ayuda en esta tarea.

Puede solicitar asesoramiento en el RAV aun cuando no esté percibiendo ningún subsidio de desempleo.

RAV Uster, Brunnenstrasse 1, 8610 Uster
043 258 43 43 · hotline.ravuster@vd.zh.ch · www.awa.zh.ch

Convalidación de titulaciones

Puede solicitar la convalidación de títulos extranjeros. La convalidación la lleva a cabo la Secretaría de Estado de Educación, Ciencia e Innovación (SBFI): Es el primer punto al que debe dirigirse para preguntas generales relacionadas con la convalidación de titulaciones y acreditaciones extranjeras. Infórmese allí acerca de cómo convalidar la cualificación profesional que usted posea. La SBFI le permite también encargar la comprobación de su documentación a través del portal online.

SBFI: convalidación de titulaciones extranjeras
058 462 28 26 · kontaktstelle@sbfi.admin.ch · www.sbf.admin.ch



MOVILIDAD

Transporte público

Uster es muy accesible por tren: cuatro líneas de tren suburbano con horarios regulares comunican cómodamente la ciudad con su entorno. Con origen y destino a Zúrich circulan las líneas de cercanías S5, S9, S14 y S15.

Las noches de viernes y sábados, así como casi todas las vísperas de festivos, circula la línea nocturna SN5. Puede consultar los precios y el plano en la página web del Consorcio de Transportes de Zúrich (ZVV). Una densa red de autobuses permite viajar a las pedanías de Uster y a los municipios limítrofes.

Los billetes y abonos pueden comprarse en cualquier dispensador automático o ventanilla de la estación de tren o través de una app. Importante: hay que validar los billetes antes del viaje. Los billetes de día y los billetes sencillos pueden validarse en el interior de determinados autobuses, pero no en poblaciones de cierto tamaño.

Los niños de hasta 6 años de edad viajan gratis; de 6 a 16 años viajan a precio reducido, y gratis con la tarjeta Junior y en compañía de una persona adulta. Si viaja usted con la bicicleta, adquiera un billete específico de bicicleta.

Ferrocarriles Federales Suizos - www.sbb.ch

App: SBB mobile, en la App Store o la Play Store de su teléfono móvil

Zürcher Verkehrsverbund ZVV - 0848 988 988 - www.zvv.ch

App: ZVV-Tickets, en la App Store o la Play Store de su teléfono móvil

Circulación por carretera

Trámites aduaneros

Los vehículos de motor que se hayan utilizado al menos 6 meses en el extranjero no tienen que pagar aduana al ser trasladados a Suiza. En ese caso, pertenecen a los denominados «enseres del migrante». Cumplimente en la oficina de aduanas el formulario de solicitud «18.44 Übersiedlungsgut», aportando su permiso de circulación y documentos de estancia.

Permiso de conducir

Si tiene usted permiso de conducir extranjero, tiene que solicitar su revalidación dentro del plazo de un año. En Suiza necesitará poseer un permiso de conducir suizo. Presente la solicitud correspondiente en la Oficina de Tráfico (Strassenverkehrsamt) o en la Oficina del Censo (Einwohneramt). Para ello, necesita su permiso de conducir extranjero y su permiso de residencia. No olvide preguntar también si necesita hacer una prueba de conducción. Todas las ciudadanas y ciudadanos de la UE están eximidos de realizar dicha prueba.

Matriculación de vehículos

Tiene también el plazo de un año para cambiar la matrícula de su vehículo. Inscríbase en la Oficina de Tráfico para la revisión de su vehículo de motor. Necesitará además su permiso de circulación original y comprobante de haber contratado un seguro suizo de automóvil. Por ello, lleve consigo también su póliza de dicho seguro. Indicación: en Suiza, todas las personas que posean un vehículo de motor deben contratar un seguro de responsabilidad civil.

Velocidad y normativa de tráfico

En autopista la velocidad máxima es, en general, 120 km/h, en autovía 100 km/h, en carretera fuera de población 80 km/h, dentro de población 50 km/h, y en zonas residenciales 30 km/h. En todas las vías rige la circulación por el carril de la derecha, y en rotondas tiene la preferencia el vehículo que circula por la rotonda.

