



GUÍA DE ACOGIDA

De personas migrantes
para personas migrantes
en la Isla de Gran Canaria

Edición Revisada 2025

ÍNDICE

	Pág
1. DOCUMENTACIÓN DE IDENTIDAD.....	2
2. REGULARIZACIÓN ADMINISTRATIVA.....	6
3. VIVIENDA.....	11
4. EMPADRONAMIENTO.....	13
5. TARJETA SANITARIA.....	16
6. APRENDER ESPAÑOL.....	18
7. FORMACIÓN REGLADA.....	19
8. EMPLEO Y DERECHOS LABORALES.....	21
9. CUENTA BANCARIA.....	27
10. CERTIFICADO DIGITAL.....	30
11. SI SUFRES VIOLENCIA DE GÉNERO.....	32
12. SI TE DETIENEN POR FALTA DE AUTORIZACIÓN DE RESIDENCIA O TRABAJO.....	36
13. SI VIVES UNA SITUACIÓN DE RACISMO.....	37
14. SI TE ENCUENTRAS EN SITUACIÓN DE VULNERABILIDAD O SIN HOGAR.....	39
15. SI NECESITAS AYUDA PSICOLÓGICA.....	41
16. OTROS RECURSOS QUE ATIENDEN NECESIDADES ESPECÍFICAS.....	43
17. TESTIMONIOS.....	44

Bienvenidos y bienvenidas a la nueva edición 2025 de la Guía de Acogida en Gran Canaria. Un documento que nace de la experiencia compartida de quienes han cruzado fronteras en busca de nuevas oportunidades y de las asociaciones y colectivos que, con esfuerzo y compromiso, sostienen día a día la acogida y el acompañamiento en la isla.

En los últimos años, **las realidades de la migración** han cambiado: nuevas leyes, retos sociales y económicos, pero también **nuevas oportunidades de participación**. Por eso, gracias al apoyo del Área de Igualdad del Cabildo de Gran Canaria, presentamos esta versión actualizada y ampliada, que busca ofrecer información clara, accesible y útil para facilitar tu integración y garantizar el acceso a tus derechos.

Aquí encontrarás **orientación práctica** sobre trámites, recursos para tu vida diaria y contactos de entidades que pueden apoyarte **en distintas áreas**. Pero esta guía es también un reconocimiento al trabajo constante de asociaciones y personas voluntarias que, muchas veces con recursos limitados, mantienen viva una red de solidaridad y apoyo en Gran Canaria.

Te invitamos a recorrer estas páginas con confianza: no estás solo/a en este camino. Esta guía quiere ser una compañera cercana, un punto de referencia y una herramienta para construir, juntas y juntos, una vida plena de oportunidades y derechos en la isla.

Sabemos que son muchas las entidades, proyectos y personas que trabajan cada día por la acogida y la convivencia en Canarias. No todas aparecen en estas páginas, pero todas forman parte de esta red viva y diversa que no deja a nadie atrás. Esta guía es solo una ventana abierta a ese esfuerzo colectivo.



Un proyecto de:

act:onaid

Financiado por:



1. DOCUMENTACIÓN DE IDENTIDAD

A) DOCUMENTOS IMPORTANTES DE TU PAÍS DE ORIGEN

1. Visado de entrada (si es tu caso)

- ❖ Etiqueta que colocan en una página de tu pasaporte o documento de viaje en la embajada/ consulado de España en tu país para autorizar tu entrada a España.
- ❖ Imprescindible si entraste con visado de **estudios, trabajo, residencia, etc.**
- ❖ Marca los **plazos y condiciones** para tramitar tu autorización o permiso de residencia en España.
- ❖ Se obtiene en el **consulado español** de tu país antes del viaje.



2. Documento Nacional de Identidad (DNI de tu país)

- ❖ Necesario para obtener tu **pasaporte**.
- ❖ Puede servir como apoyo para **acreditar tu identidad** si estás indocumentado/a y aún no tienes pasaporte.
- ❖ Útil ante determinadas autoridades u organismos.

3. Pasaporte

- ❖ **Documento principal de identidad** en España.
- ❖ Debe estar en **vigor**.
- ❖ Si se pierde o caduca -> renovar en la **embajada o consulado** de tu país en España.
- ❖ Si no puedes obtener pasaporte, de manera excepcional, puedes tramitar una cédula de inscripción (sustituye al pasaporte en algunos trámites).

4. Certificados (nacimiento, matrimonio, antecedentes penales)

Pueden ser necesarios para trámites como:

- ❖ Solicitud o renovación de pasaporte.
- ❖ Permisos de residencia o trabajo.
- ❖ Reagrupación familiar.
- ❖ Solicitud de nacionalidad española.

1. DOCUMENTACIÓN DE IDENTIDAD

REQUISITOS ADICIONALES:

- ❖ Si no están en castellano -> **traducción oficial por un intérprete acreditado.**
- ❖ Consulta con tu consulado o en la web del **Ministerio de Asuntos Exteriores** - Páginas - Traductores e intérpretes
- ❖ Para tener **validez en España** -> deben estar **legalizados o apostillados en tu país de origen.**
- ❖ Los trámites, traducciones y legalizaciones **tienen coste.**



Los certificados no duran para siempre: el de nacimiento suele caducar a los 3 meses y el de antecedentes penales a los 6 meses. Si se vencen mientras estás en un trámite, tendrás que volver a pedirlos.

Lo más práctico es solicitarlos de nuevo antes de que caduquen, si ya sabes que vas a necesitarlos.



B) DOCUMENTOS QUE TE IDENTIFICAN EN ESPAÑA

1. TIE (Tarjeta de Identidad de Extranjero)

- ❖ Puedes tener NIE incluso sin TIE y estando en situación irregular.
- ❖ El TIE se entrega solo a personas extranjeras que se les hayan concedido la autorización de residencia legal en España.

2. Pasaporte o cédula de identidad de tu país

- ❖ Mientras estés en situación administrativa irregular o en proceso de protección internacional, serán tus principales documentos de identificación.

1. DOCUMENTACIÓN DE IDENTIDAD

3. Documentos de Protección Internacional (PI)

❖ Si huyes por persecución o peligro en tu país, puedes pedir asilo/protección. Durante el proceso, tendrás diferentes documentos:



Manifiesto de solicitud de PI: válido **1 mes**, acredita tu intención de pedir asilo.



