

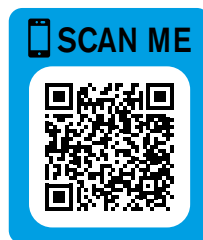


## Encabezado

Edición de 2021

Este folleto está disponible en

- ▶ albanés;
- ▶ árabe;
- ▶ darí/farsi;
- ▶ alemán;
- ▶ inglés;
- ▶ italiano;
- ▶ kurdo kurmanji;
- ▶ polaco;
- ▶ portugués;
- ▶ rumano;
- ▶ serbocroata;
- ▶ eslovaco;
- ▶ **español**;
- ▶ tigrina;
- ▶ y húngaro



en [www.migrationsamt.tg.ch/integration](http://www.migrationsamt.tg.ch/integration)  
para descargarse.



## **Le damos la bienvenida**

Nos alegra que se haya mudado al cantón de Turgovia.

Se instala en un cantón dinámico que, aunque es abierto, también está vinculado a sus instituciones y tradiciones. Su paisaje natural, su privilegiada ubicación en el lago de Constanza, su economía activa en diversos sectores y su estrecha relación con los cantones vecinos de Escafusa, Zúrich y San Galo, así como con los países fronterizos de Alemania y Austria, convierten a Turgovia en un atractivo lugar para vivir y trabajar. Esperamos que usted y su familia se sientan cómodos en nuestro precioso cantón. Aquí, la vida social y el panorama asociativo es muy diverso. Está totalmente invitado a formar parte de ello.

Nos alegramos de que haya un buen entendimiento entre los distintos grupos de población. Turgovia es un cantón tranquilo en el que conviven alegremente las personas de distinta generación, etnia y creencias. No es algo que podamos dar por

hecho, sino que requiere esfuerzos de adaptación por ambas partes. Todos están llamados a vivir con tolerancia y consideración por los demás; estos son los valores fundamentales de nuestro país y nuestra sociedad.

Encontrará mucha información sobre la vida de nuestro cantón y lo que ofrece en este folleto. ¡Aprenda la lengua local! Es una llave que abre las puertas de su independencia y autonomía. Asimismo, le invitamos a conocer a los habitantes de Turgovia. Sus experiencias le ayudarán a comprender mejor su nuevo entorno, a integrarse y a sentirse cómodo.

Queremos darle una cálida bienvenida y le deseamos que descubra muchas cosas y disfrute con los demás.

Cornelia Komposch

Miembro del Consejo de Estado  
Departamento de Justicia y Seguridad

<b>Convivencia en Turgovia.....</b>	<b>6</b>	Transporte público Bicicletas y peatones
Cantón, distrito y comunas		
Idioma		
Integración		
Población extranjera		
Política de integración		
Información <i>in situ</i>		
<b>Migración al cantón.....</b>	<b>8</b>	<b>Empleo.....</b>
Comprobaciones a la llegada		18
<b>Derechos y obligaciones.....</b>	<b>10</b>	Encontrar un empleo
Valores fundamentales		Salarios
Soberanía		Protección laboral
Derechos y obligaciones		Impuestos
Limitación de derechos		Tensiones en el trabajo
Requisitos lingüísticos		No discriminación
<b>Comunicación.....</b>	<b>12</b>	Trabajo ilegal
Aprender alemán		<b>Previsión/Seguro social.....</b>
Aprender suizo-alemán		22
Interpretación intercultural		Seguro de desempleo
Biblioteca intercultural		Asistencia social
<b>Residencia.....</b>	<b>14</b>	Contribuciones obligatorias
Encontrar una vivienda		Previsión: 1.º pilar
Seguro de responsabilidad civil y del hogar		Previsión: 2.º pilar
Tasas de radio y televisión		Previsión: 3.º pilar
Vivir de alquiler		<b>Salud.....</b>
<b>Medios de transporte.....</b>	<b>16</b>	24
Automóviles		Seguro de enfermedad y de accidentes
Importación de vehículos privados		Médicas y médicos
Convalidación del permiso de conducir		Promoción y prevención de la salud
		Emergencias médicas
		Salud dental
		Personas mayores y personas con discapacidad
		<b>Matrimonio y familia.....</b>
		28
		Matrimonio y reagrupación familiar
		Pareja de hecho
		Matrimonio forzado
		Planificación familiar e información sexual
		Embarazo y parto
		Permiso de maternidad y subsidio por maternidad

Prestaciones familiares  
 Derechos de los niños y adolescentes  
 Problemas familiares y de pareja  
 Violencia doméstica

**Educación/Enseñanza obligatoria .....33**

Escuela de enseñanza primaria  
 Folleto: «Educación en el cantón de Turgovia»  
 Responsabilidad de los padres  
 Cuidados extrafamiliares y extraescolares  
 Niños de procedencia extranjera  
 Escuela infantil (a partir de los 4 años)  
 Escuela primaria (a partir de los 6 años)  
 Escuela secundaria I (a partir de los 12 años)

**Opciones profesionales/Opciones puente....36**

Asesoramiento profesional y para estudiantes  
 Soporte para la aplicación BIZplus  
 Opciones puente  
 Curso de integración  
 Oferta de bajo umbral

**Formación profesional/Educación**

**secundaria .....38**

Formación profesional básica (a partir de los 15 años)  
 Maestría profesional  
 Instituto de enseñanza media (a partir de los 15 años)  
 Escuela de bachillerato para adultos de Thurgau-Schaffhausen

**Formación profesional superior/Escuela superior/formación continua .....40**

Formación profesional superior  
 Escuela superior  
 Becas y ayudas a la formación  
 Reconocimiento de diplomas y créditos extranjeros  
 Formación continua para adultos

**Protección del medio ambiente .....42**

Conservación del paisaje  
 Respeto de los espacios públicos  
 Recogida de residuos  
 Reciclaje de residuos  
 Residuos no reciclables

**Vida social y asociaciones .....44**

Cultura  
 Deporte  
 Senderismo, ciclismo, patinaje  
 Asociaciones  
 Voluntariado  
 Religión

**Participación en la vida política.....48**

Democracia directa  
 Órganos políticos  
 Tres niveles políticos  
 Derechos políticos de las personas extranjeras  
 Otras formas de participación política  
 Nacionalización

**Direcciones útiles .....51**

## Cantón, distrito y comunas

Turgovia es uno de los 26 cantones de la Confederación Suiza. Tiene una población de aproximadamente 282 000 habitantes (en 2020), distribuidos en cinco distritos y 80 comunas. Su capital es Frauenfeld con 25 800 habitantes (en 2020).

## Idioma

En Suiza, existen cuatro lenguas nacionales oficiales: alemán, francés, italiano y retorromano. El cantón de Turgovia pertenece a la Suiza de habla alemana. El alemán estándar se utiliza como lengua oficial en la Suiza germanohablante. En la vida cotidiana, se habla suizo-alemán. En la Suiza germanohablante hay muchos dialectos suizo-alemanes distintos y algunos tienen un vocabulario diferente.

## Integración

La integración es un proceso comunitario que se basa en los derechos y las obligaciones de la Constitución Federal. El objetivo es participar en la vida social y económica de todos los grupos de población. El fomento de la integración se basa en el principio «ayudar y exigir» y protege, en especial, el aprendizaje del idioma, la progresión en el ámbito laboral y la participación social.

- 
- ▶ [www.tg.ch](http://www.tg.ch)
  - ▶ [www.thurgaubodensee.ch](http://www.thurgaubodensee.ch)



## Población extranjera

El porcentaje de personas con nacionalidad extranjera en el cantón de Turgovia es del 25,2 %. La población extranjera procede de 140 países de origen (94 %), la mayoría de Europa (94 %), el 72 % de la UE (a finales de 2020).

## Política de integración

Para fomentar la convivencia, las autoridades de Turgovia siguen una política de integración activa. Una gran cantidad de comunas de Turgovia están afiliadas a los centros regionales especializados en integración. Estos centros especializados asesoran a los migrantes en el aprendizaje del idioma y la integración social y profesional. También ofrecen asesoramiento en cuanto a la discriminación.

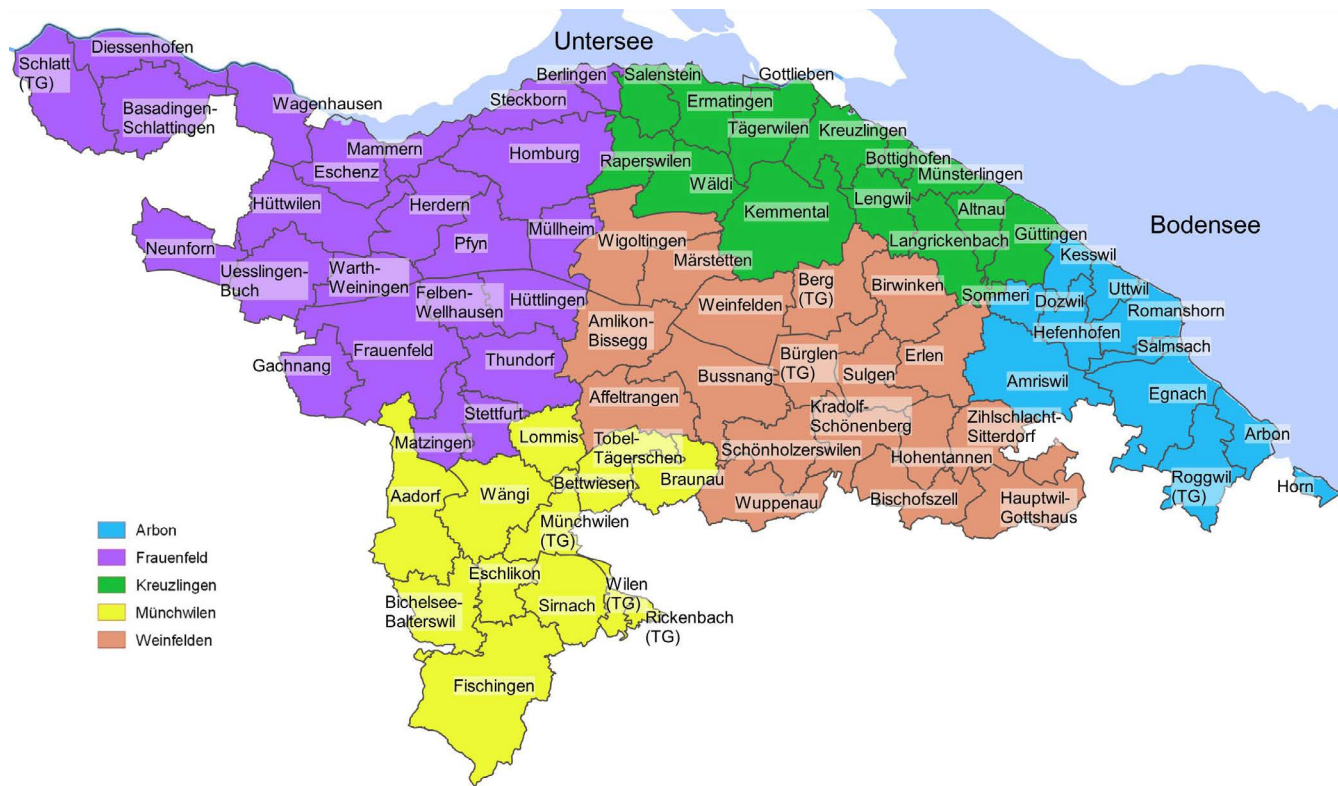
## Información *in situ*

- ▶ [3] Centro de competencia en integración del distrito de Frauenfeld
- ▶ [4] Centro de competencia en integración del distrito de Kreuzlingen
- ▶ [5] Centro de competencia en integración del distrito de Weinfelden
- ▶ [6] Centro de competencia en integración de Oberthurgau
- ▶ [7] Oficina para la integración de Romanshorn
- ▶ [8] Oficina para la integración de Amriswil
- ▶ [9] Oficina para la integración de Arbon

- 
- ▶ [www.migraweb.ch](http://www.migraweb.ch)
  - ▶ [www.ch.ch](http://www.ch.ch)



**Si trabaja en Suiza durante su estancia o reside más de tres meses en Suiza, necesitará un permiso de residencia. La solicitud debe presentarse en la oficina del censo municipal de su lugar de residencia.**





## Comprobaciones a la llegada

### Inmediatamente al llegar

- ❑ Empadronarse en el lugar de residencia (en un plazo de 14 días).
- ❑ Declarar los bienes personales.
- ❑ Matricular a los niños en la escuela de enseñanza primaria.
- ❑ Contratar un seguro de enfermedad y de accidentes.
- ❑ Abrir una cuenta bancaria o en la caja postal.
- ❑ Inscribirse a un curso de alemán.

