* Mesaj pou pran swen pwòp tèt ou ak kat la se pou rezon estrikman imanitè.
Enfòmasyon sa a bay sèlman pou rezon sekirite pou bese ris imanitè moun ki chwazi emigre.
Mouvman entenasyonal Kwa Wouj pa ankouraje ni dekouraje migrasyon

USA
- Vil

REJYON MEXIKO
- Nò
- Sant
- Sid

AMERIK SANTRAL
- Gwatemala
- Ondiras
- Panama
- Salvador

ICÒN
- Abri / aranjman
- Manje
- Asistans medikal
- Apèl gratis
- Sèvis Entènèt
- Oryantasyon ak Enfòmasyon
- Transpò
- Swen òtopedik

KLIMA
- Chofe mouye
- Dezè (jou = cho / lannwit = frèt)
- Cho sèk
- Tanpered mouye
- Tanpered sèk
- Fwad

LOT
- Wout tren
- Gran wout

Panama

1 **Defensoría de Pueblo,** (507) 6723-7790 (507) 287-0075 (507) 287-0076 / Villa gubernamental en Metetí / Metetí, Darién
1 **UNICEF,** (507) 6779-0514 / Metetí, Darién
1 **OIM: Organización Internacional para las Migraciones,** (507) 6251-9606 / Metetí, Darién
1 **RET Internacional,** (507) 6520-2089 / Metetí, Darién
1 **NRC: Consejo Noruego para Refugiados,** (507) 6020-2772 / Villa gubernamental en Metetí / Metetí, Darién
1 **ACNUR,** (507) 6219-9811 / Villa gubernamental en Metetí / Metetí, Darién
2 **INAMU Instituto Nacional de la Mujer,** (507) 6553-6238 / Villa gubernamental en La Palma / La Palma, Darién
2 **SENADIS Secretaría Nacional de Discapacidad,** (507) 299-5141 / Villa gubernamental en La Palma / La Palma, Darién
3 **Cruz Roja Panameña oficina de Proyecto Darién,** (507) 6374-6220 / Via principal / Punuloso, Darién
- **MSF Médicos Sin Fronteras,** (507) 6449-4835 / Darién
4 **Cruz Roja Panameña,** (507) 315-0292 / Calle Jorge Bolívar Alemán, Albrook, edificio 453 / Albrook, Panamá
4 **ONPAR Oficina Nacional para la Atención de Refugiados,** (507) 512-7229 / Avenida Rómulo Escobar, Balboa, Edificio 766 / Ancón, Panamá
5 **Cruz Roja Panameña Punto de Servicios RCF,** Zona Fronteriza / Aserrio, Chiriqui
5 **ERM de Cruz Roja Panameña,** Los Planes / Gualaca, Chiriqui

Ondiras

6 **Albergue de Caritas,** (504) 9913-3169 / Cd. de Choluteca / Choluteca, Choluteca
6 **Hogar de la Esperanza,** Barrio Corbeta, una cuadra antes del Cementerio General / Choluteca, Choluteca
6 **Centro de Atención al Migrante Irregular,** Barrio La Cruz, frente a repostería El Cisne, una cuadra debajo de la alcaldía / Choluteca, Choluteca
6 **Fundación Vida Nueva,** De la gasolinera Dippsa-Cabañas Tres cuadras al sur, calle al Goretti / Choluteca, Choluteca
7 **Albergue la pastoral,** (504) 9910-4408 / centro de la iglesia catolica en el municipio de trojes / Trojes, El Paraíso
7 **Albergue Iglesia Peniel,** (504) 9544-4300 / iglesia evangelica ubicada en el municipio de Trojes / Trojes, El Paraíso
7 **Iglesia Catolica de Cifuentes en Trojes,** (504)9847-6544 / Cifuentes en el municipio de Trojes / Trojes, El Paraíso
8 **Centro de la Fundación Alivio del Sufrimiento,** (504) 8740 8200 / Km 46 carretera C-A 6 Guayabillas / Yuscarán, El Paraíso
9 **Centro de Atención al Migrante Irregular,** Detrás de las oficinas de Honducor, Aeropuerto Internacional de Toncontín / Tegucigalpa MDC, Francisco Morazán
9 **Consejo Noruego para Refugiados,** (504) 31775966, (504) 3290-3971 / Colonia Rubén Darío, Primera calle, casa No 2215 / Tegucigalpa MDC, Francisco Morazán
10 **Casa del Migrante de Ocotepeque,** Col Las Américas, Ocotepeque / Ocotepeque, Ocotepeque
11 **Centro de Atención al Migrante Retornado en La Lima,** Aropuerto Ramón Villeda Morales, a 11 kmde SPS, carretera a El Progreso / La Lima, Cortés
12 **Centro de Atención al Migrante Irregular,** Colonia Trejo, 4ta etapa, 21 calle, 24 ave 3 cuadras al sur del Hotel La Cordillera / San Pedro Sula, Cortés
12 **Fundación Teletón-San Pedro Sula,** Col la Gran Vía, 16-17 avenida, 9 calle A-B, sureste / San Pedro Sula, Cortés
12 **Centro de Atención para la Niñez y Familias Migrantes Belén,** Barrio Medina, 13 calle, 8 avenida / San Pedro Sula, Cortés
13 **Centro de Atención al Migrante Retornado en Omoa,** Milla 4, Omoa, Kilómetro 21 CA-13 / Omoa, Cortés

Salvador

14 **Instituto Salvadoreño del Migrante INSAMI,** 41 Ave Nte No 221 col Flor Blanca, frente a Universidad Andrés Bello / San Salvador, San Salvador
14 **Alianza de Salvadoreños Retornados ALSARE,** Bulevard Los Héroes, Condominio Los Héroes, Séptimo nivel Apto No 7-D,por la zona de Metrocentro / San Salvador, San Salvador
14 **Asociación Comité de Famiilares de Migrantes Fallecidos y Desaparecidos de El Salvador COFAMIDE,** Final 4ta calle pte y 25 Ave Sur Edificio Cuscatlán, 3ra planta local No 302 Frente a parque Cuscatlán / San Salvador, San Salvador
14 **Casa del migrante de los Misioneros Escalabrinianos,** 6ta Ave Nte No 1430, Col Mugdan / San Salvador, San Salvador
14 **Iglesia Reformada Calvinista,** Bulevard Universitario, colEl Roble No 2034 Contiguo Cine Reforma / San Salvador, San Salvador
14 **Unidad de Difusión y Búsqueda de Cruz Roja Salvadoreña,** 17 calle Pte AveHenri Dunant Centro de Gobierno / San Salvador, San Salvador