Resguardo de solicitante de PI: válido **9 meses**. A los 6 meses te autoriza a trabajar.



Tarjeta Roja: válido **1 año**, renovable cada 6 meses, mientras se resuelve tu solicitud.

Diferencia entre NIE y TIE

NIE (Número de Identidad de Extranjero)

- Es un número (empieza con letra X, Y o Z + 7 número+um) una letra.
- Te identifica en España a nivel legal, fiscal y administrativo.
- Puede aparecer en documentos como: visados, resoluciones de extranjería, contratos, padrón, etc.

Ejemplo: NIE: X1234567T

TIE (Tarjeta de Identidad de Extranjero)

- Es una tarjeta física con tu foto, huella y datos personales
- Incluye información sobre: tipo de permiso, fecha de validez, número de soporte, etc.



No confundas
NIE
(número)
con TIE
(tarjeta física)

Con **resguardo y tarjeta roja** puedes estar **legalmente** en España **y trabajar**.

Si te conceden **asilo** y **no** tienes **pasaporte**, puedes **solicitar un título de viaje** en la Policía Nacional.



1. DOCUMENTACIÓN DE IDENTIDAD

OBLIGACIÓN DE INFORMAR:

❖ Cambio de domicilio en extranjería

- Según el nuevo Reglamento de Extranjería (en vigor desde el 20 de mayo de 2025), todas las personas extranjeras con autorización de residencia o estancia están obligadas a comunicar cualquier cambio de domicilio habitual, así como otros datos relevantes (nacionalidad, estado civil, etc.).
- Es obligatorio comunicar ese cambio mediante un **registro de entrada** (normalmente en la Oficina de Extranjería de la nueva provincia o a través de registro electrónico), o en la **comisaría de policía** correspondiente al nuevo domicilio, y debe efectuarse en un plazo máximo de **1 mes** desde el cambio.
- El incumplimiento puede ocasionar dificultades en trámites posteriores (renovaciones de residencia, solicitudes de nacionalidad o recepción de notificaciones oficiales).

❖ Certificado de concordancia (si adquieres la nacionalidad española)

- Documento que acredita que tu antiguo NIE y tu nuevo DNI español corresponden a la misma persona. Es útil y necesario porque muchos trámites, contratos o historiales (bancarios, médicos, educativos, etc.) están vinculados a tu NIE, y este certificado evita confusiones.



A TENER EN CUENTA:

- ☐ Pasaporte en vigor o cédula de inscripción.
- ☐ Certificados de nacimiento, matrimonio o antecedentes penales traducidos y legalizados.
- ☐ NIE asignado (si ya lo tienes).
- ☐ TIE vigente si tu residencia está autorizada.
- ☐ Documentos de protección internacional (si pediste asilo).

2. REGULARIZACIÓN ADMINISTRATIVA

El **arraigo** es actualmente la **vía más habitual** para que las personas extranjeras **en situación administrativa irregular** puedan obtener la **residencia y trabajar** en España.

Con la entrada en vigor del **nuevo Reglamento de Extranjería** (Real Decreto 1155/2024), en mayo de 2025:

- ❖ Se reconocen **cinco tipos de arraigo**.
- ❖ Se reduce a **dos años el tiempo mínimo de permanencia exigido**.
- ❖ Se simplifican los trámites.

Para más información, **consulta la Guía de Novedades del Reglamento de Extranjería 2025 del MPDL**:

Movimiento por la Paz - MPDL www.mpd.org



Pide **asesoramiento gratuito** en entidades que ofrecen **apoyo legal** (encontrarás un listado más adelante en esta guía) en trámites de extranjería. Así podrás orientarte mejor frente a las dificultades y los cambios en los requisitos y procedimientos.



Algunas situaciones	Posible arraigo y requisito principal
Llevo más de 2 años en España y tengo familiares de primer grado (padres, hijos, cónyuge o pareja registrada) con residencia legal	-> Arraigo social .Documentos que muestren suficientes medios económicos de los familiares en España para mantenerte
Llevo más de 2 años en España y quiero estudiar	-> Arraigo socioformativo .Carta de aceptación, matrícula o certificado de inscripción en un centro de estudios oficial (mirar opciones en el apartado de "Formación" de esta guía) .Informe de integración social
Llevo más de 2 años en España y un empleador me ofrece un contrato de trabajo	-> Arraigo sociolaboral .Contrato de trabajo de mínimo 20 horas semanales
Llevo más de 2 años en España y tengo medios para mantenerme	-> Arraigo social .Documentos que muestren suficientes medios económicos en España para mantenerte .Informe de integración social

2. REGULARIZACIÓN ADMINISTRATIVA

➡ Requisitos generales para cualquier arraigo:

- ❖ Pasaporte completo y en vigor.
- ❖ Certificado de empadronamiento histórico o pruebas de permanencia (informes médicos, cursos, etc.).
- ❖ Certificado de antecedentes penales (legalizado/apostillado y traducido).
- ❖ No tener compromiso de no retorno a España.
- ❖ Formulario oficial de solicitud firmado.

Todos los documentos en otro idioma deben ser traducidos por **traductor/a jurado/a**.

La normativa cambia a menudo: tramita **siempre con acompañamiento** de entidades sociales o legales.



➡ Dónde y cómo se solicita:

❖ **Telemáticamente:** con certificado digital (ver apartado “Cómo obtener tu certificado digital”)

❖ **Presencialmente:** con cita previa en la Oficina de Extranjería.

Cita previa Extranjería:



➡ Protección internacional (PI – asilo):

❖ Si **no puedes regresar a tu país** por motivos de religión, política, orientación sexual o situación de guerra, puedes solicitar protección internacional (asilo) en España.

 **Acude a CEAR Canarias:** 

 Avda. Escaleritas, 66, Las Palmas de Gran Canaria

 928 29 72 71

 Atención gratuita y especializada (Se atiende con cita previa a través del correo: cear.canarias@cear.es)

2. REGULARIZACIÓN ADMINISTRATIVA

A TENER EN CUENTA:

Reagrupación familiar:

❖ Puedes solicitar residencia temporal para:

- ✓ Tu cónyuge o pareja registrada.
- ✓ Hijos/as menores de edad.
- ✓ En algunos casos, padres/madres u otros familiares dependientes.