Etiqueta para autopistas (peaje de autopista)

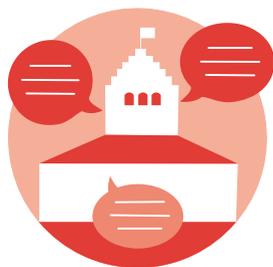
En autopista necesita usted una etiqueta de autopista (Autobahnvignette). Cuesta 40 francos al año y puede adquirirse, por ejemplo, en ventanillas de Correos o en gasolineras. Hay que colocarla en el parabrisas al empezar cada año, como muy tarde el 31 de enero.

**Oficina de Tráfico de Hinwil, Studbachstrasse 8, 8340 Hinwil
058 811 40 00 · info@stva.zh.ch · www.stva.zh.ch**

Mobility car sharing (vehículos compartidos)

Si es cliente de «Mobility» puede reservar a cualquier hora un vehículo, que podrá abrir mediante su MobilityCard o la tarjeta SwissPass. Hay disponibles nueve categorías de vehículos.

www.mobility.ch



SERVICIOS DE ATENCIÓN Y OFERTAS EN EL ÁREA DE USTER

La labor de integración tiene por objetivo que ninguna persona residente quede al margen económica, social y culturalmente. Eso significa igualdad de oportunidades para todas las personas que vivan en Suiza. Un punto central de esta tarea es conocer la nueva localidad en que se vive y sus valores y costumbres. La intención es que las personas recién llegadas puedan hacer contactos y amistades en su nuevo hogar.

Ciudad de Uster – Servicio central de atención para una orientación inicial

La ciudad de Uster presta ayuda a quienes llevan poco tiempo viviendo en la localidad. Nuestro equipo le prestará con gusto asesoramiento en cuestiones culturales, familiares y administrativas. Tiene a su disposición también a más especialistas en las áreas de Familia y Promoción.

Para una integración óptima de niños y adolescentes, puede dirigirse con sus consultas a la Unidad de Infancia, Adolescencia e Inclusión. Considérese también cordialmente invitada/o a una entrevista en persona.

Estas entrevistas pueden realizarse en distintos idiomas. Si le interesa, no dude en ponerse en contacto con la Unidad.

**Ciudad de Uster, Unidad de Infancia, Adolescencia e Inclusión
Bahnhofstrasse 17, 8610 Uster**

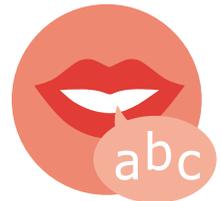
044 944 72 06 • integration@uster.ch • www.uster.ch

Aprender alemán

abc Deutschkurse

Se trata de un curso de alemán recomendado y respaldado por la ciudad de Uster. Las clases de idioma, tanto para principiantes como para personas con conocimientos avanzados, se imparten en el Centro Familiar de Uster. A la vez que enseñanza del idioma alemán, el curso ofrece también servicio de guardería. Aprenderá a hablar, entender y escribir alemán estándar, al tiempo que también va conociendo mejor cómo se vive en Suiza.

Elisabeth Karth-Zehnder, Steinstrasse 3, 8610 Uster
044 940 05 62 · elisabeth.karth@bluewin.ch
www.abc-deutschkurse.ch



Cursos de alemán de la Iglesia Reformada de Uster

Este curso se dirige a quienes deseen adquirir o perfeccionar conocimientos del idioma alemán pero dispongan de recursos económicos limitados. El curso ofrece los niveles desde A1 hasta B2. El curso se imparte los miércoles y jueves de 09:00 a 11:00 h (exceptuándose vacaciones escolares de la ciudad de Uster) en el edificio de la Iglesia Kreuz, incluido servicio de guardería para niños de hasta 5 años.