Gwatemala

15 **Casa del Migrante del Vicariato Apostólico de Izabal,** Km 283 Carretera a la Frontera Guatemala-Honduras, Aldea Entre Rios, frente a Parroquia Nuestra Señora de Fátima / Puerto Barrios, Izabal
16 **Punto de Asistencia,** Gasolinera OASIS 243 sobre el kilómetro 243 / Morales Izabal, Izabal
17 **Oficina de Información y atención a migrantes y refugiados,** La Ruidosa, Izabal / La Ruidosa, Izabal
18 **Casa del Migrante "José",** Km 2233 Ruta Esquipulas-Frontera Agua Caliente / Esquipulas, Chiquimula
18 **Punto de Asistencia,** Frontera "Agua Caliente" / Esquipulas, Chiquimula
19 **Casa del Migrante Ciudad de Guatemala,** 15 avenida 1-92, Zona 1 / Ciudad de Guatemala, Guatemala
20 **Oficina de orientación sobre migracion,** TUMLAL B'E (en idioma Maya Mam; Camino Correcto en español), Carretera Interamericana, a un costado de Puente Rogelio, Colotenango, Huehuetenango / Colotenango, Huehuetenango
21 **Oficina de orientación sobre Migración K´UL B´E (en idioma popti; Camino Correcto en Español),** Sector Iglesia, cantón central, San Antonio Huista, Huehuetenango / San Antonio Huista, Huehuetenango
22 **Centro de Atención a las personas migrantes,** Parroquia nuestra señora de la Asunción Diócesis de San Marcos / Tacaná, Tacaná
23 **Centro de Recepción de Deportados,** Calle por Cooperativa SN / Tecún Umán, San Marcos
23 **Casa del Migrante Tecún Umán,** Avenida del migrante 0-22, Col Olguita de León / Tecún Umán, San Marcos
23 **Punto de Asistencia,** 1ª Av 4-38 Zona 1, Tecún Umán, San Marcos / Tecún Umán, San Marcos
24 **Centro de información y atención ADESI,** Playa Grande, Ixcan Quiché / Ixcán, Quiché
25 **Módulo de Apoyo a migrantes Santa Elena,** 6ta avenida entre primera y segunda calle / Flores, Petén
25 **Casa del Migrante en Petén,** 6ta calle entre 3ra avenida A y 4ta avenida Zona 2, barrio Antigua población, Santa Elena / Flores, Petén
26 **Centro de Atención Parroquial a personas migrantes y refugiadas,** El Naranjo / La Libertad, Petén
27 **Casa para personas migrantes y refugiadas,** El Ceibo / El Naranjo, Petén
28 **Módulo de Apoyo a migrantes La Técnica,** Cooperativa La Técnica A un costado de oficina de servicios turisticos / Las Cruces, Petén

Mexiko Sid

29 **Albergue "Jesús El Buen Pastor",** (52) 9621532995 / Entronque a Carretera Raymundo EnriquezCol Ojo de Agua / Tapachula, Chiapas
29 **Albergue Diocesano Belen,** (52) 9626254812 / Av Hidalgo # 2 Col San Antonio Cahoacan Apartado 87 / Tapachula, Chiapas
29 **Albergue DIF Municipal Tapachula,** Calle 19 Poniente SN Col Centro CP 30700 / Tapachula, Chiapas
29 **Albergue Temporal DIF Estatal Chiapas,** (52) 9626232156 / Carretera Costera Sur SN Col Viva México CP 30820 / Tapachula, Chiapas
29 **Hospitalidad y Solidaridad A.C.,** (52) 9331551616 / Carretera a Puerto Madero Km 12+500 / Tapachula, Chiapas
30 **Casa del Migrante "Jesús Esperanza en el Camino",** (52) 9616000402 / 1ª Poniente sur # 1664, esquina 16 sur poniente, Barrio San Francisco / Tuxtla Gutierrez, Chiapas
30 **Una Ayuda Para Ti Mujer Migrante,** (52) 9614842458 / Libramiento sur poniente 17, Popular Xamaipac, 29060 / Tuxtla Gutierrez, Chiapas
31 **Hogar de la Misericordia,** (52) 9621743777 / Calle Quinta Sur # 1420, Col Playa Fina / Arriaga, Chiapas
32 **Comedor para Migrantes y Transeúntes "Papa Francisco",** (52) 9636311953 / 2ª Av Poniente entre Central poniente y 1ª Calle Sur poniente / Frontera Comalapa, Chiapas
33 **Albergue Comunidad Emiliano Zapata,** (52) 9161866721 / Domicilio conocido / Emiliano Zapata, Chiapas
34 **Casa del Caminante "Jtatic Samuel Ruiz",** (52) 9163452497 / Niños Héroes 51, Col Pakalná, Barrio San Francisco / Palenque, Chiapas
35 **Casa Betania,** (52) 9512551000 / Calle San Francisco sn, Salto de Agua, Chiapas, 29900 / Salto de Agua, Chiapas
36 **Albergue "Hermanos en el Camino",** (52) 9717132264 / Av Ferrocarril Pte # 60, Barrio de la Soledad / Ciudad Ixtepec, Oaxaca
37 **Casa del Migrante "Ruchagalú",** (52) 9727220112 / Calle 1º de Mayo 1110, ColRincón Viejo / Matias Romero Avendano, Oaxaca
38 **Casa del Buen Samaritano,** (52) 9515169004 / Callejón Guadaluape Victoria sn, ColCentro (Atrás de Soriana Madero) / Oaxaca de Juárez, Oaxaca
39 **Hogar-Refugio para Personas Migrantes "La 72",** (52) 9343421111 / Domicilio conocido sn, Col La Estación Nueva / Tenosique, Tabasco
39 **Punto de Asistencia Cruz Roja Mexicana,** Carretera El Ceibo -Tenosique / Tenosique, Tabasco
40 **Oasis de Paz del Espíritu Santo Amparito AC,** Carr Villahermosa-La Isla SN Col Miguel Hidalgo III Etapa CP 86127 / Centro, Tabasco
41 **Movilidad Humana_ La Casa del Migrante Doiscesis de Coatzacoalcos,** (52) 9212170245 / Calle General Anaya #205 Esquina Soledad de Doblado, Colonia Constituyentes, 96595 / Coatzacoalcos, Veracruz
42 **Casa del Migrante Monseñor Guillermo Ranzahuer,** (52) 5569037372 / Ignacio Allende 926, Colonia Barrio IV, 96160 / Acayucan, Veracruz
43 **Albergue "Decanal Guadalupano",** (52) 2747436227 / Hermanos Aldama 50, Tierra Blanca el Viejo, 95180 / Tierra Blanca, Veracruz
44 **Albergue "Las Patronas",** (52) 2717104875 / Calle SN, 94957 Guadalupe / Amatlan de los Reyes, Veracruz
45 **Albergue para migrantes "La Sagrada Familia",** (52) 2414172432 / Alvaro Obregón, 3a Priv, Ferrocarrilera, 90342 / Apizaco, Tlaxcala
46 **Punto de asistencia Cruz Roja Mexicana en Ciudad Serdán,** Rancho Nuevo, Ciudad Serdán (a un costado de las vías del tren) / Ciudad Serdán, Puebla
47 **Casa del migrante de la Parroquia de Nuestra Señora de los Desamparados,** (52) 2226885218 / Av 36 Poniente # 3308 Col Nueva Aurora atrás de la Central de Autobuses de Puebla / Puebla, Puebla
47 **Parroquia "Nuestra Señora de la Asunción" Ayuda Humanitaria a Migrantes en Tránsito,** (52) 2222491542 / Calle 45 Norte # 206 Col Aquiles Serdán / Puebla, Puebla
47 **Parroquia "San Juan de los Lagos",** (52) 2222246931 / Calle Guadalajara 73, Col San Rafael Poniente / Puebla, Puebla