❖ Requisitos básicos:

- ✓ Llevar más de 1 año en España con un permiso en vigor de al menos 1 año.
- ✓ Demostrar vivienda adecuada y medios económicos suficientes.
- ✓ Presentar documentación que acredite la relación familiar.

Si eres estudiante con visado (estudios superiores o no superiores):

- ✓ Puedes trabajar hasta 30 horas/semana, siempre que no coincidan con tus clases.
- ✓ Durante vacaciones -> puedes trabajar a jornada completa.

Informe de integración social (arraigo social y socioformativo)

Es un documento que demuestra tu participación en actividades formativas, sociales o de inserción.

❖ Se solicita al Gobierno de Canarias.

Informes de integración social (Gov. Canarias): ->

❖ Pide apoyo a entidades sociales o abogadas de extranjería para tramitarlo.

❖ Para conseguir un informe favorable también puedes acudir a las entidades del apartado "Formación" y solicita información.



2. REGULARIZACIÓN ADMINISTRATIVA

➔ **Organizaciones que pueden orientar/ ayudar en trámites de regularización:**

Organización	Dirección	Servicios principales
ACAMEI	c/Aguadulce, 44. Las Palmas	Acompañamiento y orientación en trámites de regularización
Canoa Solidaria	C/Acebuche, 60. Balos, Vecindario	Asesoramiento administrativo y legal
CEAR Canarias	Las Palmas: Avda. Escaleritas 66 Vecindario: C/ Castrillo, 14A.	Orientación en protección internacional y acompañamiento social
Cruz Roja Española	Las Palmas: C/ Lord Byron, 9 Cruce de Sardina: Avda. Canarias 110	Programa de atención a personas migrantes
ECCA Social	Las Palmas: -C/ Doctor Chil, 15 - Avda Escaleritas 58, bajo Vecindario: C/Mallorca, 59	Asesoramiento legal y administrativo. Impartición de curso DDHH e igualdad para la obtención del informe de integración.
Mujeres Solidaridad y Cooperación	Las Palmas: C/ General Más de Gaminde, 38, 1º F — 35006	Atención integral a mujeres migrantes, con especial enfoque en víctimas de violencia de género. El área jurídica asesora en temas de extranjería y regularización administrativa.
Fundación ADSIS	Las Palmas: C/ Córdoba, 15	Atención integral a personas migrantes
Save the Children - Espacio Seguro	Las Palmas: C/ Pérez del Toro, 22	Atención a jóvenes <23 años en situación de vulnerabilidad (con orientación legal básica)
SIC4CHANGE	Las Palmas: C/ Tomás Morales, 36	Servicio jurídico con bono social : asesoría y representación en extranjería, asilo y derecho laboral, con tarifas adaptadas a la situación socioeconómica

2. REGULARIZACIÓN ADMINISTRATIVA



A TENER EN CUENTA:

- ☐ He revisado qué tipo de arraigo se ajusta a mi caso.
- ☐ Tengo pasaporte y documentos traducidos/legalizados.
- ☐ He pedido cita en la Oficina de Extranjería o tengo certificado digital.
- ☐ Conozco entidades gratuitas que pueden acompañarme.
- ☐ Sé que no debo pagar a intermediarios, ni pagar para obtener una cita previa.



Mis anotaciones:



En Canarias, **alquilar una vivienda puede ser complicado**: hay poca oferta, los precios son altos y, en ocasiones, se discrimina a personas por su origen o situación administrativa (racismo inmobiliario). Esta práctica está prohibida, pero, a pesar de ello, ocurre.

DOCUMENTOS NECESARIOS PARA ALQUILAR:

- ✓ **Documento de identidad** válido (TIE, DNI o Pasaporte).
- ✓ Contrato de trabajo, nóminas recientes o **justificantes de ingresos**.
- ✓ **Garantía** adicional (aval bancario o fiador/a) -> no puede superar dos mensualidades.

FIANZAS Y GARANTÍAS

- ❖ Al firmar el contrato, debes entregar al propietario/a una **fianza de 1 mes** de renta.
- ❖ Esta fianza debería quedar depositada en el organismo oficial de la comunidad autónoma (en Canarias -> Instituto Canario de la Vivienda).
- ❖ Sirve como **garantía** para cubrir posibles **impagos o desperfectos** en la vivienda.
- ❖ **Al finalizar** el contrato, si no hay deudas ni daños, el propietario/a debe **devolverla**.
- ❖ Pide siempre un **recibo firmado**.
- ❖ Haz **fotos y vídeos** al entrar y al salir de la vivienda.



PAGO DEL ALQUILER

- ❖ Generalmente, por transferencia bancaria en los primeros 7 días del mes.
- ❖ **No pagues nada por adelantado sin ver la vivienda y firmar contrato.**
- ❖ La persona arrendadora solo puede pedir 1 mensualidad por adelantado.

3. VIVIENDA

GASTOS ADICIONALES

- ❖ Suministros (agua, luz, gas, internet): los paga la persona inquilina, salvo acuerdo.
- ❖ Otros gastos (IBI, basura, comunidad): los paga la persona propietaria, salvo pacto distinto.
- ❖ Gestión inmobiliaria: desde mayo de 2023, los paga siempre la parte arrendadora.

SERVICIOS SOCIALES DEL AYUNTAMIENTO

- ❖ Los ayuntamientos no ofrecen vivienda directamente, pero sí pueden:
 - Informar sobre vivienda protegida.
 - Asesorar sobre ayudas al alquiler gestionadas por otras administraciones.
- ❖ Requisitos generales:
 - ✓ Estar empadronado/a.
 - ✓ Tener permiso de residencia en España.

- **Nunca** entregues **dinero sin contrato ni visita previa**.
- Si te quieren cobrar **gastos de inmobiliaria** -> **recuerda que es ilegal**.
- Documenta con **fotos y vídeos** el estado de la vivienda.



A TENER EN CUENTA:

- ☐ Tengo mis documentos de identidad listos.
- ☐ He comprobado que la fianza no supere 1 mes.
- ☐ He firmado contrato antes de entregar dinero.
- ☐ Sé que los gastos de inmobiliaria los paga el arrendador.
- ☐ Conozco a qué servicios sociales acudir en caso de necesidad.