Iglesia Reformada de Uster, Rémy Beusch
Zentralstrasse 40, 8610 Uster
044 943 15 11 · remy.beusch@refuster.ch
www.refuster.ch/deutschkurse

Otras entidades y ofertas

Bildungszentrum Uster

Höhere Berufsbildung Uster, Berufsschulstrasse 1, 8610 Uster
044 943 64 22 ▪ info@hbu.ch ▪ www.hbu.ch

Akrotea.ch GmbH

Joweid Zentrum 1, 8630 Rüti ZH
055 462 38 28 ▪ info@akrotea.ch ▪ www.akrotea.ch

WBK Dübendorf

Bettlistrasse 22, 8600 Dübendorf
044 801 84 84 ▪ info@wbk.ch ▪ www.wbk.ch

Klubschule Migros Wetzikon

Bahnhofstrasse 151, 8620 Wetzikon
058 712 44 70 ▪ www.klubschule.ch/Standorte/Zuerich/Wetzikon

DuoLingo

Clases de idioma gratuitas a través de una plataforma online
o en formato app. www.duolingo.ch

Biblioteca Municipal de Uster

En la Biblioteca Municipal de Uster encontrará una amplia oferta en diversos soportes (libros, películas, juegos, publicaciones periódicas), tranquilos puestos de trabajo y un salón de lectura relajada con café, puestos con ordenador y wifi. Regularmente se celebran también diversos actos.

Biblioteca Municipal y Regional de Uster,

Bankstrasse 17, 8610 Uster

044 944 77 50 ▪ info@stadtbibliothek-uster.ch

www.stadtbibliothek-uster.ch



Centro Familiar de Uster

En el Centro Familiar de Uster se reúnen madres, padres, hijas e hijos. Todos juntos asisten a las distintas ofertas y eventos. El Centro Familiar es un punto de encuentro muy popular entre madres y padres. Por otra parte, también ofrece asesoramiento y cursillos. El Centro Familiar sirve igualmente para acoger propuestas de especialistas no pertenecientes a él.

Femmes Tische

Las mesas para mujeres (también para varones) son mesas redondas moderadas en distintos idiomas. En grupos pequeños se debaten cuestiones relativas a la familia, la salud y la integración.

Su objetivo es reforzar los recursos personales propios y la red social.

Unidad para la Prevención de Toxicomanías, Nicole Stadler
Gerichtsstrasse 4, 8610 Uster
043 399 10 84 · n.stadler@femmetische-zo.ch
www.femmetische.ch

Servicio de escritura

Voluntarias y voluntarios le prestan aquí su ayuda para leer y escribir. Le aclararán cartas y documentos escritos en alemán. Ayudan también a cumplimentar formularios y peticiones. Buscan la instancia adecuada a la que debe dirigirse usted (p. ej. en cuestiones relativas a seguridad social, búsqueda de vivienda, contratos de trabajo, contratos de alquiler, rescisiones, etc.). El servicio de escritura es gratuito y está disponible para cualquier persona.

Todos los miércoles de 10:00 a 12:00 h y de 13:00 a 19:00 h.
 No es necesario inscribirse previamente.

Centro Familiar, Zentralstrasse 32, 8620 Uster
www.familienzentrum-uster.ch





OCIO

Clubs y asociaciones

Los clubs y asociaciones son una base irrenunciable de la vida deportiva, cultural y social de la ciudad de Uster. Uster cuenta con una abundantísima oferta de ocio en la que todas las personas encontrarán algo sugerente.

www.uster.ch/vereinsliste

En Uster existen asociaciones de migrantes que le pueden prestar ayuda en la vida cotidiana. ¿Quiere tener más comunicación con personas? ¿Quiere información concreta sobre algo? ¿Quiere tener una red social?

Las asociaciones le prestan ayuda para introducirse sin problemas en la sociedad suiza e integrarse bien.