Mexiko Sant

48 **Albergue Ejercito de Salvación,** (52) 5557028083 / Calle Labradores # 85, Col Morelos, Alcaldía Cuauhtémoc (Solo Hombres) / Alvaro Obregon, Ciudad de México
48 **Casa "Tochán",** (52) 5590321352 / Alvaro Obregon, Ciudad de México
48 **Sin Fronteras,** (52) 5576888784 / Calle Carlos Dolci 96, Alfonso XIII; Alcaldía Álvaro Obregón / Alvaro Obregon, Ciudad de México
48 **Casa de los Amigos,** (52) 5570958094 / Ignacio Mariscal 132, Col Tabacalera, Alcaldía Cuauhtemoc / Cuauhtemoc, Ciudad de México
48 **CAFEMIN Casa de Acogida,** Formación y Empoderamiento de la Mujer Internacional y Nacional, (52) 5557594257 / Constantino 251, Col Vallejo; Alcaldía Gustavo A Madero / Gustavo A. Madero, Ciudad de México
49 **Casa del Migrante "San Juan Diego Cuauhtlatoatzin",** Veracruz SN Col Barrio San Bartolo, CP 54680 / Huehuetoca, Mexico
50 **Albergue "Un Oasis en el Camino",** Avenida Industrial 26 Colonia La Estación, CP 55660 / Apaxco, Mexico
51 **Comedor "El Buen Samaritano",** Calle Jacarandas 3, Colonia Bojay, CP 42970 / Atitalaquia, Hidalgo
52 **Casa del Peregrino Migrante,** Ejido Maney sn, Junto a Planta Cemex / Huichapan, Hidalgo
53 **Albergue para Migrantes "Toribio Romo" A.C.,** (52) 4424107521 / Privada Campesinos # 1 Col San Pedrito Peñuelas / Querétaro, Querétaro
53 **Cruz Roja Mexicana,** (52) 4425375447 / Av Balaustradas SN, Centro Sur / Querétaro, Querétaro
54 **Casa del Migrante "ABBA",** Eufemio Zapata # 216 Col Emiliano Zapata, CP 38030 / Celaya, Guanajuato
54 **Casa de Migrantes "Manos Extendidas",** (52) 4612150761 / Calle 16 de Septiembre 428, Col El Zapote, CP 38057 / Celaya, Guanajuato
54 **Cruz Roja Mexicana,** (52) 4616143730 / Av Constituyentes sn, Col Rosa Linda, CP 38060 / Celaya, Guanajuato
55 **Casa del Migrante "San Carlos Borromeo",** (52) 4646484203 / Segunda Privada de Morelon, # 107, ColConstelación, CP 36790 / Salamanca, Guanajuato
55 **Cruz Roja Mexicana,** (52) 4646480094 / Calle Tampico sn, ColBellavista, CP 36700 / Salamanca, Guanajuato
56 **Cruz Roja Mexicana,** (52) 4626273333 / Calle Av Casimiro Liceaga 404, Col Las Misiones, CP 36567 / Irapuato, Guanajuato
57 **Cruz Roja Mexicana,** N/A / Morelos y Oxnard 249, Col Centro / Ocotlán, Jalisco
58 **El Refugio Casa del Migrante,** 3336751475 / Constitución #300, Cerro del Cuatro, 45599 / Tlaquepaque, Jalisco
58 **Casa del Migrante Aldea Arcoiris,** 3325928011 / Metalurgia #2878 Col Alamo Industrial CP 45593 / Tlaquepaque, Jalisco
59 **FM4 Paso Libre (Dignidad y Justicia en el Camino A.C.),** 3333300306 / Calderon de la Barca # 468-A, Barrera, CP 44150 / Guadalajara, Jalisco
59 **CADIPSI Las Palmas,** 3347740447 / Calzada Las Palmas número 76, entre Calzada Independencia y R Michel, colonia Rincón de La Agua Azu / Guadalajara, Jalisco
59 **CADIPSI Casa Belisario,** 3335623572 / Belisario Domínguez 420, entre República y Francisco de Ayza, colonia San Juan de Dios / Guadalajara, Jalisco
60 **San Vicente de Paul,** N/A / Agustín Yañéz #122, El Campestre, La Venta del Astillero CP 45221 / Zapopan, Jalisco
61 **La Casa de la Esperanza "San José",** 3112167806 / Padre Enrique Mejía esquina con Vicente Guerrero / Tepic, Nayarit