El empadronamiento es la **inscripción como residente** en el Padrón Municipal del ayuntamiento donde vives. Es un trámite gratuito y obligatorio para todas las personas que residen en España, independientemente de su nacionalidad o situación administrativa.

➡ ¿Por qué es importante empadronarse?

- ❖ Estar empadronado/a te permite:
 - Solicitar la tarjeta sanitaria y recibir atención médica.
 - Acceder a ayudas sociales, becas o vivienda pública.
 - Acreditar tu permanencia en España (necesario en procesos de regularización).
 - Obtener el certificado de residencia (descuentos en viajes entre islas o a la Península si tienes residencia de larga duración, comunitaria o familiar).

➡ Renovación:

- ❖ Si **no** tienes residencia de **larga duración** -> cada 2 años.
- ❖ Si tienes **residencia legal** permanente -> cada 5 años.

DOCUMENTOS NECESARIOS PARA EMPADRONARSE:

Depende de tu situación:

En todos los casos:

- ✓ Documento de identidad válido (pasaporte, NIE, tarjeta roja, DNI).
- ✓ Menores: libro de familia o documento de identidad.
- ✓ Hoja de inscripción padronal (en el ayuntamiento o web).

Si estás de alquiler

- ✓ Contrato de arrendamiento a tu nombre + último recibo de alquiler.
- ✓ Factura reciente de agua o luz (opcional, pero recomendable)

4. EMPADRONAMIENTO

Si vives con alguien (familiares, amistades, etc.)

- ✓ Autorización firmada por la persona titular de la vivienda.
- ✓ Copia de su documento de identidad.
- ✓ Documento que acredite propiedad o arrendamiento (escritura, contrato, factura de suministro).

Si vives en un centro o recurso social

- ✓ Certificado de la entidad que lo gestione.
- ✓ Si no tienes contrato ni documentos -> solicita un informe de Servicios Sociales que acredite tu residencia.

¿DONDE SE HACE?

- ❖ En el ayuntamiento del **municipio donde resides**.
- ❖ Casi siempre con cita previa (web o teléfono).
- ❖ En algunos ayuntamientos, si vas temprano, pueden darte cita para el mismo día.
- ❖ **El trámite es gratuito.**

Si escaneas este código
QR puedes acceder al
listado de ayuntamientos
de Gran Canaria con sus
Webs.



DOCUMENTOS QUE TE ENTREGAN

- ❖ **Volante de empadronamiento** -> acredita tu domicilio (lo puedes pedir en cualquier momento).
- ❖ **Certificado de empadronamiento** -> documento oficial exigido en trámites de extranjería, escolarización o ayudas.



A TENER EN CUENTA:

- ☐ Tengo mi documento de identidad válido.
- ☐ He rellenado la hoja de inscripción padronal.
- ☐ Llevo los documentos según mi situación (contrato, autorización, certificado de centro).
- ☐ He pedido cita previa en el ayuntamiento.
- ☐ Sé que el trámite es gratuito.
- ☐ Sé cuándo renovar mi empadronamiento (2 años / 5 años).
- ☐ He solicitado volante o certificado si lo necesito.

Mis anotaciones:

[illegible]

5. TARJETA SANITARIA

La tarjeta sanitaria **te identifica como persona usuaria del sistema público de salud** y te da acceso a la atención médica pública y gratuita en Canarias. Se solicita en el centro de salud más cercano a tu domicilio.

➔ ¿Cuándo puedo ser usuario/a del servicio público y gratuito?

❖ Si tengo **autorización de residencia o estancia en vigor**:

- ✓ Solicita la tarjeta sanitaria en las oficinas del INSS o en su página web (con o sin certificado digital).
- ✓ Una vez aprobada, acude a tu centro de salud para recoger tu tarjeta sanitaria.
- ✓ Te cubre **en todo el territorio español**.



❖ Si estoy en **situación administrativa irregular y llevo menos de 3 meses en Canarias**:

- ✓ Si tu situación es de vulnerabilidad, pueden valorar tu caso.
- ✓ Pide cita con el/la trabajador/a social de tu centro de salud o con Médicos del Mundo para orientación.

❖ Si estoy en **situación administrativa irregular y llevo más de 3 meses en Canarias** -> (Nueva normativa: Instrucción 6/2025, mayo 2025)

- ✓ Solicita la tarjeta sanitaria con tu documento de identidad en vigor.
- ✓ Aporta prueba de tu residencia de al menos 3 meses (empadronamiento, sello del pasaporte, recibos o facturas).
- ✓ Firmarás una solicitud-> revisa bien tus datos de contacto.
- ✓ Plazo de resolución: 3-4 meses, pero recibirás asistencia provisional de 6 meses mientras se resuelve.
- ✓ Si se aprueba, te darán una tarjeta sanitaria específica.
- ✓ Antes se renovaba cada año (enero/marzo). Con la nueva normativa, no caduca mientras tu situación siga siendo irregular (revisa la fecha en tu tarjeta).

❖ ¿Y si necesito atención médica sin tarjeta sanitaria?

- ✓ Si estás **embarazada, eres menor de edad o tienes una enfermedad** de salud pública
 - .Acude al centro de salud e infórmalo.
 - .Tienes derecho a la tarjeta sanitaria.
- ✓ Si necesitas **atención de urgencia**
 - .Deben atenderte en el hospital.
 - .Pide a la trabajadora social una tarjeta sanitaria temporal para cubrir tu atención hasta el alta.

5. TARJETA SANITARIA

❖ Si vienes de un **país con acuerdos bilaterales** (2025: Perú, Chile, Marruecos, Túnez y Andorra)

- Presenta certificado acreditativo de tu consulado o web oficial de salud de tu país.
- Si no lo presentas, puedes acogerte a la normativa de Canarias para personas sin papeles.

SI TU CASO NO ES NINGUNO DE LOS ANTERIORES

❖ Recibirás atención, pero te entregarán un documento llamado **“Requerimiento de Documentación”**.

- ✓ Ese papel indica que la asistencia genera un gasto.
- ✓ Te harán una factura.
- ✓ Pide que la envíen a tu domicilio y revisa que la dirección sea correcta.
- ✓ Nunca pagues en el momento.
- ✓ Si tienes seguro privado, avísalo para que asuma el gasto.
- ✓ Si procede, presenta un certificado de exportación de asistencia sanitaria de tu país.
- ✓ Si no tienes seguro, pide asesoramiento para tramitar cuanto antes tu tarjeta sanitaria.
- ✓ Guarda siempre el “requerimiento” y la factura.
- ✓ Según tu caso, podrías reclamar y evitar el pago.