### Durante los primeros meses

- ❑ Enviar a la oficina de empadronamiento la justificación del seguro de enfermedad.
- ❑ Comprobar el derecho a prestación por hijos a cargo en el extranjero.
- ❑ Contratar servicios de teléfono, televisión, internet y móvil.

### Dentro de un año

- ❑ Convalidar el permiso de conducir.
- ❑ Contratar un seguro para el coche.
- ❑ Inspeccionar el vehículo.
- ❑ Convalidar la matrícula.

### Recomendaciones

- ❑ Contratar un seguro para el hogar.
- ❑ Contratar un seguro de responsabilidad civil.
- ❑ Contratar un seguro de protección jurídica.
- ❑ Comprobar el derecho a la reducción de primas.
- ❑ Informarse en la comuna sobre las actividades culturales, deportivas y asociativas.

## Valores fundamentales

Uno de los principales objetivos del cantón es fomentar el interés público y el desarrollo individual. En especial, se asegura de que se respete la ley en vigor, los valores fundamentales de la Constitución Federal y la seguridad y el orden públicos. El cantón únicamente puede intervenir cuando así se lo permite la Constitución o la ley. Se organiza según el principio de separación de poderes.

## Soberanía

El pueblo es soberano. Ejerce su poder tanto de forma directa, al votar la Constitución y las leyes, como de forma indirecta, al elegir las autoridades. El pueblo elige las autoridades comunales, el gobierno cantonal (Regierungsrat), el parlamento cantonal (Grosser Rat) y a los representantes de Turgovia en los consejos federales.

## Derechos y obligaciones

Todas las personas que viven en el cantón deben cumplir sus obligaciones constitucionales y legales: pagar sus impuestos, matricular a sus hijos en la escuela, etc. Asimismo, todos los habitantes tienen derechos democráticos fundamentales, como el derecho a la integridad física, a la igualdad entre

---

### Constitución del cantón de Turgovia y otras leyes cantonales:

▶ [www.rechtsbuch.tg.ch](http://www.rechtsbuch.tg.ch)

### Leyes federales:

▶ [www.fedlex.admin.ch](http://www.fedlex.admin.ch)



mujeres y hombres, a la no discriminación, al matrimonio y a la libertad de expresión y de creencias.

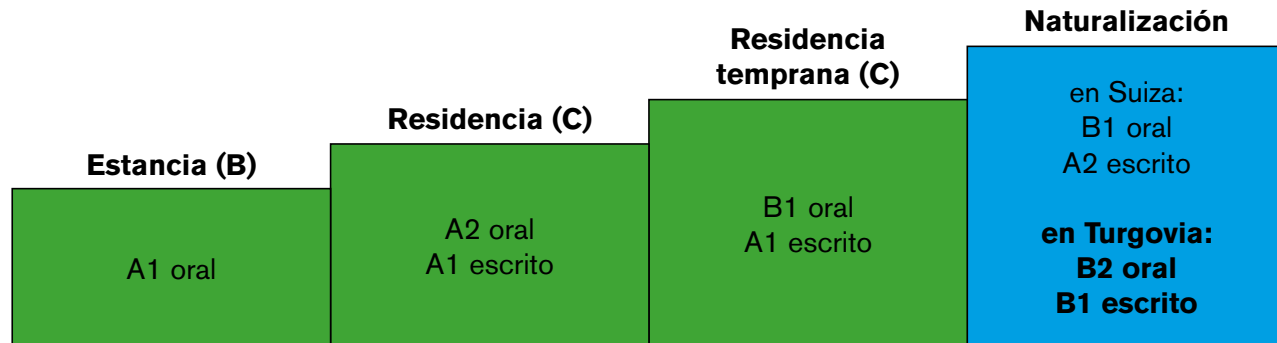
## Limitación de derechos

Los derechos fundamentales no son absolutos. El cantón puede limitarlos para garantizar la seguridad, el orden y el interés público. Las libertades de los individuos finalizan donde comienza la libertad de los demás. Por ejemplo, nadie puede acogerse a la libertad de creencias para incumplir las leyes de educación. La libertad de expresión no permite, por ejemplo, ofender a una persona o a un grupo de personas.

## Requisitos lingüísticos

► [1]

La ley de extranjería e integración (AIG, por sus siglas en alemán) establece los requisitos lingüísticos para obtener el permiso de residencia. La oficina de migración comprueba el nivel de integración de los nacionales de terceros países al renovar el permiso de residencia (B). La ley de extranjería e integración también permite revocar el permiso de residencia en caso de falta de integración.



Puede encontrar una recopilación de las distintas ofertas de cursos de alemán y centros de exámenes de alemán en el cantón de Turgovia y alrededores en: ► [www.migrationsamt.tg.ch/integration](http://www.migrationsamt.tg.ch/integration)

### Aprender alemán

Aprender alemán es necesario para moverse de forma autónoma e independiente por Turgovia. El alemán le ayuda a comunicarse con los vecinos, los profesores de sus hijos, con las autoridades y otras personas.

En el cantón de Turgovia, existen varias instituciones benéficas, asociaciones y escuelas que ofrecen cursos de alemán para extranjeros. Una parte de estos cursos está subvencionada por el Estado y, por ello, su precio es reducido. Además, existen cursos solo para mujeres (de forma parcial con guardería incluida).

### Aprender suizo-alemán

► [3], [10]

Las lenguas habladas como los dialectos se aprenden especialmente al hablar con otras personas. El dominio de un dialecto puede ser muy natural, sobre todo en el trabajo. Existen también cursos de suizo-alemán, por ejemplo, en el Kompetenzzentrum Integration de Frauenfeld o en la Klubschule Migros.



## Interpretación intercultural

- ▶ [www.arge.ch](http://www.arge.ch)
- ▶ [11]

En determinadas situaciones, es conveniente que los migrantes que no saben alemán cuenten con la ayuda de un intérprete intercultural. Estas personas están formadas para facilitar un entendimiento mutuo, evitar malentendidos y ayudar a los migrantes a integrarse en su nuevo entorno.

El servicio nacional de interpretación telefónica +41 0842 442 442 está disponible las 24 horas del día y en pocos minutos puede ofrecer intérpretes profesionales en más de 50 idiomas por teléfono.

Se desaconseja encarecidamente utilizar a los niños como intérpretes.

## Biblioteca intercultural

- ▶ [12]

La asociación Verein Bibliothek der Kulturen (VBdK) contribuye a la integración mediante el fomento de las competencias lingüísticas y la comprensión lectora de las personas que residen con dos o más lenguas. Además, ofrece un lugar de encuentro para personas de cualquier idioma y contribuye al intercambio cultural con varias actividades. Los fondos de «la biblioteca de las culturas» se integra en la biblioteca del cantón de Turgovia.



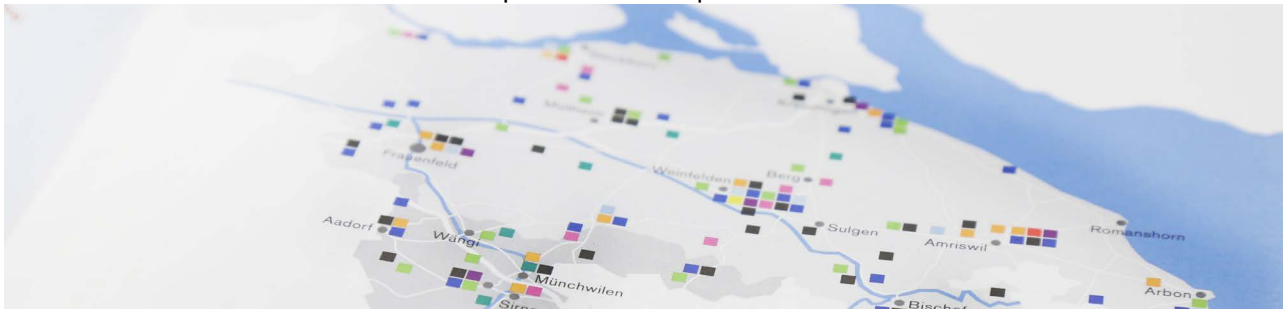
## Encontrar una vivienda

Puede encontrar viviendas en alquiler en anuncios de los periódicos, en internet y a través de agencias inmobiliarias. Para tener un contrato de alquiler, debe cumplimentar un formulario de solicitud y presentar algunos documentos a la inmobiliaria, por ejemplo, un extracto del registro de tramitación (► [www.betreibungsamt.tg.ch](http://www.betreibungsamt.tg.ch)), nóminas o un contrato de trabajo.

## Seguro de responsabilidad civil y del hogar

El seguro del hogar protege sus bienes privados, en especial, el mobiliario (muebles, alfombras, etc.), bienes de consumo duraderos (vajilla, ropa, televisión, equipo de música, etc.) y sus objetos de valor (joyas, dinero en efectivo, etc.) de incendios, relámpagos, robos, daños causados por tormentas o agua, etc.

El seguro privado de responsabilidad civil, junto con el seguro de enfermedad obligatorio, es el más importante. En algunos contratos de alquiler es obligatorio. Si accidentalmente causa algún daño a un tercero, está obligado por ley a responder sin limitación con su patrimonio personal. Por una pequeña cantidad, puede transferir el riesgo de responsabilidad civil a su aseguradora. El seguro de responsabilidad civil también incluye los daños a los bienes alquilados o la responsabilidad civil del edificio.



## Tasas de radio y televisión

► [www.serafe.ch](http://www.serafe.ch)

Todos los hogares tienen que pagar las tasas de recepción de radio y televisión. El organismo suizo de recaudación de impuestos de radio y televisión (Serafe) recibe automáticamente su dirección de la oficina del censo de su comuna de residencia.

## Vivir de alquiler

► [13]

Todos los residentes de un bloque de apartamentos deben cumplir las normas generales de convivencia. Por ejemplo, hay que evitar el ruido excesivo por la noche y los domingos y festivos. Las normas específicas sobre el uso de las zonas comunes, como la lavandería, pueden consultarse en el reglamento de la vivienda, adjunto al contrato de alquiler. Cuando se haya mudado a su nueva vivienda, pase a saludar a sus vecinos para presentarse. Apreciarán el gesto y le abrirá muchas puertas.

En caso de que tenga problemas con otros inquilinos, el diálogo es la mejor solución. Si fuera necesario, también puede hablar con el conserje o el propietario. En caso de conflicto entre el propietario y el inquilino, puede contactar con el ►[13] Servicio de asesoramiento jurídico de la Asociación suiza de inquilinos.



## Automóviles

- ▶ [www.strassenverkehrsamt.tg.ch](http://www.strassenverkehrsamt.tg.ch)
- ▶ [14]

## Importación de vehículos privados

## Convalidación del permiso de conducir

En Suiza, para utilizar las autopistas y carreteras hay que comprar una Vignette (una etiqueta adhesiva), que hay que pegar en el parabrisas dentro del vehículo. Puede comprar la etiqueta en varios puntos de venta (aduanas, garajes, gasolineras, oficinas de tráfico, oficinas de correos) por 40 CHF (precio de 2020). Solo existen etiquetas anuales (válidas desde el 1 de diciembre del año anterior hasta el 31 de enero del año siguiente). En Suiza se aplican los siguientes límites de velocidad: 50 km/h en vías urbanas, 80 km/h vías no urbanas y 120 km/h en autopistas. En las vías urbanas hay zonas con límites de velocidad de 30 km/h o 20 km/h. La tasa máxima permitida de alcohol en sangre es de 0,5 ‰.