Mexiko Nò

62 **Casa de la Caridad "Hogar del Migrante",** (52) 4448156225 / Juan Álvarez # 210,Col Barrio de Tlaxcala, CP 78038 / San Luis Potosi, San Luis Potosi
63 **Casa del Forastero Santa Martha,** Calle José María Bocanegra Pte No 801, Col Industrial, CP 6440 / Monterrey, Nuevo León
64 **Casa del Migrante de Nuestra de Señora de Guadalupe,** Calle Nogal-Aldama 501, Col Aquiles Serdán I, CP88520 435 103 7952 / Reynosa, Tamaulipas
65 **Casa del Migrante Saltillo,** Frontera con Justicia A.C., 844 111 3273 / Calle Juan De Erbaez 2406, Col Landín, CP 25070 / Saltillo, Coahuila
66 **Posada del Peregrino de Cáritas Diocesana de Torreón,** 871 731 1575 / Av La Paz 300, Col Nueva California, CP 27089 / Torreón, Coahuila
66 **Centro de Día para Migrantes "Jesús Torres",** 871 763 9003 / Calle Yucatán # 171 Sur Col Las Julietas, CP 27296 / Torreón, Coahuila
67 **Casa del Peregrino "Frontera Digna",** Número de teléfono será otro / Calle Reforma sin número, Col Morelos, CP 26030, Piedras Negras / Piedras Negras, Coahuila
68 **Punto de Asistencia Cruz Roja Mexicana,** 877 773 0011 / Garita Puente Internacional, Puerta de México Hidalgo No 305, CP 26200, Cd Acuña / Acuña, Coahuila
69 **Casa del Migrante Sr. Obispo Jesús María Echavarría,** Calle Agustina Ramírez #1518; Col Gabriel Leyva / Culiacán, Sinaloa
70 **Albergue "Uno de Siete Migrando" AC,** 6146882842 / Calle Ciudad Camargo #101 Col Revolución / Chihuahua, Chihuahua
70 **Casa migrante"San Agustín",** Calle Ladrilleros 5101, Cerro Cnel II, Antiguo Lienzo Charro, 31375 / Chihuahua, Chihuahua
71 **Casa del Migrante "Juárez" AC,** 6566870676 / Calle Neptuno # 1855 Col Satélite / Juárez, Chihuahua
72 **Comedor y Dispensario "San Luis Gonzaga",** 6622968498 / Cayaco 12, Ejido la Victoria Punta Bella CP 83304 / Hermosillo, Sonora
73 **CRM-Delegación Local Benjamín Hill,** Sonora, 641 325 0518 / Calle Abelardo L Rodríguez Oriente, San Fernando, CP 83900 / Benjamin Hill, Sonora
74 **Centro de Atención al Migrante y Necesitado (CCAMYN),** 6373740360 / Gonzalo Senday, # 79 Col Buenos Aires / Altar, Sonora
74 **Punto de Asistencia Cruz Roja Mexicana,** Calle Miguel Hidalgo, #3 Doctor Godinez y Peñaloza, Col Centro / Altar, Sonora
75 **Casa del Migrante de Caborca,** Calle 12, #100 y Av López Collado / Caborca, Sonora
75 **Comedor "Padre Gonzalez",** Calle 11 # 55, Col Centro / Caborca, Sonora
75 **Luz y Esperanza en el Desiserto A.C,** Domicilio Conocido / Caborca, Sonora
75 **Punto de Asistencia Cruz Roja Mexicana,** Frente a la Estación de Trenes Calle 11 y Avenida H / Caborca, Sonora
76 **Casa para Menores Migrantes YMCA,** 6333384000 / Calle 1 avenida 12 y 13 Colonia Centro C P 84200 / Agua Prieta, Sonora
76 **Centro de Atención al Migrante "Exodus" (CAME),** 6333382514 / Calle 2 y Entre Av Anáhuac y Jesús García No 26 Col Ferrocarril / Agua Prieta, Sonora
76 **Centro de Recursos para Migrantes,** 6333381529 / Calle Primera, Av 3, sn, CP 26000 / Agua Prieta, Sonora
76 **Centro de Atención al Migrante y Necesitado (CCAMYN),** Calle Zaragoza # 1 Col Centro / Agua Prieta, Sonora
76 **Módulo de Atención a los Deportados,** Calle Int Av 3 Col Centro 84020 / Agua Prieta, Sonora
77 **Albergue "San Juan Bosco" I.A.P.,** 6313136833 / Calle Montaño # 1063 / Nogales, Sonora
77 **Casa "Nazareth" para Mujeres y Niños Deportados,** Calle # 1 Edificio 4, Dpto 502 Periférico Luis Donaldo Colosio 55 Col Del Rosario / Nogales, Sonora
77 **Comedor CAMDEP,** Centro de Atención al migrante deportado, Luis Donaldo Colosio, # 55 Col Frente a Foviste II / Nogales, Sonora
77 **Iniciativa Kino para la Frontera,** 6313162086 / Línea Internacional garita 2 intersección de Reforma y Periférico Luis Donaldo Colosio 55 Col Del Rosario / Nogales, Sonora
77 **Punto de Asistencia Cruz Roja Mexicana,** Puerta internacional, Garita 1 Dennis Deconcini / Nogales, Sonora
78 **Casa del Migrante "La Divina Providencia" I.A.P,** 6535349543 / Av Zaragoza 912 Col Comercial CP 83449 / San Luis Río Colorado, Sonora
78 **Albergue Don Chon,** 6531129800 / Callejón Obregon No 55, Col Cuauhtemoc CP 83400 / San Luis Río Colorado, Sonora
79 **Albergue "El Camino a un Nuevo Amancer",** 52 686 216 3045 / Celaya 650, Col San Isidro, Mexicali, Baja California, México / Mexicali, Baja California
79 **Albergue Juvenil del Desierto,** 6865545364 / Avenida Carpinteros, # 1515 Col Industrial / Mexicali, Baja California
79 **Comedor "Cobina",** 6865808014 / Av Lerdo 472, Col Centro / Mexicali, Baja California
79 **Hotel Cobina Posada del Migrante,** 52 686 234 7444 / Av Pedro Moreno 45, Río Nuevo, 21120 / Mexicali, Baja California
80 **Albergue "Casa Puerta de Esperanza" del Ejército de Salvación,** 6643781748 / Cañon Emilino Zapata 12293, Col Libertad, Tijuana, Baja California, México / Tijuana, Baja California
80 **Albergue Ejército de Salvación Tijuana,** 6646832694 / Av Aquiles Serdán, # 11585 Col Libertad parte Baja / Tijuana, Baja California
80 **Casa de Oración del Migrante AC,** 6648724421 / Carlota Sosa 735 Col Anexa Río C P 22416 / Tijuana, Baja California
80 **Casa del Migrante,** 6643827685 / Galileo 239 Col López Leyva Tijuana, Baja California CP 22416 / Tijuana, Baja California
80 **Casa para Menores Migrantes YMCA,** 6646863697 / Boulevard Cuauhtémoc Sur 3170 Col Chula Vista Tijuana, Baja California CP 22410 / Tijuana, Baja California
80 **Desayunador Salesiano "Padre Chava",** 6646882790 / Av Ocampo, # 700 Zona Centro / Tijuana, Baja California
80 **Iglesia Cristiana Embajadores de Jesús,** 6646091919 / Canal de los Alacranes 9044, Col Divina Providencia, Tijuana, Baja California, México / Tijuana, Baja California
80 **Instituto Madre Assunta,** 6646830575 / Calle Galileo, # 2305 ColPostal / Tijuana, Baja California
80 **Misión Evangélica "Roca de Salvación" AC,** 6641700321 / Calle Ampliación Hujicori 20704, Col Azteca Cañon 1 de la Raza CP 22224 / Tijuana, Baja California