❖ **Busca apoyo** en las organizaciones que acompañan a personas migrantes (ONGs, servicios sociales o colectivos de tu municipio). Pueden orientarte en el proceso y ayudarte a presentar la reclamación.

La tarjeta **no caduca mientras dure tu situación irregular**.
En caso de **dificultad**, **pide apoyo** a entidades sociales.



 **Médicos del Mundo Canarias es referencia en estos casos** 

- 📍 C/ Dr. Verneau, 1 – Of. 204, 35001 Las Palmas ☎ 928 367 100
- 📍 Av. de Canarias, 25 – 1º derecha, Santa Lucía de Tirajana
- ☎ 828 13 96 32 (solo con cita previa)

6. APRENDER ESPAÑOL

➔ Dónde acudir para informar/ aprender español en Gran Canaria

Organización	Dirección	Servicios principales
ACAMEI	C/Aguadulce, 44. Las Palmas	Clases de español y alfabetización
CEAR	Las Palmas: Avda. Escaleritas 66 Vecindario: C/Castrillo 14A	Clases de español talleres y cursos de formación ocupacional (ej. cocina), programas de empleabilidad con itinerarios personalizados
Fundación ADSIS	Las Palmas: C/Córdoba 15	Clases de español, preparación de competencias y cursos de formación
Fundación Canaria MAIN	Las Palmas: C/San Ignacio 52	Clases de español, alfabetización y preparación exámenes SIELE. Programa PFIS-SCR: formación para la inserción sociolaboral de menores migrantes, con 200 horas de clases de español.
SIC4CHANGE	Las Palmas: C/Tomás Morales 36	Clases de español y actividades de integración y competencia digital básica y avanzada
EL TALLER DE LA ISLETA	Las Palmas: C/Anzofé 43, Isleta	Clases de español
CEPA Santa Lucía de Tirajana	Vecindario: C/Pío X, 22	Centro de Educación de Personas Adultas: clases de español y formación básica
Cruz Roja	Las Palmas: C/Lord Byron, 9	Clases de español
ECCA Social	Las Palmas: Avda. Escaleritas 58, Bajo Vecindario: C\ Mallorca, 59	Clases de español y alfabetización para menores migrantes. Actividades de integración.

CONSEJOS PRÁCTICOS

- ❖ Los cursos suelen ser gratuitos, pero pueden requerir inscripción previa.
- ❖ Algunas entidades ofrecen también alfabetización digital y refuerzo educativo.
- ❖ Pregunta siempre si hay plazas disponibles y si necesitas llevar algún documento (normalmente basta con el pasaporte o NIE).



A TENER EN CUENTA:

- ☐ He identificado el centro u organización más cercana.
- ☐ He preguntado horarios y requisitos de inscripción.
- ☐ Sé que puedo acceder incluso sin tener papeles.
- ☐ He comprobado si además ofrecen otros cursos (digitales, empleo, formación).

7. FORMACIÓN REGLADA

La formación reglada incluye los **estudios oficiales reconocidos por el sistema educativo en España:**

- Escolarización obligatoria (6 a 16 años).
- Educación de adultos.
- Bachillerato y Formación Profesional.
- Estudios universitarios.

Todas las personas tienen derecho a la educación básica, independientemente de su situación administrativa.

ESCOLARIZACIÓN DE MENORES

- ❖ La **escuela es gratuita y obligatoria de 6 a 16 años.**
- ❖ Entre los 16 y 18 años no es obligatoria, pero se puede continuar en Bachillerato o FP.
- ❖ El empadronamiento NO es requisito obligatorio para inscribir a un menor.

Si te ponen **problemas** reclama en la **Inspección Educativa**



EDUCACIÓN DE PERSONAS ADULTAS

Existen Centros de Educación de Personas Adultas (CEPA) donde puedes:

- ❖ Aprender español.
- ❖ Mejorar lectura y escritura.
- ❖ Finalizar estudios básicos.

Suelen ser gratuitos o con coste muy bajo.

7. FORMACIÓN REGLADA

HOMOLOGACIÓN Y CONVALIDACIÓN DE TÍTULOS EXTRANJEROS

Si quieres trabajar en tu profesión o continuar estudios en España, necesitas homologar o convalidar tu título.

- ❖ El proceso puede tardar varios meses -> inícialo cuanto antes.
- ❖ Se solicita online o en oficinas de educación.
- ❖ Procedimientos:

Homologación estudios no universitarios:



- > Coge cita previa para presentar tu solicitud
- > Selecciona "Las Palmas", oficina "Delegación Canarias OIACR" y trámite "Registro de documentación"
- > Acude a tu cita en: Oficina de Información al Ciudadano y RegistroPlaza de la Concordia, 5 - LPGC

Homologación estudios universitarios:



- > Trámite sólo online: "Homologación de títulos de educación superior".
- > Lee la información, clicas en "Acceder al Procedimiento" y sigue los pasos.
- > Resolución: los plazos legales son de 3 a 6 meses, pero suele tardar más tiempo.



A TENER EN CUENTA:

- ☐ He inscrito a mis hijos/as en la escuela (si tienen entre 6 y 16 años).
- ☐ Sé que el empadronamiento no es obligatorio para la escolarización.
- ☐ He consultado opciones en CEPA para formación de adultos.
- ☐ He reunido mis títulos y certificados académicos.
- ☐ He iniciado (o estoy listo para iniciar) el trámite de homologación o convalidación.

8. EMPLEO Y DERECHOS LABORALES

➔ ¿Dónde puedo encontrar empleo?

- Si estas en situación administrativa regular:
 - ✓ Insíbete como demandante de empleo en el Servicio Canario de Empleo (SCE).
 - ✓ Accede a orientación, cursos y programas de empleo.
 - ✓ Buscador de ofertas del SCE:
www.gobiernodecanarias.org/empleo/ ➔



➔ Derechos laborales básicos

Todas las personas trabajadoras, con o sin papeles, tienen derecho a:

- ❖ Salario mínimo interprofesional (SMI).
- ❖ Seguridad e higiene en el trabajo.
- ❖ Horarios y descansos adecuados.
- ❖ No sufrir discriminación.

