

# GUIA. Recomanacions per a qui dona suport a persones refugiades en països de trànsit



Segons l'Alt Comissionat de Nacions Unides pels Refugiats (ACNUR), al món hi ha 68,5 milions de persones desplaçades. Hi ha persones que volen ajudar i ho fan al marge de les organitzacions. Aquesta Guia et convida a buscar informació sobre els projectes de voluntariat existents, i et brinda recomanacions que els poden ser d'utilitat.

## Abans de marxar...



**Informa't bé dels diferents espais i projectes existents.**



Encaixa amb la teva manera de fer?



Comprova que tota la teva documentació està en regla. I no t'oblidis de fer-te una assegurança de viatge!



És preferible si et marques una data d'anada i tornada.

## Un cop allà...



Comença a poc a poc. Observa i actua amb prudència i des de la igualtat i el respecte.



Sigues flexible, equitativa i fes equip.



Respecta la intimitat i evita lligams de dependència.



Recorda sempre el teu rol: ets una persona que ofereix un acompanyament puntual.



Sobre tu, dona la informació amb què et sentis còmode.



**No tens superpoders, posa límits, cuida't i descansa.**

## A la tornada...



En tornar a casa, la realitat és molt diferent.



Pots sentir un impacte emocional molt fort, i això et pot fer pensar en replantejar la teva vida.



No prenguis mai decisions importants en aquest moment.



**Aquí també ets molt útil.**