USA

81 **Ozanam Center ,** 656 N Minnesota Ave / Brownsville, Texas
82 **Sacred Heart,** 306 S 15th St / McAllen, Texas
83 **Laredo Office at the Holding Institute,** 1102 Santa Maria Ave / Laredo, Texas
84 **Greyhound estación de autobuses,** 500 N Saint Marys St / San Antonio, Texas
85 **Opportunity Center of El Paso,** 8201 Lockheed Dr / El Paso, Texas
86 **Catholic Charities,** 140 W Speedway Blvd St 130 / Tucson, Arizona
87 **Campamento No más muertes en el desierto,** Arivaca, Arizona

KM	Tapachula	Tenosique	Ixtepec	Oluta	Ciudad de México	Querétaro	Monterrey	Piedras Negras	Acuña	San Antonio (US)	Guadalajara	Agua Prieta	Nogales	Tucson (US)	Phoenix (US)	Mexicali	Tijuana
Tapachula	-																
Tenosique	520	-															
Ixtepec	407	632	-														
Oluta	628	440	205	-													
Ciudad de México	1,158	971	735	544	-												
Querétaro	1,359	1,171	936	761	217	-											
Monterrey	2,051	1,624	1,629	1,453	909	692	-										
Piedras Negras	2,409	2,211	1,987	1,801	1,257	1,040	348	-									
Acuña	2,462	2,274	2,050	1,864	1,320	1,103	411	91	-								
San Antonio (US)	2,531	2,344	2,109	1,917	1,385	1,170	475	235	261	-							
Guadalajara	1,692	1,505	1,269	1,094	550	363	807	1,150	1,209	1,268	-						
Agua Prieta	3,424	3,320	3,044	2,809	2,265	2,078	1,324	1,142	1,056	1,251	1,738	-					
Nogales	3,324	3,137	2,901	2,709	2,165	1,978	151	1,334	1,248	1,442	1,637	180	-				
Tucson (US)	3,331	3,143	2,908	2,845	2,302	2,099	1,523	1,294	1,206	1,402	1,750	199	138	-			
Phoenix (US)	3,508	3,320	3,085	3,022	2,479	2,276	1,700	1,471	1,383	1,578	1,927	376	291	180	-		
Mexicali	3,741	3,554	3,318	3,126	2,582	2,395	2,151	1,760	1,674	1,872	2,054	667	581	474	393	-	
Tijuana	3,915	3,728	3,493	3,300	2,756	2,569	2,419	1,961	1,875	2,068	2,229	867	604	670	589	181	-
Los Ángeles (US)	4,106	3,919	3,683	3,494	2,981	2,779	2,456	2,068	1,982	1,353	2,430	1,028	942	779	640	376	221

Distans yo se apwoksimatif ak ilistrasyon, yo pral depann de wout yo ak mwayen transpò. / Nan Meksik vitès mwayèn yo se: Machin 80 km/h, otobis 65 km/h, mache 6 km/h.

Eskane kòd la epi telechaje aplikasyon REDSAFE nou an kote ou ka sove kopi dokiman ou yo / tapochi, kote kat la, voye mesaj predefini oswa resevwa enfòmasyon sou wout la.

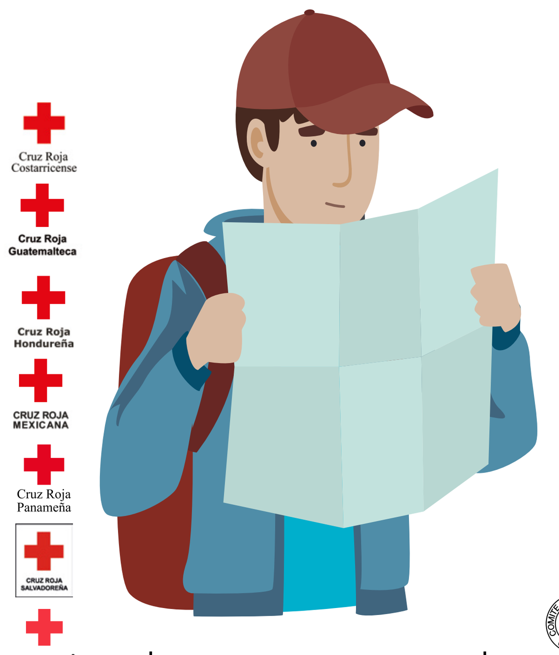
RedSafe

KONTAKTE: +52 55 80 12 90 55 facebook.com/CICRDRMX twitter.com/CICR_DRMX instagram.com/cicr_mx

KONTNI - MENSAJ SWEN PÈSONÈL

CR

© 2015.0083 / 003 06 2023



Cruz Roja Española | IFRC | CICR

Enfòmasyon itil

1 **Avan ou sòti, chache enfòmasyon sou wout la, distans, mwayen transpò, akomodasyon san danje ak klima sou wout la.** Epitou chache nimewo telefòn konsila peyi w yo ak lòt enstitisyon nan ka gen nesesite pou w mande èd.

Sonje ke sou wout la w ap **jwenn klima diferan,** pafwa, ekstrèm. Prepare w ak rad apwopriye epi pran prekosyon avan risk ki posib yo, tankou prezans bèt danjere.