Si **vulneran tus derechos ➔ denuncia** en la Inspección de Trabajo o acude a sindicatos/ONG.



➔ Si no tienes autorización para trabajar

No puedes trabajar legalmente, pero sí puedes:

- ❖ Formarte en áreas con salida laboral.
- ❖ Hacer voluntariado para mejorar el idioma, ampliar redes y sumar experiencia.
- ❖ Prepararte para la regularización (ver apartado de arraigos).

➔ Si trabajas sin papeles

- ❖ Puedes denunciar abusos.
- ❖ Busca apoyo en ONG o sindicatos.
- ❖ Si sufres explotación tienes derecho a denunciarlo. Busca apoyo en los listados de las entidades que aparecen en las páginas 9 y 26.

8. EMPLEO Y DERECHOS LABORALES

TRÁMITES BÁSICOS AL EMPEZAR A TRABAJAR

Seguridad social:

- ❖ **Protege tu salud**, bajas laborales, maternidad/paternidad, pensiones y desempleo.
- ❖ La **empresa debe darte de alta**.
- ❖ Si no tienes número de afiliación -> solicítalo online o presencial (te servirá toda tu vida laboral).
- ❖ Guía Importass (Seguridad Social):



Declaración de la Renta:

- ❖ Es un **trámite anual** con Hacienda para declarar tus ingresos y gastos deducibles.
- ❖ No todas las personas están obligadas a hacerla: depende de la cantidad y el tipo de ingresos que tengas.
- ❖ Cuando llegue el momento, pregunta o infórmate para saber si te corresponde.
- ❖ El **resultado** puede ser:
 - **A devolver** -> Hacienda te ingresa dinero si te han retenido de más.
 - **A pagar** -> Si te han retenido de menos, tendrás que abonar la diferencia.

8. EMPLEO Y DERECHOS LABORALES

SI VULNERAN TUS DERECHOS LABORALES

Tanto si estás en situación administrativa regular como irregular, **puedes denunciar las vulneraciones** en la:



**Oficina Territorial de la Inspección de Trabajo
y Seguridad Social**



Calle Luis Doreste Silva, 64, 35004 Las Palmas de Gran



Canaria.

928 29 14 64 / 928 29 16 56



itpalmas@mites.gob.es

Mis anotaciones:

A red-outlined icon of a notepad with a pencil, positioned on the right side of the lined paper. The notepad has a spiral binding at the top, and the pencil is angled diagonally across the bottom right corner of the notepad.

8. EMPLEO Y DERECHOS LABORALES

➤ Empleadas del hogar y de cuidados:

(Según el Real Decreto 1620/2011 y el Real Decreto-ley 16/2022, de 6 de septiembre)

- ❖ Contrato por escrito (el verbal también es válido).
- ❖ Alta desde la primera hora, incluso en periodo de prueba.
- ❖ Salario proporcional a las horas trabajadas, nunca inferior al SMI.
- ❖ Pago de horas extras cada semana.
- ❖ No trabajar en festivos (si lo haces, deben avisar con 1 semana de antelación y no estás obligada a aceptar).
- ❖ Pago festivos: doble con contrato, triple sin contrato.
- ❖ 30 días de vacaciones al año.
- ❖ Derecho a prestación por desempleo.

➤ Si eres trabajadora interna:

- ❖ No estar a disposición de la persona empleadora más de 60 horas semanales (40 de trabajo + 20 de presencia).
- ❖ Descanso de 2 horas para comidas principales, con derecho a salir del domicilio.
- ❖ Descanso mínimo de 12 horas entre jornadas (puede reducirse a 10 si se compensa en las 4 semanas siguientes).
- ❖ Descanso semanal: 36 horas seguidas, normalmente desde el sábado tarde hasta el lunes mañana.
- ❖ Si te piden tareas que exceden el cuidado, puedes decir que no sabes hacerlas.

Recomendaciones prácticas:

- Recopila pruebas (horas trabajadas, mensajes, recibos) si vas a denunciar.
- Acude a sindicatos u ONG para asesoramiento.
- Recursos útiles: páginas como Territorio Doméstico o SINTRAHOCU ofrecen información actualizada y apoyo.



8. EMPLEO Y DERECHOS LABORALES

➔ Si trabajas como camarera de pisos:

Si trabajas como camarera de piso en la isla y quieres informarte sobre tus derechos o actuar frente a una vulneración, puedes acudir a:



Asociación Las Kellys



Ofrece asesoramiento y acompañamiento para la mejora de la calidad de vida y la defensa de los derechos de las camareras de piso.

 603 038 344



A TENER EN CUENTA:

- ☐ Estoy inscrito/a en el SCE (si estoy en situación regular).
- ☐ Conozco mis derechos básicos como trabajador/a.
- ☐ Sé que, aunque no tenga autorización, puedo denunciar abusos.
- ☐ Tengo claro qué es la Seguridad Social y cómo afiliarme.
- ☐ He preguntado en ONG y asociaciones por apoyo laboral.

Mis anotaciones:



8. EMPLEO Y DERECHOS LABORALES

ALGUNAS ENTIDADES SOCIALES QUE OFRECEN APOYO Y ORIENTACIÓN LABORAL

Organización	Dirección	Servicios principales
A Ti Mujer	C/ José Arencibia Gil, 20 – 3º Izq., Telde	Itinerarios de inserción laboral y orientación para mujeres migrantes
Asociación Creativa	C/ Venezuela, 8 – Local 10, Los Llanos, Santa Lucía de Tirajana.	Acompañamiento en formación y empleo
Asociación Valentina	C/ Venezuela, 8 – Local 6, Santa Lucía de Tirajana.	Orientación laboral y acompañamiento en inserción
Cruz Roja Española	C/ León y Castillo, 231 – Las Palmas / Av. de Canarias, 110 – Sta. Lucía	Orientación, formación y empleo
ECCA Social	C/ Doctor Chil, 15 – Las Palmas / C/ Mallorca, 59 – Vecindario	Formación y apoyo al empleo; itinerarios personalizados de inserción; Orientación, Intermediación e inserción laboral.
Fundación Canaria Maín	C/ San Ignacio, 52, Las Palmas	Orientación laboral, itinerarios de inserción, certificaciones profesionales y acompañamiento a personas migrantes y refugiadas. Itinerarios personalizados de inserción laboral (con certificaciones en Imagen Personal, Atención Sociosanitaria, Limpieza y Hostelería-Turismo. Programa PFIS-SCE (Servicio Canario de Empleo): orientación laboral y formación en módulos profesionales (pintura, camarero, cocina, etc.), dirigido a jóvenes migrantes.
Mujeres, Solidaridad y Cooperación	C/ Mas de Gaminde, 38 – Edificio Nobel, Las Palmas	Orientación laboral para mujeres migrantes en cualquier situación administrativa
SIC4CHANGE	C/ Tomás Morales, 36 – Las Palmas	Acompañamiento integral hacia el empleo → Itinerarios personalizados con apoyo individual y grupal para el desarrollo de competencias profesionales y personales. Inclusión digital → Bootcamps en competencias digitales (básicas, avanzadas y especializadas) con bolsas de talento para la inserción laboral (16-30 años).
Asociación Incluye	Paseo González Díaz, 81 – 35330 Teror.	Acciones formativas vinculadas a las actividades económicas de la Empresa de Inserción, especialmente en mantenimiento de espacios verdes y reformas