Si ha comprado un coche en el extranjero hace menos de seis meses, debe pagar un impuesto al importarlo a Suiza. Si la compra se realizó hace más de seis meses, los vehículos cuentan como bienes personales y están exentos de impuestos. Un coche o una moto matriculados en el extranjero pueden circular libremente por Suiza durante un máximo de doce meses, siempre que se haya contratado un seguro de daños.

Debe canjear su permiso de conducir extranjero por un permiso de conducir suizo en los doce meses siguientes desde su traslado a Suiza. Las condiciones varían según el país de origen. En el caso de los viajes de trabajo para el transporte de personas o mercancías, el permiso de conducir extranjero debe canjearse antes del primer viaje.

Los permisos de conducir obtenidos con menos de un año de antelación al traslado a Suiza están sujetos a un periodo de prueba total de tres años. Se debe realizar un curso de formación continua en el plazo de un año desde la llegada al país.





## Encontrar un empleo

- ▶ [www.rav.tg.ch](http://www.rav.tg.ch)
- ▶ [www.bizplus.tg.ch](http://www.bizplus.tg.ch)
- ▶ [www.ostjob.ch](http://www.ostjob.ch)
- ▶ [www.arbeit.swiss](http://www.arbeit.swiss)

## Salarios

Para encontrar un empleo, se recomienda una combinación de diferentes métodos de búsqueda. Puede solicitar un empleo en los periódicos y en internet, enviar de manera espontánea su currículum a las empresas, ponerse en contacto con las agencias de empleo e inscribirse en la Oficina de Colocación Regional (RAV).

En Suiza, los salarios brutos son relativamente altos, pero también lo es el coste de vida. No existe un salario mínimo aplicable a todos los sectores. Sin embargo, muchos sectores tienen salarios mínimos fijados por convenios colectivos.

## Protección laboral

La ley protege a los trabajadores frente al despido en caso de enfermedad, accidente, embarazo y maternidad. El despido durante este periodo suele ser nulo. Un despido es improcedente si, por ejemplo, se produce porque alguien alega derechos derivados de la relación laboral. Sin embargo, en caso de despido improcedente, el trabajador no puede reincorporarse a la empresa; solo puede reclamar una indemnización ante los tribunales.



## Impuestos

- ▶ [20]
- ▶ [www.steuerverwaltung.tg.ch](http://www.steuerverwaltung.tg.ch) > Download eFisc

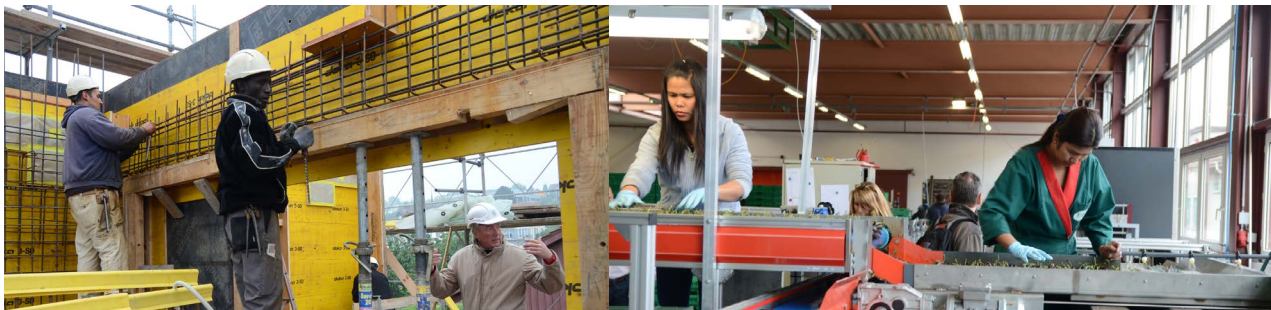
En Suiza, los particulares pagan impuestos sobre la renta y sobre bienes inmuebles. Estos impuestos se utilizan para financiar las tareas públicas realizadas por la Confederación, los cantones y las comunas. Poco después de su llegada al cantón, recibirá un formulario de la oficina comunal de impuestos para poder determinar el importe provisional de sus impuestos.

Si es extranjero y no tiene permiso de residencia (C), el impuesto sobre la renta se deduce directamente de su salario (retención en origen). Si tiene permiso de residencia, recibirá los formularios para realizar su declaración de la renta en enero. Puede cumplimentarlos en línea. Si tiene alguna dificultad, puede dirigirse a la administración fiscal cantonal o a un administrador fiduciario.

## Tensiones en el trabajo

- ▶ [21], [22]
- ▶ [www.sexuelle-belaestigung.ch](http://www.sexuelle-belaestigung.ch)

En caso de conflicto con su empresa o sus compañeros, puede recibir asesoramiento de la Federación de Sindicatos de Turgovia. Ciertos comportamientos están prohibidos por ley, en particular en el lugar de trabajo. Esto incluye la intimidación y el acoso sexual, así como palabras, gestos o acciones que humillan a otras personas.



## No discriminación

La Constitución suiza establece: «Nadie podrá ser discriminado por motivos de origen, raza, sexo, edad, lengua o creencias religiosas, filosóficas o políticas». Si considera que se ha visto perjudicado por alguno de estos motivos, le aconsejamos que se ponga en contacto con una de las siguientes organizaciones federales:

- ▶ [22] Oficina Federal para la Igualdad de Trato entre Hombres y Mujeres
- ▶ [23] Comisión Federal contra el Racismo

En caso de discriminación racial, también puede solicitar asesoramiento a los ▶ [3–9] centros de competencia y oficinas para la integración regionales.

## Trabajo ilegal

- ▶ [www.seco.admin.ch](http://www.seco.admin.ch)
- ▶ [24]

También se considera empleada a la persona que recibe una remuneración ocasional por la limpieza, las tareas domésticas, la jardinería o el cuidado de los niños. Por lo tanto, el empresario debe darlo de alta en la Seguridad Social y debe dar cuenta de las retenciones en origen; de lo contrario, se tratará de un trabajo ilegal, el denominado trabajo en negro.

Una persona que trabaja en negro no tiene derecho a una pensión de invalidez ni a un subsidio de desempleo en caso de invalidez o desempleo y no recibirá una pensión de jubilación. Las consecuencias derivadas de esta situación pueden ser muy considerables, especialmente en caso de accidente en el lugar de trabajo.

Por desgracia, lo que ocurre es que los empresarios, de forma deliberada, no entregan las nóminas para negar el contrato en caso de conflicto. En este caso, es difícil que el trabajador pueda demostrar la relación laboral, algo que, sin embargo, es necesario para recibir, por ejemplo, la prestación por desempleo.

## Seguro de desempleo

- ▶ [16]
- ▶ [www.awa.tg.ch](http://www.awa.tg.ch)
- ▶ [www.arbeit.swiss](http://www.arbeit.swiss)

Si una persona pierde su puesto de trabajo en Suiza, por lo general recibe un subsidio de desempleo durante un periodo de tiempo determinado. En principio, un extranjero que llega a Suiza por primera vez no tiene derecho al subsidio de desempleo. Para ello, debe tener un permiso de residencia en vigor y haber tenido un empleo remunerado durante al menos 12 meses en los dos años anteriores a registrarse en el paro. Cualquiera que pierda su puesto de trabajo debe inscribirse lo antes posible en la Arbeitsvermittlungszentrum (RAV) (Oficina de Colocación Regional) para recibir el subsidio de desempleo. Allí le informarán sobre los pasos que debe seguir.

## Asistencia social

- ▶ [17–19]

La asistencia social tiene por objeto garantizar el sustento y promover la independencia económica y personal de las personas necesitadas. Se concede cuando la persona no puede ser mantenida por su familia o no puede solicitar otras prestaciones estatutarias. Para solicitar asistencia social, diríjase a los servicios sociales de su comuna de residencia. La ▶[17] Oficina de Asuntos Sociales del cantón de Turgovia dirige una unidad de coordinación. El servicio de asesoramiento social y sobre deudas de ▶[18] Cáritas Turgovia asesora gratuitamente a todas las personas que solicitan ayuda, presta asistencia de emergencia y apoyo provisional, y remite a otras instituciones y centros de orientación. La ▶[19] Fundación Benefo realiza consultas presupuestarias a un coste económico.

## Contribuciones obligatorias

- ▶ [15]

Los seguros sociales protegen a los habitantes de Suiza frente a riesgos y garantizan su sustento económico. Son obligatorios y (a excepción del seguro de enfermedad ▶Capítulo Salud) se deducen directamente del salario. En general, las contribuciones obligatorias representan alrededor del 20 % de los ingresos.

## Previsión: 1.º pilar

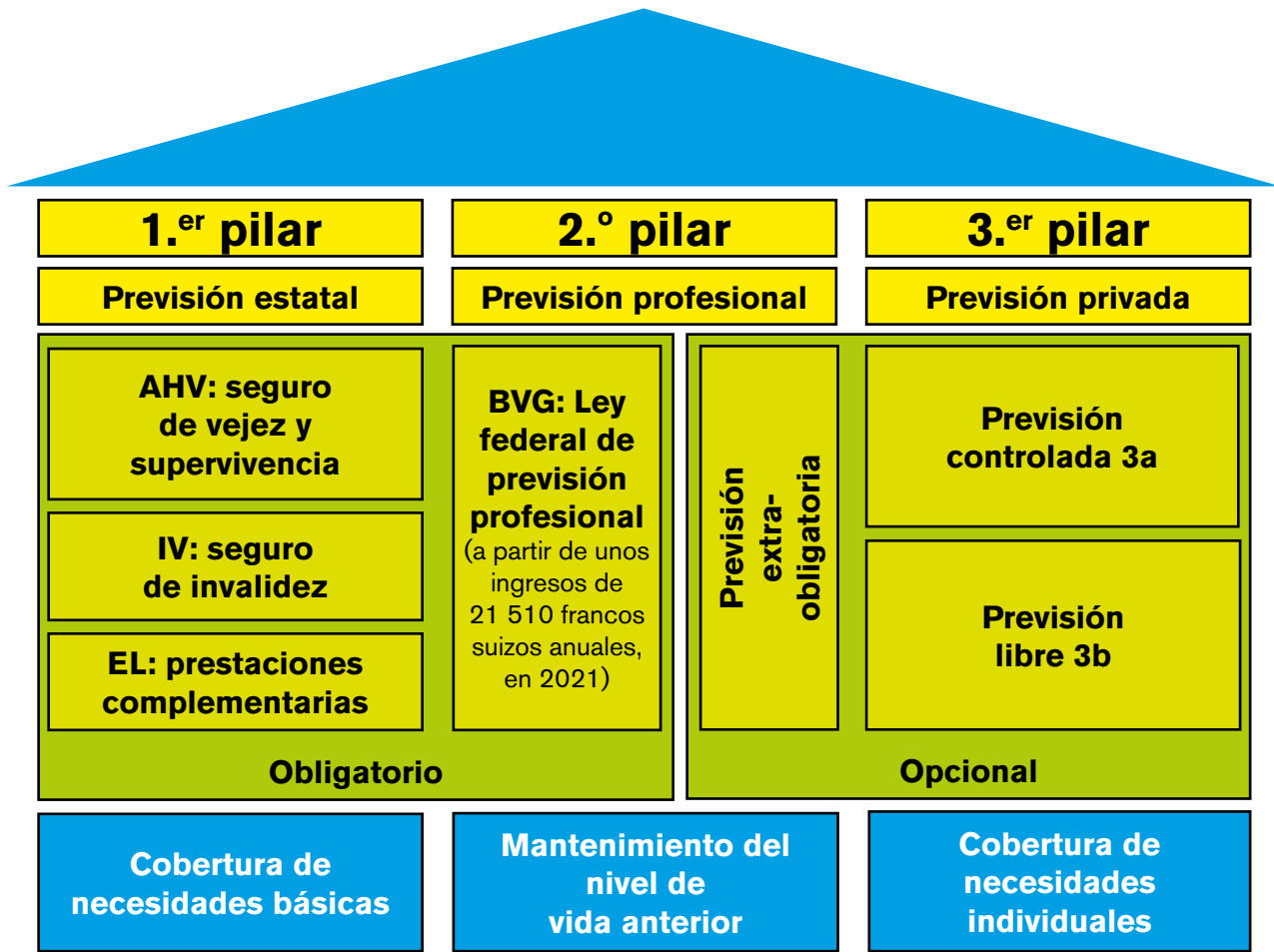
En el 1.º pilar y, por lo tanto, en el ámbito de responsabilidad del Estado, se incluye el seguro de vejez y supervivencia (AHV), el seguro de invalidez (IV) y la indemnización por pérdida de ganancias (EO). En principio, todas las personas residentes en Suiza están sujetas al AHV, independientemente de su nacionalidad y actividad laboral. La edad de jubilación es de 65 años para los hombres y 64 para las mujeres (datos de 2021). Está contemplada la jubilación anticipada. En tal caso, la pensión se reducirá en consecuencia.