2 Pou sekirite w, pa bay enkoni enfòmasyon sou: vwayaj oswa sou fanmi w, si w genyen fanmi oswa zanmi nan Etazini, oswa si gen yon moun k ap sipòte w sou plan ekonomik. **Mansyone sa gendwa mete w nan gwo danje epi fè yo fè pwofitè sou ou.**

3 **Si ou genyen telefòn selilè, pa prete moun ou pa fè konfyans li.** Si yon moun mal sèvi ak kontak ou yo li gendwa mete w an danje.

4 **Vwayaje lajounen ak an gwoup ou ka fè konfyans gendwa gen mwens danje,** sitou pou fanm. Si sa posib, **pa separe w de gwoup ou a.**

5 **Jwenn kote ki an sekirite pou pase nwit lan,** dòmi nan lari a trè danjere. Vwayaje ak yon lanp.

6 **Gen anpil danje sou wout la.** Moun k ap fè pwofitè ak vòl se bay komen, sa ki gen ladann vwayaje nan tren oswa lòt transpò. **Toujou siveye zafè pèsonèl ou.**

7 **Si otorite yo arete ou, rete kalm,** koute enstriksyon yo.

8 Kite yon kopi oswa foto dokiman ofisyèl ou nan **men yon moun ou fè konfyans nan peyi w ak yon foto resans ak/oswa anprent dijital ou, fè menm bagay la pou timoun k ap vwayaje avè w yo.**

9 **Si w swete retounen nan peyi w nan fason volontè, rele oswa ale nan Òganizasyon Entènasyonal pou Migrasyon (OEM) +52 55 1910 5599 o +52 55 2690 4314. Yo genyen yon pwogram retou volontè asiste. Èd sa a gratis.**

Konnen dwa pa ou

1 Kèlkeswa sitiyasyon migratwa w, **ou genyen plizyè dwa, tankou aksè gratis ak sante piblik, ak edikasyon, ak jistis, ak anrejistreman nesans, maryaj oswa lanmò.** Pèsonn pa ka anpeche w jwenn aksè ak dwa sa yo.

2 Si otorite yo arete w paske w pa genyen dokiman migratwa, kèk nan dwa w genyen yo se:

- **resevwa enfòmasyon klè nan lang ou sou pwosesis la ak sou dwa w yo,**
- **konnen kote w ye a ansanm ak règleman li yo,**
- **resevwa asistans legal,**
- **jwenn atik pou lijyèn pèsonèl,**
- **atansyon medikal,**
- **dlo ak twa repa pa jou,**
- **kominike ak fanmi w oswa resevwa vizit nan men yo ak reprezantan legal ou.**

Pandan tout peryòd la yo dwe trete w ak diyite. Pa siyen okenn dokiman san yo pa eksplike w sa ki ladann ak konsekans si w siyen li.

3 Lè w soti nan detansyon oswa retounen nan peyi w, **otorite yo dwe remèt ou byen pèsonèl ou yo.**

4 Si w pè retounen nan peyi w paske lavi w an danje, I ap enpòtan anpil pou w mande pwoteksyon antanke refijye pou evite yo voye w tounen. Pou jwenn enfòmasyon sou pwosesis la, ou ka apwoche otorite yo oswa pèsonèl abri yo, UNHCR, ICRC oswa Lakwa Wouj.

5 **Si ou se yon viktim oswa temwen yon krim nan Meksik,** ou gen dwa pou yo kòmanse yon pwosesis regilarizasyon pou rezon imanitè, jwenn konsèy legal, epitou jwenn asistans medikal. Enpòtan: pou jwenn aksè ak dwa sa a, w ap bezwen rapòte sa ki te pase. Si ou twouve w nan sitiyasyon sa a, chache enfòmasyon nan Komisyon Egzekitif Atansyon pou Viktim (Comisión Ejecutiva de Atención a Víctimas, CEAV): **+52 55 1000 2000**

6 Nan Meksik, sèl Enstiti Nasyonal Migrasyon dwe mande pou verifye sitiyasyon migrasyon w. Okenn lòt otorite pa ka mande pou revize dokiman ou oswa si otorite imigrasyon an pa la. Si w genyen dout sou tretman otorite yo, ou ka rele Komisyon Nasyonal Dwa Moun:**+ 52 55 5681 8125**

7 Lwa Meksiken entèdi detansyon timoun ak adolesan ak fanmi yo nan Estasyon Imigrasyon. Yo dwe voye yo bay enstitisyon ki responsab pou anfans yo ansanm ak fanmi yo.

Kenbe kontak af fanmi ou yo

1 Pandan vwayaj **ou a rele fanmi w, ba yo enfòmasyon sou:**

- **non egzat kote w ye a,**
- **ak kiyès w ap vwayaje,**
- **ki pwochen destinasyon w,**
- **ak nan ki jou w espere kominike ankò.**

Nan ka yon ijans, sa pral fasilite rechèch ou. Si w pa rive pale avèk yo, ou ka voye yon mesaj vokal.

2 **Sonje ke en kèk obèj oswa pwen la Kwa Wouj ofri entènèt, apèl gratis ak kote pou chaje batri.** Pwofite sèvi ak sèvis sa yo pou kontakte fanmi oswa zanmi, sitou avan w travèse fwontyè a.

3 Si w ap vwayaje ak yon gwoup ou fè konfyans, **mete w dakò avèk yo sou sa ki dwe fèt si w pèdi kontak avèk yo pandan vwayaj la.** Sonje fason pou w reponn nan sitiyasyon danje tankou kisa pou w fè si yon moun nan detansyon, disparèt, sibi yon aksidan oswa mouri. Sonje ke w gendwa chache èd nan yon obèj oswa nan Kwa Wouj. Y ap ede pou yon fanmi pa rete san nouvèl sou moun yo renmen.

4 Eseye itilize telefòn selilè moun ou fè konfyans sèlman. **Si w itilize telefòn moun ou pa konnen, efase nimewo a nan istorik telefòn nan lè w fin fè apèl la.**

5 **Eten telefòn selilè w epi mete l sou mòd avyon pou konsève batri a, puiske w ap fè trajè long kote w p ap ka chaje li.** Anvizaje pote yon batri pòtab. Jis fè apèl ki nesesè yo epi konsève li nan yon sachè plastik.

6 **Si w ap vwayaje ak yon timoun oswa adolesan, asire w ke yo memorize enfòmasyon pèsonèl ak nimewo telefòn ou.** Etabli yon plan pou swiv nan ka ou pèdi kontak.