9. CUENTA BANCARIA

En España tienes **derecho a abrir una cuenta** de pago básica, incluso **sin residencia legal**. Está regulada por el Real Decreto-Ley 19/2017



CUENTA DE PAGO BÁSICA

➔ ¿Qué es una cuenta de pago básica? Permite:

- ❖ Ingresar dinero (salario, ayudas, becas).
- ❖ Retirar efectivo.
- ❖ Pagar con tarjeta de débito o prepago.
- ❖ Realizar transferencias en la UE.
- ❖ Domiciliar facturas o nóminas.
- ❖ Incluye un número IBAN, necesario para ayudas, alquiler o ingresos.

➔ Coste y gratuidad

- ❖ Coste máximo: 3 €/mes.
- ❖ Puede ser gratuita si no tienes ingresos -> con informe social de Servicios Sociales u ONG.
- ❖ La gratuidad dura 2 años y se puede renovar.

DOCUMENTACIÓN NECESARIA

- ✓ Documento de identidad válido: pasaporte, NIE/TIE, tarjeta roja o resguardo de asilo.
- ✓ A veces: justificante de ingresos o ayudas (no siempre obligatorio).
- ✓ Un domicilio de contacto (puede ser de ONG o centro de acogida).

9. CUENTA BANCARIA

No pueden exigirte:

- Contrato de trabajo
- Seguro médico
- Certificado de empadronamiento
- Alta en Seguridad Social



SI TE NIEGAN LA APERTURA

- ❖ Pide una respuesta por escrito en 10 días hábiles.
- ❖ Reclama en el Servicio de Atención al Cliente del banco.
- ❖ Si no responden:

· Banco de España – C/ León y Castillo, 6, Las Palmas (Teléfono: 928 36 71 66).

Reclamaciones Banco de España ->



· OMIC (Oficina Municipal de Información al Consumidor) en tu municipio.

ALTERNATIVAS SI NO CONSIGUES ABRIR CUENTA

➡ Tarjeta prepago en Correos

- ❖ Con IBAN.
- ❖ Puedes solicitarlo con tu pasaporte, TIE o documento de asilo.
- ❖ Coste: aprox. 6 €/año.

➡ Cuenta Nickel

- ❖ Se abre en estancos autorizados.
- ❖ Solo requiere pasaporte o NIE.
- ❖ Coste: aprox. 25 € de apertura.

Advertencia de seguridad:

- Nunca compartas tu cuenta, tarjeta ni claves.
- No permitas que nadie use tu cuenta ("mula bancaria").



El banco puede bloquear tu cuenta si:

- Se usa para fines ilícitos.
- No actualizas la documentación.
- Está inactiva más de 24 meses.



A TENER EN CUENTA:

- ☐ Tengo mi documento de identidad preparado.
- ☐ Sé qué tipo de cuenta necesito (común o de pago básica).
- ☐ Conozco el coste máximo (3 €/mes) y cómo pedir gratuidad.
- ☐ Sé qué hacer si me la niegan (reclamación, Banco de España, OMIC).
- ☐ Conozco alternativas (Tarjeta Correos, Cuenta Nickel).
- ☐ Recuerdo nunca compartir mis datos ni claves.

Mis anotaciones:

10. CERTIFICADO DIGITAL

El Certificado Digital es una **herramienta electrónica que te permite identificarte de manera segura en Internet** para hacer trámites con la Administración Pública y con algunas entidades privadas.

➡ ¿Para qué sirve?

- ❖ Evita desplazamientos y trámites presenciales.
- ❖ Permite acceder a servicios públicos desde tu ordenador o móvil.
- ❖ Es necesario para muchos trámites online (Extranjería, Seguridad Social, Hacienda, empleo, etc.).
- ❖ Solo lo puedes solicitar si estás en situación administrativa regular (con residencia legal en España).

COMO OBTENER EL CERTIFICADO DIGITAL

Solicitud online:

- ❖ Entra en la Sede Electrónica de la FNMT
www.sede.fnmt.gob.es
- ❖ Elige: Certificado electrónico ciudadano -> Certificado con acreditación presencial.
- ❖ Instala el software que indican.
- ❖ Completa la solicitud online y guarda el código de solicitud.



Acreditar tu identidad:

Con el código, acude a una Oficina de Acreditación con:

- ❖ Pasaporte o NIE/TIE en vigor.
- ❖ Código de solicitud.

Oficinas en Las Palmas de GC:

- Oficina Metrópol del Ayuntamiento de Las Palmas de Gran Canaria, C/León y Castillo, 270



11. SI SUFRES VIOLENCIA DE GÉNERO

➡ ¿Cómo identificar la violencia de género?

La violencia de género **no es solo la agresión física**. Se manifiesta de muchas formas, y reconocer las señales es el primer paso para buscar ayuda.

➡ Algunas formas de violencia de género incluyen:

- ❖ **Violencia física:** Cualquier acto que cause daño corporal, como golpes, empujones o patadas.
- ❖ **Violencia psicológica:** Conductas que buscan controlar, intimidar o aislar a la persona, como humillaciones, amenazas, insultos o el control de sus relaciones.
- ❖ **Violencia sexual:** Cualquier acto sexual no consentido, incluyendo la violación, el acoso o la explotación sexual.
- ❖ **Violencia vicaria:** Cuando el agresor daña a los hijos/as u otras personas cercanas con el objetivo de causar el mayor dolor posible a la mujer.
- ❖ **Violencia económica:** Controlar el acceso al dinero, impedir trabajar o tomar decisiones económicas sin consentimiento.