## Previsión: 2.º pilar

En el 2.º pilar y, por lo tanto, en la responsabilidad del empresario, se incluye la previsión profesional (BVG), también conocida de manera coloquial como «fondo de pensiones». A partir de unos ingresos de 21 510 CHF anuales (datos de 2021), las cotizaciones se deducen del salario. El 2.º pilar también incluye el seguro de prestaciones diarias por enfermedad y el seguro de accidentes laborales. El empresario debe contratar un seguro de accidentes para todos los trabajadores. Si la jornada laboral es de ocho horas semanales o más, también están cubiertos los accidentes no laborales. De lo contrario, será necesario contratar un seguro privado de accidentes (►Capítulo Salud).

## Previsión: 3.º pilar

A diferencia del 1.º y 2.º pilar, el 3.º tiene carácter voluntario y se compone de los ahorros personales. La previsión 3a es una previsión a largo plazo en la que el capital permanece inmovilizado para la pensión privada. La retirada anticipada solo es posible en determinadas condiciones, pero con el depósito se puede ahorrar impuestos hasta una determinada cantidad. La previsión 3b no está sujeta a requisitos gubernamentales en lo que se refiere a depósitos, disponibilidad y calendario de pagos.



## Seguro de enfermedad y de accidentes

- ▶ [www.bag.admin.ch](http://www.bag.admin.ch)
- ▶ [www.gesundheit.tg.ch](http://www.gesundheit.tg.ch)

Si se ha trasladado desde el extranjero, debe contratar este seguro en un plazo de tres meses. Si se ha trasladado desde otro cantón, debe presentar un certificado de seguro en su nueva comuna en un plazo de 30 días.

El seguro de enfermedad obligatorio concede prestaciones en caso de enfermedad, maternidad y accidente. Si tiene un empleo remunerado, normalmente la empresa le asegura contra accidentes. En este caso, asegúrese de no estar doblemente cubierto frente a accidentes.

El seguro de enfermedad obligatorio cubre el tratamiento médico, determinados medicamentos y la estancia en la planta general de los hospitales del cantón de residencia. Además de este seguro obligatorio, cada persona puede contratar un seguro complementario que cubra otras prestaciones, como la hospitalización en una planta privada.

El Estado concede reducciones en las primas a personas, parejas y familias aseguradas con una situación económica modesta.

Asesórese antes de contratar un seguro y compare las ofertas de varias aseguradoras.

## Médicas y médicos

- ▶ [www.aerzte-tg.ch](http://www.aerzte-tg.ch)

Se recomienda encarecidamente elegir un médico de cabecera lo antes posible. En caso de necesidad, puede acudir a su médico de cabecera para que le asesore en cuestiones de salud, le preste atención médica y, si fuera necesario, le remita a un especialista.



## Promoción y prevención de la salud

► [25–27]

- [www.migesplus.ch](http://www.migesplus.ch)
- [www.sozialnetz.tg.ch](http://www.sozialnetz.tg.ch)
- [www.femmestische.ch](http://www.femmestische.ch)

►[25] Perspektive Thurgau participa activamente en la promoción y prevención de la salud. Sus servicios incluyen asesoramiento sobre maternidad y paternidad, de pareja, familiar y juvenil, y para adicciones. También puede ponerse en contacto con Perspektive Thurgau si tiene alguna pregunta relacionada con la salud sexual y las enfermedades de transmisión sexual, especialmente el VIH y el SIDA.

La Perspektive Thurgau coordina «FemmesTische». Estos grupos de debate reúnen a mujeres, en su mayoría inmigrantes, y abordan temas como la educación, la vida cotidiana y la salud en entornos privados o institucionales. Las participantes también reciben información sobre la cultura local, los cursos de idiomas, las guarderías, el sistema de enseñanza suizo y el sistema de seguros, así como sobre los distintos centros de orientación.

Si está pasando por una situación difícil en su vida y quiere hablar sobre ello con otras personas que están experimentando una situación similar, puede unirse a un grupo de autoayuda. La ►[26] Selbsthilfe Thurgau (Autoayuda Thurgau) le informa sobre los grupos de autoayuda que existen.



## Emergencias médicas

- ▶ También puede contactar con todas las regiones en el 144.
- ▶ [www.stgag.ch](http://www.stgag.ch)

Si no puede contactar con su médico de cabecera en caso de urgencia, puede dirigirse al médico de guardia de su región o a uno de los hospitales cantonales.

En casos críticos, llame al 144.

Médicos de servicio	N.º de teléfono
Región de Turgovia Oeste	052 723 77 77
Región Thurtal-Untersee	144
Región Kreuzlingen	0900 000 199
Región Amriswil-Obersee	0900 000 327
Región Arbon	0900 575 420
Región Romanshorn	0900 575 460
Región Bischofszell	0900 575 422
Región Rickenbach/Wilen/Busswil/Wil SG/Schwarzenbach SG	0900 56 85 56

Spital Thurgau AG	N.º de teléfono
Hospital cantonal de Frauenfeld	052 723 77 77
Hospital cantonal de Münsterlingen	071 686 11 11
Clínic St. Katharinental	052 631 60 60
Servicios psiquiátricos de Turgovia	071 686 41 41
Centro de evaluación y admisión de psiquiatría	0848 41 41 41

## Salud dental

- ▶ [www.zahnaerzete-thurgau.ch](http://www.zahnaerzete-thurgau.ch)

## Personas mayores y personas con discapacidad

- ▶ [www.sozialnetz.tg.ch](http://www.sozialnetz.tg.ch)
- ▶ [15], [28–32]

Los tratamientos odontológicos generales, como caries y periodontitis o las correcciones de dientes mal colocados (ortodoncia), no están cubiertos por el seguro de enfermedad básico. Puede contratar un seguro de asistencia dental antes de que surjan posibles problemas.

Puede obtener información sobre el cuidado o la asistencia a las personas mayores en las siguientes organizaciones:

- ▶ [28] Asociación de asistencia privada de Turgovia
- ▶ [29] Organización de ayuda a personas de edad avanzada de Turgovia
- ▶ [30] Cruz Roja del Cantón de Turgovia

Las personas con una discapacidad física o psíquica y sus personas de contacto pueden obtener asesoramiento y apoyo de la oficina cantonal del seguro de invalidez, de ▶[31] Pro Infirmis o, en el caso de niños, de ▶[32] pedagogía curativa en educación preescolar



## Matrimonio y reagrupación familiar

► [33]

► [www.migrationsamt.tg.ch](http://www.migrationsamt.tg.ch)

## Pareja de hecho

► [33], [34]

► [www.zivilstandsamt.tg.ch](http://www.zivilstandsamt.tg.ch)

► [www.binational.ch](http://www.binational.ch)

Quien desee casarse en Suiza debe tener al menos 18 años. Solo se reconocen los matrimonios celebrados en el registro civil. La ►[33] Oficina del Registro Mercantil y Civil o la Oficina del Registro Civil de su distrito le informará sobre los requisitos que debe cumplir y los documentos requeridos.

Si tiene previsto traer a su futuro cónyuge o a un miembro de su familia a Suiza, debe presentar primero una solicitud de reagrupación familiar en la Oficina del censo de su comuna de residencia. La ►[1] Oficina de Migración es la encargada de expedir el permiso de residencia. En el sitio web de la oficina de migración encontrará los formularios de solicitud y las listas de documentos que debe presentar.

Las parejas del mismo sexo tienen la opción de reconocer su relación al registrar su unión. La oficina del Registro Civil del distrito en el que reside uno de los dos miembros de la pareja informa sobre los pasos a seguir.



## Matrimonio forzado

► [19], [35]

## Planificación familiar e información sexual

► [19], [25]

Nadie tiene derecho a obligar a una mujer o a un hombre a casarse en contra de su voluntad. El matrimonio forzado es un delito. Constituye una tremenda invasión de la privacidad. Viola los derechos humanos fundamentales protegidos por la Constitución Federal y la Constitución de Turgovia.

Si tiene alguna duda sobre la planificación familiar, el embarazo (por ejemplo, los reconocimientos médicos prenatales) o la vida sexual, puede dirigirse al ►[19] Centro de Asesoramiento en Planificación Familiar, Embarazo y Sexualidad de la Fundación Benefo. Si tiene alguna pregunta sobre la salud sexual, también puede acudir a su médico de cabecera y la ►[25] Perspektive Thurgau.

En estos organismos se pueden tratar temas como la contracepción, la sexualidad, la orientación sexual, el embarazo, el aborto, las enfermedades de transmisión sexual, los abusos sexuales, la vida afectiva y las relaciones de pareja. Estas consultas son gratuitas o están cubiertas por el seguro médico, y son estrictamente confidenciales.

La mortalidad infantil en Suiza es muy baja. A ello contribuyen los reconocimientos médicos preliminares gratuitos a partir de la 13.<sup>a</sup> semana de embarazo y durante el resto de la gestación, los cursos de preparación al parto y el asesoramiento en materia de lactancia. Las complicaciones hasta el final de la 12.<sup>a</sup> semana de embarazo se tratan como una enfermedad y están sujetas a la participación obligatoria en los gastos (franquicia y cuota de retención). El asesoramiento de maternidad y paternidad, así como el asesoramiento infantil que ofrecen ►[25] Perspektive und conex familia son servicios importantes y gratuitos.

---

► [www.sozialnetz.tg.ch](http://www.sozialnetz.tg.ch)

► [www.conexfamilia.ch](http://www.conexfamilia.ch)

► [www.guter-start-ins-kinderleben.tg.ch](http://www.guter-start-ins-kinderleben.tg.ch)

## Embarazo y parto

- ▶ [19]
- ▶ [www.tageo.ch](http://www.tageo.ch)
- ▶ [www.femmestische.ch](http://www.femmestische.ch)
- ▶ [www.sozialnetz.tg.ch](http://www.sozialnetz.tg.ch)

## Permiso de maternidad y subsidio por maternidad

- ▶ [www.bsv.admin.ch](http://www.bsv.admin.ch)
- ▶ [15]

- 
- ▶ [www.perspektive-tg.ch/muetter-und-vaeterberatung](http://www.perspektive-tg.ch/muetter-und-vaeterberatung)

Todos los nacimientos deben notificarse al Registro Civil de su distrito. Si el niño nace en un hospital, el hospital comunica el nacimiento al Registro Civil. En el caso de un parto en casa, los padres deben encargarse de la inscripción. La solicitud del permiso de residencia en la Oficina de Migración la presenta la oficina del censo de su comuna de residencia sin que usted intervenga.

El recién nacido está cubierto automáticamente por el seguro médico durante tres meses desde su fecha de nacimiento. A partir de entonces, los padres deben contratar un seguro médico a nombre del niño.

Tras dar a luz, las mujeres trabajadoras tienen derecho a un permiso de maternidad remunerado de al menos 14 semanas. Durante este tiempo reciben hasta el 80 % de su salario. Para ello, deben haber cotizado a la seguridad social durante los nueve meses anteriores al nacimiento y haber trabajado durante al menos cinco meses. También se tienen en cuenta los periodos asegurados en un Estado miembro de la UE o de la AELC. Los padres trabajadores tienen derecho a dos semanas de permiso de paternidad desde el



1 de enero de 2021. La ►[15] caja de compensación del cantón de Turgovia le proporcionará información más detallada.