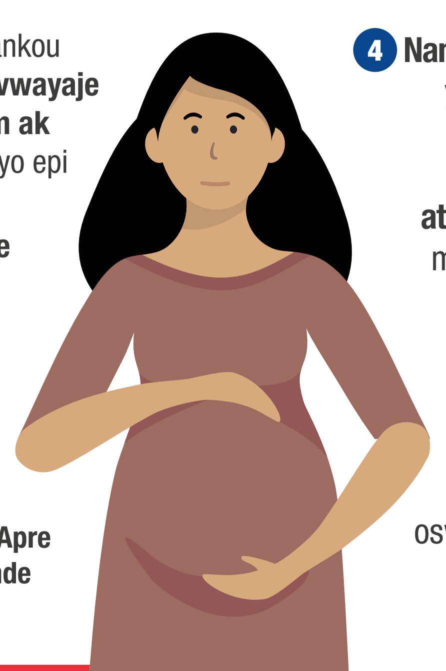
Si yo twò piti pou aprann enfòmasyon w yo, asire w ke w vwayaje ak yon kat ki gen enfòmasyon w sou li. Sa ap ede w reyini avèk yo nan ka ta gen yon separasyon.

7 **Memorize omwen 3 nimewo telefòn moun ou fè konfyans, ki gen ladan kòd entènasyonal yo.**

Veye sante ou

1 Si ou gen yon maladi kwonik tankou dyabèt, tansyon wo oswa VIH, **vwayaje ak medikaman ou yo ansanm ak preskripsyon yo.** Aprann non yo epi pa neglije tretman ou.

Si w ap sèvi ak metòd pou evite gwosès, pote yo avèk ou.



2 Nan lopital oswa sant sante piblik yo, **ou genyen dwa resevwa atansyon medikal ijans gratis. Apre konsiltasyon medikal ou a mande enfòmasyon sou eta sante w epi mande yon rapò medikal.** Epitou chache Kwa Wouj pou asistans.

3 Gen enfòmasyon sou gwoup sangen w epi pote l avè w.

4 **Nan ka ke yo te arete w, enfòme otorite yo si ou gen nenpòt maladi epi si ou bezwen nenpòt medikaman. Epitou pandan detansyon an ou ka mande atansyon medikal.** Sa gendwa ede lè w mansyone medikaman ke w bezwen yo ansanm ak preskripsyon yo.

5 **Bwè dlo souvan oswa idrate tèt ou ak solisyon salin, sitou si w ansent, sa ap evite ke w dezidrate.** Pa konsome dlo dòmi oswa tiyo. Pwoteje tèt ou kont solèy la ak chapo, kaskèt ak rad apwopriye.

6 Pote yon boutèy plastik pou w re-itilize: ou gendwa plen l nan pwen Kwa Wouj yo oswa nan pwen dlo trete yo.

7 Si ou gen sentòm tankou lafyèv, tous, doulè nan kò oswa detrès respiratwa ak dyare, ale imedyatman nan yon sant sante, kote asistans lan gratis.

8 Toujou sonje swiv twa mezi pou prevansyon maladi enfektyez: lave men w souvan, sèvi ak mask epi anti-moustik oswa manch long.

9 **Vwayaje ak kat vaksinasyon COVID-19 ak lòt maladi.**

10 **Pa mete chosèt oswa soulye mouye, yo ka lakòz zanpoud ak enfeksyon sou po.** Toujou vwayaje ak chosèt anplis ak sandal. Chosèt koton ak itilizasyon poud ede nan evite zanpoud.

11 **Ka vyolans seksyèl yo se ijans medikal epi yo bezwen atansyon imedyat. Ale nan yon sant sante nan premye 72 èdtan yo apre ensidan an ka sove lavi ou.** Kwa Wouj ka ede w nan deplasman an. Epitou w ka mande asistans sikolojik. Nimewo ijans lan nan Meksik ak Etazini se 911.

Nan ka w ap vwayaje nan tren oswa machin

1 Evite moute nan tren an oswa machin machandiz si ou pa te manje, repoze oswa si ou anba enfliyans a alkòl, dwòg oswa medikaman ap detann, ou ta ka tonbe si dòmi pran w. **Antann ou ak kamarad ou yo ke youn apre lòt n ap repoze ak voye je youn sou lòt.**

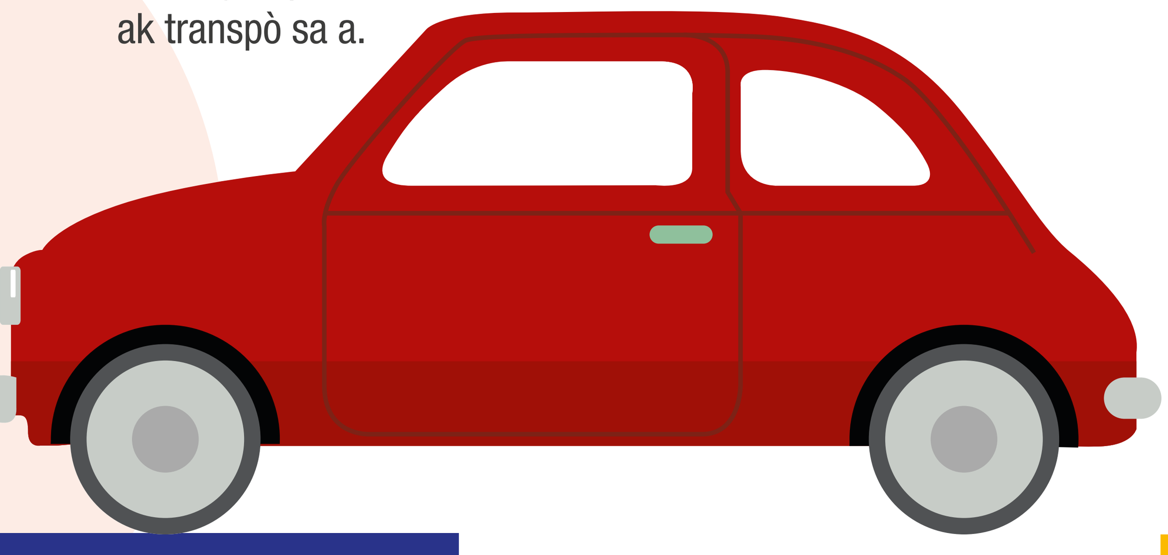
2 Pa mare rad nan ren ou, li ka kwoke nan yon bagay e fè w fè aksidan. **Pa pote sachè oswa lòt bagay nan men w.**

3 Nan tren oswa nan machin kago li rekòmande pou vwayaje chita. Rete veyatif pandan w sou wout: gen branch, kab elektrik oswa tinèl ki kapab frape w epi lage w atè. Chita kote ou ka gen sipò pou kenbe.