Unidad del Cantón de Zúrich para asuntos de integración

Neumühlequai 10, 8090 Zürich · 043 259 25 37

info@migrantenvereine.ch · www.migrantenvereine.ch

Voluntariado

El voluntariado es un regalo a nuestra sociedad. Las voluntarias y voluntarios prestan ayuda en múltiples ámbitos vitales. En la ciudad de Uster actúan muchas personas voluntarias de distintas edades. Prestan ayuda en las áreas de salud, trabajo social, asilo, cultura, deporte y política.

www.uster.ch/freiwilligenarbeit

Eventos en la ciudad de Uster

La ciudad de Uster ofrece gran número de actos públicos: conciertos, eventos deportivos, exposiciones, cine, teatro, conferencias, lecturas, etc.

www.uster-agenda.ch

www.uster.ch/anlaesseaktuelles



SERVICIOS DE ATENCIÓN

Migraweb

Migraweb es una iniciativa a través de Internet hecha por migrantes para migrantes. Migraweb ofrece información y asesoramiento online sobre la vida en Suiza. **www.migraweb.ch**

ch.ch

Esta iniciativa por Internet ofrece también información sobre la vida en Suiza. Esta oferta del gobierno federal, los cantones y los municipios trata los temas de: seguros, ayudas familiares, permiso de conducir, adquisición de la ciudadanía, etc. **www.ch.ch**

Secretaría de Estado de Migración (SEM)

La SEM es una autoridad de la Confederación. Es competente en asuntos relacionados con los extranjeros en general y en la admisión de refugiados en Suiza (admisión y revocación del asilo). **www.sem.admin.ch**

Unidad de Integración del Cantón de Zúrich

Esta unidad organiza y coordina en el plano cantonal la integración de las personas. Atiende a personas que acaban de trasladarse a Uster. También presta soporte a ciudades y municipios para la integración de personas recién llegadas. Por ello, la Unidad organiza también programas de integración. **www.integration.zh.ch**

Oficina de Migración del Cantón de Zúrich

El derecho a residir en el Cantón de Zúrich y en Suiza se rige por el Derecho federal. La Oficina de Migración es la encargada de hacerlo efectivo. Una vez examinadas las solicitudes correspondientes, la Oficina otorga permisos de entrada en el país y permisos de residencia. La Oficina de Migración tiene la competencia sobre las prórrogas de visado y en la emisión de visados para el regreso al país de origen.

Berninastrasse 45, 8090 Zürich

043 259 88 00 • info@ma.zh.ch • www.ma.zh.ch

Ciudad de Uster

Unidad de Infancia, Adolescencia e Inclusión

Bahnhofstrasse 17

8610 Uster

044 944 72 06

079 876 72 92 (WhatsApp)

Correo electrónico

integration@uster.ch



TELÉFONOS Y DIRECCIONES DE EMERGENCIA

Para un listado con distintos teléfonos de emergencia, consulte la página web:

www.uster.ch/telefonnummern

Emergencias en general (centralita de la policía)	112
Bomberos	118
Policía	117
Llamada de emergencia sanitaria (ambulancias)	144
Policía municipal de Uster	044 944 76 66
Intoxicaciones: Centro Suizo de Información Toxicológica	145
Servicio médico de emergencia (24 horas al día / 365 días al año)	0800 33 66 55
Servicio farmacéutico de emergencia (viernes 18:00 h hasta lunes 06:00 h)	0900 553 555 (1.50/Min.)
Consulta hospitalaria de emergencia	044 911 23 23
Hospital de Uster	044 911 11 11
Servicio odontológico de emergencia de la región del Oberland de Zúrich	079 358 53 66
Servicio psiquiátrico de emergencia	044 931 39 39
Ayuda a la juventud Ayuda telefónica para la infancia y la adolescencia	147
Albergue femenino y punto de asesoramiento del Oberland de Zúrich Protección y seguridad, junto con asesoramiento y acompañamiento orientados a recursos, diseñados a medida y orientados a objetivos.	044 994 40 94 info@frauenhaus- zuercher-oberland.ch

Ciudad de Uster

Unidad de Infancia, Adolescencia e Inclusión

Bahnhofstrasse 17

8610 Uster

044 944 72 06

079 876 72 92 (WhatsApp)

Correo electrónico

integration@uster.ch