## Prestaciones familiares

► [15]

Si tiene hijos que viven en el cantón de Turgovia, tiene derecho a una asignación por hijo a cargo. En el caso de los niños hasta los 16 años, el importe asciende a 200 CHF por mes y niño. Después, en lugar de la asignación por hijo, hay una asignación por escolaridad (más alta) por mes y por hijo hasta que este complete su educación, como máximo hasta los 25 años. Este derecho puede hacerse valer incluso a partir de los 15 años. Por regla general, la empresa transfiere al trabajador las asignaciones familiares con el salario. En determinadas condiciones, los padres que no tienen un empleo remunerado también pueden recibir asignaciones por hijo o escolaridad.

Puede solicitar información en la ►[15] caja de compensación del cantón de Turgovia.

## Derechos de los niños y adolescentes

► [19], [35]

► [www.tschau.ch](http://www.tschau.ch)

Al igual que los adultos, los niños y adolescentes tienen derechos fundamentales. En particular, tienen derecho a la protección contra malos tratos, violencia, abusos sexuales y explotación laboral, así como el derecho a la educación y a un nivel de vida adecuado (vivienda, ropa, alimentos, etc.). Los padres no pueden pegar a los niños y adolescentes y estos tampoco pueden pegar a nadie. Los niños y adolescentes tienen derecho a la integridad física y a la protección contra lesiones físicas.

La mutilación de los genitales femeninos está prohibida y castigada severamente por ley, aunque se realice en el seno de la familia o durante estancias en el extranjero.

## Problemas familiares y de pareja

- ▶ [www.paarberatungen-tg.ch](http://www.paarberatungen-tg.ch)

## Violencia doméstica

- ▶ [19], [35–37]

Las personas que tienen problemas con sus hijos o en su relación de pareja pueden solicitar ayuda en los centros de asesoramiento para parejas y familias. En caso de separación o divorcio, el progenitor que no se hace cargo de los hijos debe pagar mensualmente la manutención de los hijos y, quizá, la del otro progenitor. Información sobre la pensión alimenticia:

- ▶ [www.sozialamt.tg.ch](http://www.sozialamt.tg.ch) > Sozialhilfe > Alimentenhilfe

Cuando las personas de una relación matrimonial, de pareja o familiar existente o disuelta cometen o amenazan con violencia física (golpes), psicológica (amenazas), sexual (asalto, violación) o económica (retención de dinero), se habla de violencia doméstica. Este comportamiento puede ser sancionado por ley, incluso si la víctima no presenta cargos. El autor de los hechos debe esperar sanciones severas.

Según la ley de asistencia a las víctimas, toda víctima puede obtener asesoramiento o asistencia gratuita de un centro de asistencia a las víctimas. Su personal garantiza el máximo nivel de confidencialidad.

- ▶ [19] Fundación Benefo, oficina de asistencia a las víctimas de Turgovia
- ▶ [35] Centro de asesoramiento para mujeres afectadas por la violencia doméstica de Turgovia
- ▶ [36] Oficina de violencia doméstica, policía cantonal de Turgovia
- ▶ Policía (teléfono) para emergencias y asistencia *in situ*: 117

También hay servicios de asesoramiento para personas que ejercen la violencia o tienden a ella. El personal garantiza el máximo nivel de confidencialidad.

- ▶ [37] Konflikt.Gewalt – Asesoramiento sobre violencia para hombres, mujeres y jóvenes
- ▶ Línea directa (teléfono) las 24 horas del día para personas violentas: +41 78 778 77 80



## Escuela de enseñanza primaria

► [www.dek.tg.ch](http://www.dek.tg.ch)

La asistencia a la escuela primaria es obligatoria para los niños que hayan cumplido cuatro años al inicio del curso escolar, que tiene lugar en verano. La enseñanza obligatoria (incluido el jardín de infancia) dura once años y también se aplica a los niños y jóvenes sin condición de residente regularizada. La escuela primaria es gratuita. El Departamento de Educación y Cultura (DEK) es responsable de la educación en el cantón de Turgovia.

## Folleto: «Educación en el cantón de Turgovia»

► [www.dek.tg.ch](http://www.dek.tg.ch) > Publikationen und Downloads > Bildung

El folleto «Educación en el Cantón de Turgovia» explica el sistema educativo del Cantón de Turgovia desde el inicio de la educación hasta el nivel terciario, y está disponible en varios idiomas. Contiene información importante sobre la escuela primaria, el sistema de formación profesional y las escuelas de educación secundaria. También incluye direcciones de asesoramiento y oficinas de contacto.

## Responsabilidad de los padres

► [www.tageo.ch](http://www.tageo.ch)

Como padres, son responsables de la educación y la formación de sus hijos. Ofrezca a su hijo un entorno seguro y estimulante desde el nacimiento. El ejercicio, el contacto social con niños de la misma edad y con niños que hablan el idioma local son muy importantes para el desarrollo de su hijo. La educación parental le ayuda a dominar la exigente tarea de ser padre. Como padres, ustedes también pueden contribuir en gran medida al buen desarrollo académico de sus hijos: haga todo lo posible para colaborar con la escuela y asegúrese de que los niños descansan bien, toman alimentos saludables y llegan puntuales a clase. Si la escuela le invita a una entrevista o a una reunión de padres, está obligado a asistir.

### Cuidados extrafamiliares y extraescolares

► [www.sozialnetz.tg.ch](http://www.sozialnetz.tg.ch)

### Niños de procedencia extranjera

► [12], [40], [2–8]

---

### Habla conmigo y escúchame

► Folletos en varios idiomas disponibles en [www.migesplus.ch](http://www.migesplus.ch)

### 65 cortometrajes sobre el aprendizaje durante la primera infancia en la vida cotidiana:

► [www.kinder-4.ch](http://www.kinder-4.ch)

### Cursos de lengua y cultura del país de origen:

► [www.hsk-tg.ch](http://www.hsk-tg.ch)

En el cantón de Turgovia hay varias opciones de cuidado de niños cuyos padres no siempre pueden atenderlos ellos mismos, por ejemplo, por motivos de trabajo. Dependiendo de la edad de los niños y de la cantidad de cuidados que necesiten (por la mañana, a la hora de comer, después del colegio), hay varias opciones. Cada una de ellas también promueve expresamente las habilidades sociales, lingüísticas y motoras. Su comuna le informará encantada de las opciones disponibles en su región.

En cuanto a la asistencia a la escuela, es importante que su hijo entienda y pueda comunicarse en alemán. Un buen conocimiento de la lengua alemana es un requisito básico para asistir a la escuela con éxito. Una buena manera de aprender alemán antes de empezar la escuela es asistir a un grupo de juego (Spielgruppe), una guardería (KITA) o una familia de día.

Su lengua materna también contribuye a la capacidad de su hijo para aprender alemán: proporcione a su hijo diversos estímulos lingüísticos desde su nacimiento. Hable y escuche a su hijo, cuénteles cuentos o rimas y cante canciones con él. Su hijo también puede asistir a cursos de lengua y cultura del país de origen (HSK) que ofrecen el consulado de su país o miembros de su comunidad. En estas clases, su hijo ampliará sus conocimientos lingüísticos en la lengua materna y adquirirá conocimientos de su cultura de origen. En la ►[12] Biblioteca de las Culturas puede tomar libros infantiles y juveniles prestados en varios idiomas.

La comuna donde reside o los ►[2–8] centros de competencia y oficinas para la integración de su distrito estarán encantados de ayudarle a encontrar la opción adecuada.

### Escuela infantil (a partir de los 4 años)

► [38]

La escuela infantil es la primera etapa de la educación y dura dos años. Los niños adquieren los requisitos previos para asistir a la escuela primaria mediante la interacción lúdica. Al mismo tiempo, se fomentan las habilidades sociales. En el jardín de infancia, su hijo aprende a socializar y a expresarse en el idioma local.

### Escuela primaria (a partir de los 6 años)

► [38]

La escuela primaria dura seis años. Transmite conocimientos y habilidades básicas, fomenta las capacidades mentales, musicales y físicas individuales de los niños y los educa para actuar de forma independiente y responsable en la sociedad. Los alumnos desarrollan habilidades para aprender cada vez de una forma más independiente.

### Escuela secundaria I (a partir de los 12 años)

► [38]

La enseñanza secundaria dura tres años. En este nivel se profundiza y amplía el contenido educativo de la escuela primaria. Los jóvenes construyen una base sólida para su carrera profesional o académica. Las clases se ofrecen en diferentes niveles de rendimiento.



## Asesoramiento profesional y para estudiantes

- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)
- ▶ [39]

## Soporte para la aplicación BIZplus

- ▶ [www.bizplus.tg.ch](http://www.bizplus.tg.ch)

## Opciones puente

- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)
  - > Brückenangebote
- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch) > BIZ

- 
- ▶ [www.berufsberatung.ch](http://www.berufsberatung.ch)
    - > Informationen in anderen Sprachen

En la escuela secundaria I, los jóvenes ahondan en sus objetivos educativos y profesionales, así como sus correspondientes requisitos y posibilidades. El asesoramiento profesional y para estudiantes los acompaña en este proceso. En caso necesario, también pueden contar con apoyo profesional.

El centro de información profesional BIZplus ofrece consultas gratuitas una vez a la semana en Frauenfeld y Kreuzlingen para todos los residentes de Turgovia. Los expertos de BIZplus le ayudarán a preparar sus documentos de solicitud y le asesorarán en cuestiones relacionadas con la búsqueda de empleo, la formación inicial y continua.

Los jóvenes sin opción de continuidad académica tras el primer ciclo de secundaria pueden asistir a un programa puente cantonal durante un año. Reciben apoyo específico durante el proceso de elección de una profesión. Pueden complementar y profundizar sus conocimientos escolares básicos y adquirir experiencia práctica en una empresa. La oferta cantonal distingue entre cursos puente con enfoque académico (tipo A) y cursos puente con enfoque práctico (tipo P).



## Curso de integración

- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)
  - > Integrationskurse
- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch) > BIZ

Los cursos de integración cantonal se centran en la enseñanza de la lengua alemana y la educación general. Están abiertos a jóvenes y adultos de entre 12 y 34 años. Otorgan los requisitos previos para acceder a la escuela secundaria, a la formación profesional básica (EBA o EFZ) o a un centro de enseñanza secundaria. Se ofrecen cuatro cursos coordinados diferentes. El nivel de alemán determina la elección del curso y el cambio al siguiente curso de integración superior.

## Oferta de bajo umbral

- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)
  - > Niederschwelliges Ausbildungsangebot
- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch) > BIZ
- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)
  - > Niederschwellige Integrationsausbildung

Los jóvenes motivados que no tienen las cualificaciones necesarias para cursar formación profesional básica (EBA/EFZ) pueden asistir al programa de formación de bajo umbral después de terminar la enseñanza obligatoria. La formación dura dos años e incluye formación práctica en empresas y clases en una escuela de formación profesional. Se celebra un contrato de formación entre el joven y la empresa de formación, que regula, entre otras cosas, la remuneración de las prácticas.

La formación de integración de bajo umbral está disponible para los migrantes de habla extranjera mayores de 18 años.



**Al final de la enseñanza obligatoria, los jóvenes deciden si quieren seguir una formación profesional básica o continuar sus estudios en un centro de enseñanza secundaria.**

### **Formación profesional básica (a partir de los 15 años)**

- ▶ [39]
- ▶ [www.berufsberatung.ch](http://www.berufsberatung.ch)  
> Lehrstellensuche

Alrededor de tres cuartas partes de los jóvenes completan la formación profesional básica (aprendizaje). Adquieren los conocimientos necesarios para la profesión en una empresa de formación y asisten a una escuela de formación profesional uno o dos días a la semana. Los jóvenes tienen un contrato de aprendizaje con su empresa de formación mientras dura la misma y reciben una remuneración por el trabajo que realizan. La formación profesional básica dura de dos a cuatro años y se completa con un certificado profesional federal (EBA) o un certificado federal de aptitud (EFZ). Estos certificados están reconocidos en toda Suiza.

### **Maestría profesional**

- ▶ [39]

La maestría profesional (Berufsmaturität o BM) complementa la formación profesional básica (EFZ) con una formación general ampliada. Puede obtenerse durante el aprendizaje (BM1) o tras una formación profesional básica EFZ (BM2). La maestría profesional da acceso a los estudios en una escuela técnica superior y, por lo tanto, prepara a los estudiantes para tareas exigentes en la empresa y la sociedad. Si se aprueba el examen complementario, también es posible estudiar en una universidad o en una Escuela Politécnica Federal (ETH). Un curso pasarela de un año de duración en la escuela de bachillerato para adultos de Thurgau-Schaffhausen prepara a los alumnos para este examen.

