

## Debes recibir en el lugar en que te encuentres alojado un trato acorde a tu dignidad como persona

Para ello, las instalaciones de las estaciones migratorias y estancias provisionales deben contar con instalaciones donde puedan cubrir estas exigencias. Además las autoridades deben ofrecer un trato adecuado y respetuoso de tus **derechos humanos**.



### RESPECTO

Las autoridades deben respetarte durante toda tu estancia.



### NO DISCRIMINACIÓN

No debes ser discriminado por ninguna razón.



### ASISTENCIA

Que sean atendidas sus necesidades.

Tienes derecho a una colchoneta, una cobija y artículos de higiene personal.

Las instalaciones deben estar en buen estado y siempre limpias.

Tienes derecho a recibir 3 alimentos diarios en buen estado.



Si crees que has sido víctima de una violación a tus derechos humanos, ponte en contacto con la Comisión Nacional de los Derechos Humanos,

**¡ESTAMOS PARA AYUDARTE!**

Llama desde México 01800 201 10 10  
Llama desde Estados Unidos 1855 220 1829

Correo: [cndhcontigomigrante@cndh.org.mx](mailto:cndhcontigomigrante@cndh.org.mx)  
Página: <http://migrantes.cndh.org.mx/>