4 Evite monte tren oswa machin kago ak timoun yo.

5 **Pa vwayaje nan machin oswa espas etwa** ak anpil moun kote w ka toufe. Si pa genyen ase espas ak vantilasyon pou sèvi ak transpò sa a.

6 Si yon enkoni ofri w transpò, evalye risk yo byen epi gade nan ki kalite machin. **Pa aksepte monte machin fèmen kote w pa ka desann poukont ou.**



Nan ka w ap mache nan forè oswa dezè

1 **Nan kote ki gen klima cho ou ka jwenn bèt venime tankou eskòpyon, arenyen ak sèpan.** Lè bèt sa yo pike oswa mòde w sa ka debouche sou lanmò.

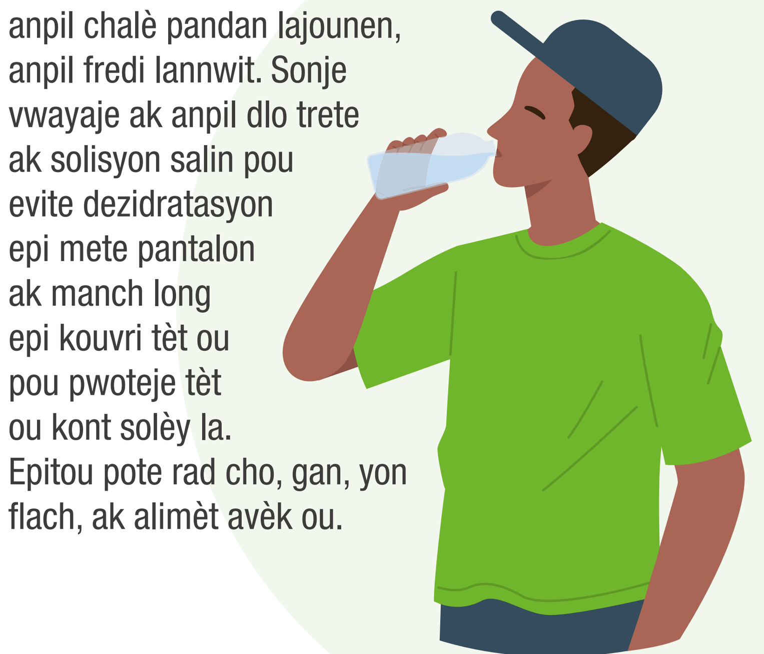
2 **Souke rad, soulye oswa valiz ou anvan ou itilize yo epi tcheke ki kote ou pral dòmi oswa chita pou evite pike oswa mòde.** Sèvi ak anti-moustik pou evite yo pike w.

3 Si yon bèt pike ou mòde ou, chèche atansyon medikal. Evite bouje pati ki blese a epi rense blesi a avèk dlo pwòp. Pa souse ni peze zòn ki afekte a: sa ap lakoz plis dega epi ogmante risk enfeksyon.

4 Gade ak kenbe tout dokiman w yo nan yon sachè plastik ki byen sere nan rad ou pou w pa pèdi oswa mouye yo.

5 **Rivyè yo pi pwofon parapò ak jan yo parèt la.** Travèse yo ak anpil rad oswa valiz gendwa diminye mobilite w. Genyen kouran ak toubiyon ki gendwa lakoz lanmò w.

6 **Nan dezè, tanperati yo ekstrèm:** anpil chalè pandan lajounen, anpil fredi lannwit. Sonje vwayaje ak anpil dlo trete ak solisyon salin pou evite dezidratasyon epi mete pantalon ak manch long epi kouvri tèt ou pou pwoteje tèt ou kont solèy la. Epitou pote rad cho, gan, yon flach, ak alimèt avèk ou.



Ki jan pou rele nimewo telefòn fanmi ou ak ki kote pou yo rele nan ka ta gen yon ijans

Pou rele Meksik nan kèk lòt peyi:
Selilè oswa telefòn fiks: 00+ 52 + 10 chif nimewo telefòn nan

Pou rele soti nan Meksik aletranje, dabò ou dwe konpoze 00 + kòd peyi a + kòd vil la + nimewo ou vle rele a.

Gwatemala: 00502 + 8 chif
Ondiras: 00504 + 8 chif
Salvadò 00503 + 8 chif
Venezwela: 0058 + 10 chif
Ayiti: 00509 + 8 chif
Nicaragua: +505 + 8 dígitos

Nimewo ijans lan nan Meksik ak Etazini se: 911

Komisyon Meksiken pou Èd pou Refijye (Comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados, COMAR) nan vil Meksiko: 55 5209 8800 ekst. 30147 epi nan Tapachula, Chiapas: 55 8055 9382 / 962 64 25 31 18 / 962 64 25 31 19.

Konsila Ondiras nan Meksik: 55 5211 5747

Konsila Salvadò nan vil Meksiko:
55 5281 5723 ekst. 206 / 55 5281 5725

Si w se salvadoryen: ou ka rele fanmi ou gratis nan Meksik pou sa konpoze apati nenpòt telefòn: 800 74 76 117

Konsila Gwatemala nan vil Meksiko: 55 5540 7520 ekst. 111, 112 / **Liy ijans:** 55 3699 2052

Konsila Nicaragwa nan Meksik: 55 5540 5625

Konsila Venezwela nan Meksik: 55 5203 4233

Konsila Ayiti nan Meksik: 55 5557 2065 / 55 5580 2487

Komisyon Nasyonal Dwa Moun (Comisión Nacional de Derechos Humanos, CNDH) Nan Meksik: 800 715 2000

Enstiti Nasyonal Migrasyon an (Instituto Nacional de Migración, INM) nan Meksik: 800 00 46 264

Wo Komisyonè Nasyonzini pou Refijye yo (Alto Comisionado de Naciones Unidas para los Refugiados, ACNUR) nan Meksik: 800 226 8769 oswa 800 283 2718

Pou plis enfòmasyon oswa kontak, jwenn aksè ak aplikasyon RedSafe CICR.

Eskane kòd sa a ak kamera telefòn selilè ou epi telechaje mesaj yo sou telefòn ou.

KONTNI - MENSAJ SWEN PÈSONÈL

CR

© 2015.0083/003 07.2021

Cruz Roja Española | IFRC | CICR