### **Instituto de enseñanza media (a partir de los 15 años)**

- ▶ [41]

Una vez que finaliza la enseñanza obligatoria, los alumnos pueden asistir a un centro de enseñanza secundaria técnica o informática o a un instituto de enseñanza secundaria. Dependiendo del tipo de escuela, estos centros de enseñanza a tiempo completo permiten el acceso directo a la vida profesio-

- ▶ [www.amh.tg.ch](http://www.amh.tg.ch)  
 > Mittelschulen

nal o el acceso a las escuelas técnicas superiores, las escuelas universitarias superiores, las escuelas politécnicas federales (ETH) o los centros de formación de docentes.

Tipo de escuela	Duración	Título
Escuela secundaria especializada	3 años	Certificado de la escuela secundaria especializada
	4 años	Maestría especializada
Escuela secundaria de informática	4 años	Informático EFZ con título de maestría profesional
Instituto con bachillerato	4 años	Título de bachillerato

**Escuela de bachillerato para adultos de Thurgau-Schaffhausen**

- ▶ [43]

Los adultos que trabajan y tienen la cualificación necesaria pueden obtener su bachillerato en la Thurgauisch-Schaffhauserische Maturitätsschule für Erwachsene (TSME) mientras trabajan. Los estudiantes de bachillerato profesional y especializado bien cualificados tienen la oportunidad de realizar un curso pasarela. El curso pasarela, de un año de duración, prepara a los estudiantes para el examen complementario reconocido en Suiza, que da acceso a todas las universidades suizas.



## Formación profesional superior

- ▶ [www.sbf.admin.ch](http://www.sbf.admin.ch)
- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)  
> Bildungszentren

## Escuela superior

- ▶ [41]
- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch) > Berufs- und Studienberatung

- ▶ [www.ecus-edu.ch](http://www.ecus-edu.ch)

La formación profesional superior proporciona las cualificaciones necesarias para ejercer una actividad profesional exigente y responsable. Tras la obtención de un certificado federal de aptitud (EFZ) o un título equivalente de enseñanza secundaria II, permite a los estudiantes especializarse y profundizar en sus competencias profesionales y puede proporcionar cualificaciones en el ámbito de la gestión empresarial. La formación profesional superior comprende los exámenes federales (examen profesional, BP, y examen federal profesional superior, HFP) y los cursos en las escuelas de formación profesional superior (HF).

Suiza cuenta con diferentes tipos de centros de enseñanza superior: las escuelas universitarias superiores, las escuelas técnicas superiores y los centros de formación de docentes. El sistema educativo suizo se caracteriza por un alto grado de permeabilidad: Por lo tanto, también hay varias formas de cursar estudios superiores. Los jóvenes que han obtenido una maestría profesional o una maestría especializada pueden acceder a una escuela técnica superior. Las personas con una maestría profesional o especializada también pueden estudiar en una universidad o en una Escuela Politécnica Federal (ETH) suiza aprobando un examen de «pasarela».

Los jóvenes que han terminado el instituto de enseñanza secundaria (Gymnasium) con un título de bachillerato reconocido en Suiza pueden asistir a las universidades, a las Escuelas Politécnicas Federales (ETH), a los centros de formación de docentes o, tras un año de prácticas, a las escuelas técnicas superiores. No se admite automáticamente a una persona que se traslada a Suiza desde el extranjero, aunque tenga acceso a la educación superior en su país de origen. Si es necesario, se pueden realizar exámenes complementarios para cursar estudios universitarios en Suiza.



## Becas y ayudas a la formación

- ▶ [www.stipendien.tg.ch](http://www.stipendien.tg.ch)
- ▶ [42]

## Reconocimiento de diplomas y créditos extranjeros

- ▶ [www.sbf.admin.ch](http://www.sbf.admin.ch)
- ▶ [44]
- ▶ [www.heks.ch/mosaiq-ostschweiz](http://www.heks.ch/mosaiq-ostschweiz)

## Formación continua para adultos

- ▶ [www.abb.tg.ch](http://www.abb.tg.ch)
  - > Bildungszentren
- ▶ [www.weiterbildung.ch](http://www.weiterbildung.ch)
- ▶ [www.ausbildung-weiterbildung.ch](http://www.ausbildung-weiterbildung.ch)

En determinadas circunstancias, se pueden conceder becas o créditos para la formación o los estudios universitarios. Si quiere obtener más información al respecto, póngase en contacto con la ▶[42] Departamento de Enseñanza Media y Superior (oficina de becas del departamento de enseñanza media y superior).

En el caso de las cualificaciones profesionales, la Secretaría de Estado de Educación, Investigación e Innovación (Staatssekretariat für Bildung, Forschung und Innovation o SBFI) es responsable del reconocimiento de los títulos obtenidos en el extranjero. La admisión a los estudios universitarios es competencia de la respectiva universidad.

Puede que cuente con experiencia profesional de más de cinco años. En tal caso, si cumple ciertos requisitos, puede acreditar su experiencia y obtener una cualificación profesional reconocida en Suiza. La ▶[44] Oficina de certificación profesional para adultos (BAE, por sus siglas en alemán) estará encantada de informarle al respecto. La oficina HEKS MosaiQ Ostschweiz ofrece asesoramiento y apoyo a los migrantes bien formados (por ejemplo, en materia de reconocimiento de títulos, formación de actualización).

En Suiza, muchos adultos asisten a cursos de formación continua para mejorar sus conocimientos relacionados con el trabajo o para adquirir nuevos conocimientos. Estos cursos de formación están financiados en parte por la empresa. Una persona que sigue formándose a lo largo de su carrera profesional tiene más posibilidades de encontrar un trabajo que le satisfaga y de sobrevivir a largo plazo en la vida profesional. Pregunte en su empresa o en uno de los centros de formación de Turgovia.

## Conservación del paisaje

Como gran productor de alimentos, Turgovia contribuye de forma significativa a la garantizar que haya comida suficiente en Suiza. Su agricultura, que da empleo a unas 8000 personas, constituye una parte importante de la economía de Turgovia. Hay que promover y proteger un paisaje diverso y ecológicamente valioso. Nuestra naturaleza, nuestros bosques y nuestras aguas deben utilizarse con cuidado y hay que respetar las obligaciones y prohibiciones. Por ejemplo, está prohibido atravesar las tierras de labranza, dañar los árboles, asustar a los animales o dejar basura en la naturaleza.

## Respeto de los espacios públicos

Todas las comunas tienen reglamentos en vigor que informan de las normas de conducta en los espacios públicos. Por ejemplo, establecen que la basura debe tirarse en los contenedores, que está prohibido hacer ruidos innecesarios o qué medidas hay que adoptar para no molestar a los animales domésticos. Puede solicitar un ejemplar del reglamento en la Oficina del censo.

## Recogida de residuos

En Suiza, el 95 % del vidrio (350 000 toneladas anuales), el 90 % del aluminio (13 000 toneladas), el 80 % de las botellas de PET (40 000 toneladas) y el 80 % del papel (1,2 millones de toneladas) se recogen para su reciclaje.

## Reciclaje de residuos

En los hogares, los residuos se separan cuidadosamente en basura para incinerar, material reciclable y residuos especiales (productos tóxicos). Todas las comunas cuentan con puntos de recogida, como depósitos, centros regionales de recepción (RAZ) o empresas privadas de eliminación de residuos, donde se entregan los residuos recogidos por separado: vidrio, papel y cartón, botellas de PET, plásticos mixtos, metales como latas de aluminio y acero, residuos verdes, aparatos eléctricos, residuos especiales, como pilas, aceites y productos tóxicos. Algunos residuos, como los aparatos eléctricos,

las pilas y el PET, también pueden devolverse a las tiendas donde se adquirieron. De este modo, se recicla casi la mitad de los residuos recogidos.

## Residuos no reciclables

► [45]

La basura, es decir, los residuos que no se pueden reciclar, se recogen e incineran en una planta de incineración de residuos de la forma más ecológica posible. La incineración de los residuos genera calor y electricidad que luego se aprovechan. Está estrictamente prohibido dejar o depositar residuos en la vía pública, quemarlos en un horno propio o en el exterior. También está prohibido arrojar residuos líquidos o sólidos a través del inodoro.

Los calendarios de eliminación de residuos que figuran en las páginas web de las asociaciones KVA Thurgau y ZAB informan sobre los días de recogida de residuos de la correspondiente comuna. Allí también puede informarse de dónde obtener bolsas de basura y cuándo puede llevarlas al punto de recogida de residuos. Es obligatorio recoger la basura en las bolsas de basura oficiales de la KVA Thurgau o de la ZAB, que están sujetas a una tasa, ya que en el cantón de Thurgau la eliminación de los residuos domésticos se paga con dicha tasa. Existen sellos fiscales para los residuos voluminosos.

---

### Asesoramiento sobre residuos y calendario multilingüe de residuos, fechas de recogida especial

► [www.kvatg.ch](http://www.kvatg.ch)

► [www.zab.ch](http://www.zab.ch)



## Cultura

- ▶ [46]
- ▶ [www.museen.tg.ch](http://www.museen.tg.ch)
- ▶ [www.thurgaukultur.ch](http://www.thurgaukultur.ch)

El cantón de Turgovia se caracteriza por su variado paisaje cultural descentralizado. El cantón es rico en vestigios culturales: cuenta con numerosos castillos, palacios y ruinas, así como monasterios, iglesias y capillas, además de antiguos productos artesanales e industriales. En los museos de Turgovia, con sus colecciones históricas y culturales, se pueden encontrar testimonios de todo tipo de épocas.

El arte contemporáneo también florece en Turgovia, por ejemplo, en las salas de arte y museos de Kreuzlingen, Arbon, Frauenfeld o en la Cartuja de Ittingen.

La escena musical también es muy animada en Turgovia. Centros culturales como Dreispitz, Trösch y Bodensee Arena en Kreuzlingen, Pentorama en Amriswil o Kloster en Fischingen ofrecen conciertos variados, desde música clásica hasta musicales. Los amantes del jazz se sienten atraídos por el festival internacional de jazz «Generations» de Frauenfeld. Allí también se celebra el Openair Frauenfeld, el mayor festival de hip hop de Europa.

Si le gusta el teatro, puede ir al Theaterhaus Thurgau de Weinfelden, al Thea-



ter an der Grenze de Kreuzlingen, al Theaterwerkstatt Gleis 5 de Frauenfeld o visitar uno de los muchos teatros al aire libre.

## Deporte

- ▶ [47]
- ▶ [www.vtstg.ch](http://www.vtstg.ch)

## Senderismo, ciclismo, patinaje

- ▶ [48]
- ▶ [www.thurgauer-wanderwege.ch](http://www.thurgauer-wanderwege.ch)
- ▶ [www.thurgau-bodensee.ch](http://www.thurgau-bodensee.ch)

Turgovia cuenta con unos 860 clubes deportivos. Ya sea para niños, jóvenes, adultos o personas de edad avanzada: hay una amplia oferta de actividades deportivas. Puede obtener más información en la oficina de turismo de su región, en su comuna o en las direcciones que le indicamos.

El senderismo es el deporte más popular en Suiza. Esto permite a jóvenes y mayores relajarse y conocer las diferentes regiones del país. En el cantón de Turgovia hay 1000 kilómetros de rutas de senderismo señalizadas y reservadas exclusivamente a los excursionistas.

Además, Turgovia le invita a explorar las zonas más bellas en bicicleta a través de las rutas ciclistas señalizadas que suman 900 kilómetros, por ejemplo, el carril bici del lago Constanza que recorre toda la orilla. Turgovia también ofrece las mejores condiciones para practicar el patinaje en línea. Infórmese de las distintas opciones en la oficina de turismo Thurgau Tourismus.



## Asociaciones

- ▶ [www.thurgaukultur.ch](http://www.thurgaukultur.ch)
- ▶ [www.vtstg.ch](http://www.vtstg.ch)
- ▶ [www.tarjv.ch](http://www.tarjv.ch)

Tres cuartas partes de la población suiza mayor de 15 años son miembros de un club o una organización sin ánimo de lucro. En las asociaciones hay personas activas que quieren trabajar juntas y de forma voluntaria para

- ▶ cultivar intereses comunes: deporte, cultura, ocio, etc.
- ▶ expresar sus preocupaciones: padres de alumnos, migrantes, ancianos, etc.
- ▶ participar en actividades sociales y económicas: sindicatos, asociaciones profesionales, grupos de interés, etc.

Suiza es un país de asociaciones y clubes. Hay decenas de miles de ellos en todo el país, incluidos algunos cientos en Turgovia. Las asociaciones desempeñan un papel central en la vida cotidiana del cantón. Por ejemplo, hay asociaciones deportivas, culturales y de migrantes que actúan en una amplia serie de ámbitos.

La pertenencia a una asociación favorece mucho la integración en la vida local y el contacto con los habitantes de Turgovia. Los clubes están abiertos a todas las personas interesadas. Consulte el sitio web de su comuna o póngase en contacto con ellos para obtener más información sobre las asociaciones locales.

A través de la participación en la comunidad, puede ampliar su red de contactos y crear su propio entorno social. Puede comprometerse a largo plazo a través de organizaciones o con proyectos individuales.

El voluntariado en Turgovia está coordinado por ▶[49] Benevol. También puede solicitar información en la ▶[30] Cruz Roja de Suiza, en ▶[18] Cáritas o en ▶[50] HEKS. Si quiere participar en la ayuda a los refugiados, póngase en contacto con los grupos de ayuda de la Netzwerk Asyl Thurgau.

## Voluntariado

- ▶ [18], [30], [49–51]
- ▶ [www.benevol-jobs.ch](http://www.benevol-jobs.ch)
- ▶ [www.netzwerk-asyl-tg.ch](http://www.netzwerk-asyl-tg.ch)
- ▶ [www.migrationsamt.tg.ch/integration](http://www.migrationsamt.tg.ch/integration)

En la página web de la ►[2] Oficina cantonal para la integración encontrará un resumen de los servicios de integración social en el ámbito de la migración/asilo.

## Religión

La Constitución Federal suiza y la Constitución del Cantón de Turgovia garantizan la libertad de credo y de conciencia. Toda persona es libre de decidir si es creyente y qué religión practicar. La libertad religiosa es, por tanto, un derecho individual que cada persona ejerce libremente según sus creencias personales. Las autoridades reconocen el importante papel de las iglesias y las comunidades religiosas en la sociedad. Junto con el catolicismo y el protestantismo, el islam es la tercera comunidad religiosa del cantón. También hay otras confesiones religiosas. Todas estas comunidades comparten el deseo de las autoridades de fomentar el diálogo entre religiones y mantener la paz confesional.

- Iglesia católica de Turgovia: [www.kath-tg.ch](http://www.kath-tg.ch)
- Iglesia protestante de Turgovia: [www.evang-tg.ch](http://www.evang-tg.ch)
- Organización paraguas de las comunidades islámicas de la Suiza oriental: [www.digo.ch](http://www.digo.ch)
- Federación de Comunidades Judías de Suiza: [www.swissjews.ch](http://www.swissjews.ch)



## Democracia directa

Casi ninguna democracia del mundo es tan participativa como la suiza. Los derechos políticos, también llamados derechos del pueblo, son muy amplios: derecho a voto, derecho electoral, derecho de iniciativa y derecho de referéndum. Así, los ciudadanos con derecho a voto pueden proponer que se modifique la Constitución (derecho de iniciativa) o pueden rechazar una ley elaborada por el Parlamento (derecho de referéndum). Cuando en Suiza hablamos del «soberano», nos referimos a los ciudadanos suizos.

Los derechos políticos se ejercen en tres niveles: confederación, cantones, comunas. El pueblo suizo está llamado a votar varias veces al año; los cantones y las comunas suelen celebrar sus votaciones al mismo tiempo que la confederación. El Bundesrat (consejo federal), que forma el gobierno suizo, es elegido por el parlamento. El parlamento es elegido por el pueblo y se compone de dos consejos: el consejo nacional y el consejo de los estados.

## Órganos políticos

Los órganos elegidos suelen llamarse «Consejo». Su función es considerar, debatir y hacer propuestas que el pueblo puede aceptar o rechazar.

## Tres niveles políticos

Los habitantes de Turgovia son convocados unas cuatro veces al año para decidir sobre asuntos de los tres niveles políticos:

- ▶ Nivel comunal (por ejemplo, construcción de una sala de teatro).
- ▶ Nivel cantonal (por ejemplo, construcción de una carretera cantonal).
- ▶ Nivel federal (por ejemplo, la modificación de la Ley federal del seguro de invalidez).



Cada cuatro años se eligen representantes para los parlamentos y gobiernos a nivel comunal, cantonal y federal, y se eligen jueces para los tribunales de distrito.

Nivel político	Nivel parlamentario	Nivel gubernamental
Comunas de Turgovia	Asamblea comunal	Consejo comunal
Cantón de Turgovia	Gran consejo	Consejo de gobierno
Confederación Helvética	Consejo Nacional y Consejo de los Estados	Consejo Federal

### Derechos políticos de las personas extranjeras

► [33]

Si no tiene la nacionalidad suiza, no tiene derecho a votar en el cantón de Turgovia ni en las comunas de Turgovia. Algunas comunas permiten a los extranjeros participar en la asamblea comunal a título consultivo. Una excepción es la Iglesia Católica, donde las personas de origen extranjero pueden solicitar el derecho a voto. En el caso de las comunidades escolares, puede solicitar participar en calidad de voto consultivo.



## Otras formas de participación política

► [51]

Además de los derechos políticos, hay muchas otras formas de participar en la vida pública y ayudar a forjar el futuro de la comunidad. Por ejemplo, una persona puede ser activa en una asociación de vecinos, una asociación local, una organización profesional, un club deportivo, un comité consultivo o un partido político.

Un adulto o un menor extranjero goza del derecho de petición de igual manera que un ciudadano suizo. El derecho de petición da a toda persona la oportunidad de hacer consultas, sugerencias, críticas o quejas a las autoridades. Esto puede influir en las decisiones tomadas por los organismos estatales.

## Nacionalización

► [33]

En el cantón, entre 800 y 1000 personas se naturalizan cada año, lo que les otorga plenos derechos de participación política: derecho a votar y presentarse a las elecciones a nivel comunal, cantonal y federal. El 12 % de la población suiza mayor de 15 años del cantón de Turgovia tiene doble nacionalidad. La adquisición de la nacionalidad suiza es una decisión personal y una declaración de voluntad. Un requisito previo es una buena integración en las condiciones locales, cantonales y suizas. En Turgovia, el requisito mínimo para obtener la naturalización es tener un nivel de alemán certificado de B2 oral y B1 escrito. Puede encontrar una lista de proveedores de cursos de alemán y certificados reconocidos en:

► [www.migrationsamt.tg.ch/integration](http://www.migrationsamt.tg.ch/integration)

Su comuna le informará encantada de las condiciones necesarias para obtener la naturalización.

Las siguientes instituciones están a su disposición para obtener información más detallada sobre los temas cuya ► numeración se indica en los distintos capítulos.

- ▶ [1] **Migrationsamt des Kantons Thurgau (Oficina de migración del cantón de Turgovia)**  
Langfeldstrasse 53a  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 67 67  
migrationsamt@tg.ch  
www.migrationsamt.tg.ch
- ▶ [2] **Fachstelle Integration des Kantons Thurgau (Oficina para la integración del cantón de Turgovia)**  
Bahnhofplatz 65  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 39 88  
integration.mia@tg.ch  
www.migrationsamt.tg.ch/integration
- ▶ [3] **Kompetenzzentrum Integration Bezirk Frauenfeld (Centro de competencia en integración del distrito de Frauenfeld)**  
Kasernenplatz 4  
8500 Frauenfeld  
Tel. 052 724 56 60  
agi@stadtfrauenfeld.ch  
www.agi.frauenfeld.ch
- ▶ [4] **Kompetenzzentrum Integration Bezirk Kreuzlingen (Centro de competencia en integración del distrito de Kreuzlingen)**  
Marktstrasse 4, 8280 Kreuzlingen  
Tel. 071 677 62 34  
zeljka.blank@kreuzlingen.ch  
www.kreuzlingen.ch
- ▶ [5] **Kompetenzzentrum Integration Bezirk Weinfelden (Centro de competencia en integración del distrito de Weinfelden)**  
Pestalozzistrasse 14,  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 622 04 06,  
andrea.keller@koibw.ch  
www.koibw.ch
- ▶ [6] **Kompetenzzentrum Integration Oberthurgau (Centro de competencia en integración de Oberthurgau)**  
Hauptstrasse 12  
9320 Arbon  
Tel. 071 454 77 56  
franziska.schoeni@oberthurgau.ch  
www.oberthurgau.ch
- ▶ [7] **Fachstelle Integration Romanshorn (Oficina para la integración de Romanshorn)**  
Konsumhof 3, Postfach 36  
8590 Romanshorn  
Tel. 058 346 83 31  
marian.brenner@romanshorn.ch  
www.romanshorn.ch
- ▶ [8] **Fachstelle Integration Amriswil (Oficina para la integración de Amriswil)**  
Arbonerstrasse 2  
8580 Amriswil  
Tel. 071 414 12 34  
integrationsstelle@amriswil.ch  
www.amriswil.ch
- ▶ [9] **Fachstelle Integration Arbon (Oficina para la integración de Arbon)**  
Wallhallastrasse 2  
9320 Arbon  
Tel. 071 447 61 63  
lukas.feierabend@arbon.ch  
www.arbon.ch
- ▶ [10] **Klubschule Migros (Escuela club Migros)**  
Bahnhofplatz 70–72, Passage  
8500 Frauenfeld  
Tel. 058 712 44 50  
www.klubschule.ch
- ▶ [11] **ARGE Integration Ostschweiz (Centro de Integración de Suiza oriental)**  
Rorschacherstrasse 1, Postfach 61  
9004 St. Gallen  
Tel. 0848 28 33 90  
verdi@arge.ch  
www.arge.ch
- ▶ [12] **Bibliothek der Kulturen (Biblioteca de las culturas)**  
Promenadenstrasse 12  
8510 Frauenfeld  
info@bibliothekderkulturen.ch  
www.bibliothekderkulturen.ch

- ▶ **[13] Mieterinnen- und Mieterverband Ostschweiz (*Asociación de inquilinos de Ostschweiz*)**  
 Webergasse 21  
 9000 St. Gallen  
 Tel. 071 222 50 29  
 ostschweiz@mieterverband.ch  
 www.mieterverband.ch/mv-os.html
  
- ▶ **[14] Strassenverkehrsamt des Kantons Thurgau (*Oficina de tráfico del cantón de Turgovia*)**  
 Moosweg 7a  
 8500 Frauenfeld  
 Tel. 058 345 36 36,  
 www.stva.tg.ch
  
- ▶ **[15] Sozialversicherungszentrum Thurgau (SVZTG) (*Oficina de la seguridad social de Turgovia*)**  
 St. Gallerstrasse 11  
 8501 Frauenfeld  
 Tel. 058 225 75 75  
 info@svztg.ch  
 www.svztg.ch
  
- ▶ **[16] Amt für Wirtschaft und Arbeit des Kantons Thurgau (*Departamento de economía y empleo del cantón de Turgovia*)**  
 Promenadenstrasse 8  
 8510 Frauenfeld  
 awa@tg.ch  
 www.awa.tg.ch
  
- ▶ **[17] Sozialamt des Kantons Thurgau (*Oficina de asuntos sociales del cantón de Turgovia*)**  
 Promenadenstrasse 16  
 8510 Frauenfeld  
 Tel. 058 345 68 20  
 info.soa@tg.ch  
 www.sozialamt.tg.ch
  
- ▶ **[18] Caritas Thurgau (*Cáritas de Turgovia*)**  
 Franziskusweg 3  
 8570 Weinfelden  
 Tel. 071 626 11 81  
 thurgau@caritas.ch  
 www.caritas-thurgau.ch
  
- ▶ **[19] Benefo-Stiftung (*Fundación Benefo*)**  
 Zürcherstrasse 149  
 8500 Frauenfeld  
 Tel. 052 723 48 20  
 benefo@benefo.ch  
 www.benefo.ch
  
- ▶ **[20] Steuerverwaltung Thurgau (*Administración fiscal de Turgovia*)**  
 Schlossmühlestrasse 15  
 8510 Frauenfeld  
 Tel. 058 345 30 30  
 info.sv@tg.ch  
 www.steuerverwaltung.tg.ch
  
- ▶ **[21] Thurgauer Gewerkschaftsbund (TGGB) (*Federación de sindicatos de Turgovia*)**  
 Hohenzornstrasse 4  
 8500 Frauenfeld  
 Tel: 052 720 50 15  
 info@tggb.ch, www.tggb.ch
  
- ▶ **[22] Eidgenössisches Büro für die Gleichstellung von Frau und Mann (EGB) (*Oficina federal para la igualdad de trato entre hombres y mujeres*)**  
 Schwarztorstrasse 51  
 3003 Bern  
 Tel. 058 462 68 43  
 ebg@ebg.admin.ch  
 www.ebg.admin.ch
  
- ▶ **[23] Eidgenössische Kommission gegen Rassismus (EKR) (*Comisión federal contra el racismo*)**  
 Inselgasse 1  
 3003 Bern  
 Tel. 058 464 12 93  
 ekr-cfr@gs-edi.admin.ch  
 www.ekr.admin.ch
  
- ▶ **[24] Arbeitsinspektorat des Kantons Thurgau (*Inspección de trabajo del cantón de Turgovia*)**  
 Bahnhofplatz 65  
 8510 Frauenfeld  
 Tel. 058 345 56 30  
 arbeitsinspektorat@tg.ch  
 www.awa.tg.ch
  
- ▶ **[25] Perspektive Thurgau (*Centro de asesoramiento*)**  
 Schützenstrasse 15, Postfach 297  
 8570 Weinfelden  
 Tel. 071 626 02 02  
 info@perspektive-tg.ch  
 www.perspektive-tg.ch

- ▶ [26] **Selbsthilfe Thurgau (Autoayuda Turgovia)**  
Freiestrasse 10, Postfach 429  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 620 10 00  
info@selbsthilfe-tg.ch  
www.selbsthilfe-tg.ch
- ▶ [27] **Amt für Gesundheit des Kantons Thurgau (Departamento de salud del cantón de Turgovia)**  
Promenadenstrasse 16  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 68 40  
gesundheit@tg.ch  
www.gesundheit.tg.ch
- ▶ [28] **Spitex Verband Thurgau (Asociación de asistencia privada)**  
Freiestrasse 6, 8570 Weinfelden  
Tel. 071 622 81 31  
info@spitextg.ch  
www.spitextg.ch
- ▶ [29] **Pro Senectute Thurgau (Organización profesional centrada en mejorar la calidad de vida de las personas de edad avanzada)**  
Rathausstrasse 17, Postfach 292  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 626 10 80  
info@tg.prosenectute.ch  
www.tg.prosenectute.ch
- ▶ [30] **Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Thurgau (Cruz roja suiza, cantón de Turgovia)**  
Rainweg 3, 8570 Weinfelden  
Tel. 071 626 50 80  
geschaeftsstelle@srk-thurgau.ch  
www.srk-thurgau.ch
- ▶ [31] **Pro Infirmis Thurgau-Schaffhausen (Organización para personas con discapacidad)**  
Marktstrasse 8  
8501 Frauenfeld  
Tel. 058 775 22 35  
thurgau@proinfirmis.ch  
www.proinfirmis.ch
- ▶ [32] **Heilpädagogische Früherziehung Thurgau (Pedagogía curativa en educación preescolar de Turgovia)**  
Thundorferstrasse 3  
8500 Frauenfeld  
Tel. 052 722 20 17  
info@hfe-tg.ch  
www.hfe-tg.ch
- ▶ [33] **Amt für Handelsregister und Zivilstandswesen des Kantons Thurgau (Oficina del registro mercantil y civil del cantón de Turgovia)**  
Bahnhofplatz 65  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 70 70  
sekretariat.hz@tg.ch  
www.hz.tg.ch
- ▶ [34] **HOT Homosexuelle Organisation Thurgau (HOT -Organización homosexual de Turgovia)**  
Wilerstrasse 3  
9545 Wängi  
info@hot-tg.ch, www.hot-tg.ch
- ▶ [35] **Beratungsstelle für gewaltbetroffene Frauen Thurgau (Centro de asesoramiento para mujeres afectadas por la violencia doméstica de Turgovia)**  
Oberstadtstrasse 7, Postfach 1002  
8500 Frauenfeld  
Tel. 052 720 39 90  
kontakt@frauenberatung-tg.ch  
www.frauenberatung-tg.ch
- ▶ [36] **Fachstelle Häusliche Gewalt (Oficina de violencia doméstica)**  
Kantonspolizei Thurgau  
Dunantstrasse 14  
8570 Weinfelden  
Tel. 052 728 24 50  
fachstellehg@kapo.tg.ch  
www.kapo.tg.ch
- ▶ [37] **Konflikt. Gewalt – Gewaltberatung für Männer, Frauen und Jugendliche (Asesoramiento sobre violencia para hombres, mujeres y jóvenes)**  
Gaswerkstrasse 15  
8750 Weinfelden  
Tel. 078 778 77 80  
kontakt@konflikt-gewalt.ch  
www.konflikt-gewalt.ch
- ▶ [38] **Amt für Volksschule des Kantons Thurgau (Oficina para la escuela de enseñanza básica del cantón de Turgovia)**  
Spannerstrasse 31  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 57 70  
info@av.tg.ch  
www.av.tg.ch

- ▶ [39] **Amt für Berufsbildung und Berufsberatung des Kantons Thurgau (*Oficina cantonal de formación y orientación profesional del cantón de Turgovia*)**  
Grabenstrasse 5, 8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 59 30  
abb@tg.ch, www.abb.tg.ch
- ▶ [40] **Kontaktstelle Heimatliche Sprache und Kultur (HSK) des Kanton Thurgau (*Oficina de contacto de Lengua y cultura del país de origen del cantón de Turgovia*)**  
Amt für Volksschule  
Spannerstrasse 31, 8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 58 14  
priska.reichmuth@tg.ch  
www.av.tg.ch
- ▶ [41] **Amt für Mittel- und Hochschulen des Kantons Thurgau (*Oficina de enseñanza media y superior del cantón de Turgovia*)**  
Grabenstrasse 11  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 58 30  
amh@tg.ch, www.amh.tg.ch
- ▶ [42] **Amt für Mittel- und Hochschulen des Kantons Thurgau- Abteilung Ausbildungsbeiträge (*Oficina de enseñanza media y superior del cantón de Turgovia; departamento de becas y ayudas a la formación*)**  
Grabenstrasse 11, 8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 58 38  
amh@tg.ch  
www.stipendien.tg.ch
- ▶ [43] **Thurgauisch-Schaffhauserisch-Maturitätsschule für Erwachsene (*Escuela de bachillerato para adultos de Turgovia-Schaffhausen*)**  
Neuhausenerstrasse 7  
8500 Frauenfeld  
Tel. 058 345 51 00  
administration@tsme.ch  
www.tsme.ch
- ▶ [44] **Fachstelle Berufsabschluss für Erwachsene (BAE) (*Oficina de certificación profesional para adultos*)**  
Amt für Berufsbildung und Berufsberatung  
Grabenstrasse 5  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 59 55  
bae@tg.ch, www.abb.tg.ch
- ▶ [45] **Amt für Umwelt des Kantons Thurgau (*Oficina de medio ambiente del cantón de Turgovia*)**  
Verwaltungsgebäude  
Promenadenstrasse 8  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 51 51  
umwelt.afu@tg.ch  
www.umwelt.tg.ch
- ▶ [46] **Kulturamt Thurgau (*Departamento de cultura de Turgovia*)**  
Grabenstrasse 11  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 73 73  
kulturamt@tg.ch  
www.kulturamt.tg.ch
- ▶ [47] **Sportamt Thurgau (*Departamento de deporte de Turgovia*)**  
Zürcherstrasse 177  
8510 Frauenfeld  
Tel. 058 345 60 00  
sportamt@tg.ch  
www.sportamt.tg.ch
- ▶ [48] **Thurgau Tourismus (*Turismo de Turgovia*)**  
Friedrichshafenerstrasse 55a  
8590 Romanshorn  
Tel. 071 531 01 31  
info@thurgau-bodensee.ch  
www.thurgau-bodensee.ch
- ▶ [49] **Benevol Thurgau (*Centro de voluntariado en Turgovia*)**  
Freiwilligenzentrum  
Freiestrasse 10  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 622 30 30  
info@benevol-thurgau.ch  
www.benevol-thurgau.ch
- ▶ [50] **HEKS -Hilfswerk der Evangelischen Kirchen Schweiz (*Ayuda suiza de iglesias protestantes*)**  
Regionalstelle Ostschweiz  
Weinfelderstrasse 11  
8580 Amriswil  
Tel. 071 410 16 84  
heks\_ostschweiz@heks.ch  
www.heks.ch

- ▶ [51] **Politische Parteien im Kanton Thurgau (*partidos políticos del cantón de Turgovia*)**
- ▶ Christlichdemokratische Volkspartei (CVP)  
-*Partido Demócrata Cristiano suizo (CVP)*  
[www.cvp-thurgau.ch](http://www.cvp-thurgau.ch)
  - ▶ Sozialdemokratische Partei (SP) -*Partido Socialdemócrata suizo (SP)*  
[www.spthurgau.ch](http://www.spthurgau.ch)
  - ▶ Freisinnig-Demokratische Partei (FDP)  
-*Partido Democrático Libre de Suiza (FDP)*  
[www.fdp-tg.ch](http://www.fdp-tg.ch)
  - ▶ Schweizerische Volkspartei (SVP) -*Unión Democrática del Centro (SVP)*  
[www.svp-thurgau.ch](http://www.svp-thurgau.ch)
  - ▶ Bürgerliche Demokratische Partei Schweiz (BDP) -*Partido Burgués Democrático suizo (BDP)*  
[www.bdp.info/tg](http://www.bdp.info/tg)
  - ▶ Die Grünen -*Los Verdes - Partido Ecológico suizo*  
[www.gruene-tg.ch](http://www.gruene-tg.ch)
  - ▶ Grünliberale Partei (GLP) -*Partido Verde Liberal suizo (GLP)*  
[www.tg.grunliberale.ch](http://www.tg.grunliberale.ch)
  - ▶ Eidgenössisch-Demokratische Union (EDU) -*Unión Democrática Federal de Suiza (EDU)*  
[www.edu-tg.ch](http://www.edu-tg.ch)
  - ▶ Evangelische Volkspartei (EVP) -*Partido Popular Evangélico de Suiza (EVP)*  
[www.evp-thurgau.ch](http://www.evp-thurgau.ch)

## Edición y gráficos

Oficina de migración del cantón de Turgovia,  
Oficina cantonal para la integración

## Imprenta

Ströbele Kommunikation, Romanshorn

## Imágenes

Cancillería de Estado del cantón de Turgovia  
Turismo de Turgovia  
[Pixabay.com](https://www.pixabay.com)

# Números de emergencia de Suiza

<b>Número de emergencias general</b> (también desde una tarjeta SIM extranjera) .....	112
<b>Policía</b> .....	117
<b>Bomberos</b> (fuego, agua, gas).....	118
<b>Ambulancia</b> .....	144
<b>Mano Tendida o Dargebotene Hand</b> (ayuda psíquica) .....	143
<b>Centro de información toxicológica</b> (intoxicación).....	145
<b>Teléfono de emergencias para niños y jóvenes</b> .....	147

## En una situación de emergencia

- ▶ Mantenga la calma.
- ▶ Identifique los riesgos.
- ▶ Póngase a salvo.
- ▶ Llame a los servicios de emergencias.
- ▶ Preste ayuda.