➡ ¿Qué hacer si sufres violencia de género?



En caso de emergencia:

- ❖ Llama al **112** (gratuito, 24h).
Se valorará la activación de el Dispositivo de Emergencia para Mujeres Agredidas (DEMA).

11. SI SUFRES VIOLENCIA DE GÉNERO

Si no es una emergencia:

- ❖ Acude a los servicios especializados de tu municipio.
- ❖ Puedes pedir ayuda en tu centro de salud u hospital (pide copia del parte médico).
- ❖ **016:** Teléfono de atención a todas las formas de violencia contra las mujeres. Es gratuito, confidencial y no deja rastro en la factura.



DERECHOS DE LAS MUJERES EN SITUACIÓN IRREGULAR

Incluso si no tienes una autorización de residencia en España, tienes derecho a denunciar y recibir protección.

- ❖ **Derecho a denunciar sin riesgo de expulsión:** Puedes denunciar a tu agresor sin temor. No se iniciará un expediente de expulsión en tu contra, y si ya existiera uno, quedará suspendido hasta que finalice el proceso penal.
- ❖ **Asistencia legal gratuita:** Tienes derecho a solicitar un/a abogado/a de oficio para que te asista durante todo el proceso de denuncia.
- ❖ **Autorización de residencia y trabajo:** Puedes solicitar una autorización de residencia y trabajo por circunstancias excepcionales. Este derecho se activa en cuanto se dicte una Orden de Protección a tu favor o cuando el Ministerio Fiscal emita un informe que confirme la existencia de indicios de violencia.

➡ ¿Qué ocurre después de solicitar la autorización?

La autorización inicial es provisional y su resultado depende de cómo concluya el procedimiento penal:

- ❖ Si hay una sentencia condenatoria (o una resolución judicial que confirme que has sido víctima de violencia de género), se te concederá una autorización de residencia y trabajo definitiva. Esta autorización también se extenderá a tus hijos/as menores o con discapacidad que estén en España.
- ❖ Si no hay una sentencia condenatoria, la autorización provisional será denegada. En este caso, se podría iniciar o reanudar el expediente administrativo sancionador por tu situación irregular.

11. SI SUFRES VIOLENCIA DE GÉNERO

RECURSOS GRATUITOS Y SIN NECESIDAD DE DENUNCIA

Recurso	Contacto	Servicios
112- DEMA (Dispositivo de Emergencia para Mujeres Agredidas)	Tlf: 112 (24 h)	Activa recursos policiales, sanitarios y sociales de forma inmediata
Teléfono 016	Tlf: 016(24 h) Whatsapp: 600000016 Correo: 016-online@igualdad.gob.es	Información, asesoramiento jurídico y psicosocial en varios idiomas
Servicios de Prevención e Intervención Integral a víctimas de violencia de género	Ayuntamientos de la isla: (Consultar QR página 33)	Atención psicológica, social y jurídica. Derivación a casas de acogida.
Mujeres, Solidaridad y Cooperación	Las Palmas: C/Doctor Vermeau nº4 Sin cita previa L-V 8 a 20h	Servicio insular de intervención inmediata para mujeres víctimas de violencia de género.
	Las Palmas: C/General Más de Garminde, nº38, Esc B 1º G. Edificio Nobel. Telefonillo 011. Cita Previa: 928233039 L-V 9 a 19h	Servicio insular de atención e intervención integral para víctimas de violencia de género.
Cruz Roja Española	Las Palmas: C/Lord Byron,9	Prevención y atención a mujeres y menores ante la violencia sexual y de género. Derivación y acompañamiento.
	Las Palmas: C/Lord Byron,9 Telde: C/Alcalde Manuel Amador, nº8. Edif. Múltiples Telde, planta 3 Oficina 304 Cita Previa: 637330931	Servicio insular de prevención e intervención integral a víctimas de violencia de género.
Aplicación móvil "Puntos Violeta"	Web: puntosvioleta.com	Geolocaliza lugares seguros donde pedir ayuda.

11. SI SUFRES VIOLENCIA DE GÉNERO

ATENCIÓN A VÍCTIMAS DE TRATA Y EN CONTEXTO DE PROSTITUCIÓN

Organización	Contacto	Servicios
APLEC - Inclusión Más Igualdad	Las Palmas: C/Mendizábal, 37 L-M-J-V 8a16h y X: 12:30-20:30h	Acompañamiento social, psicológico y jurídico a mujeres en prostitución o trata
Cruz Roja Española - Programa trata	Las Palmas: C/Lord Byron 9. Tlf: 678483271 (Cita previa)	Prevención y atención a mujeres ante violencia sexual y trata
Fundación Cruz Blanca - Programa O'Cambalache	Las Palmas: Tlf whatsapp: 680956636 Tlf centro social: 928265708	Apoyo jurídico, laboral, social y acceso a vivienda ante situación de prostitución y/o trata
Hermanas Oblatas - Programa Daniela	Las Palmas: C/Carmen Llopis, 7. Tlf: 928361212 / 683565997 Urgencias 606 806 558	Atención integral ante prostitución y explotación sexual. Acompañamiento social, psicológico y jurídico
In Género	Telde: C/ Profesor Francisco Cruz, 3, Local bajo. Telf: 622534620 Emergencia: 670962616	Apoyo a personas migrantes en situación de vulnerabilidad, prostitución, trata o explotación sexual. Atención especial a mujeres y personas LGTBIQ+. Ofrece asesoría, acompañamiento social y apoyo en salud.
Médicos del Mundo Canarias	Las Palmas: C/Dr. Verneau 1, Of, 204 Teléfono cita previa: 928367100	Atención sanitaria, social y psicológica a mujeres y personas LGTBI en contextos de prostitución y trata
Centro Lugo- Cáritas Diocesana de Canarias	Las Palmas: C/Molino de viento 27 Tlf: 678.104.034/928251740	Atención social y psicológica a mujeres en contexto de prostitución y víctimas de trata con fines de explotación sexual



A TENER EN CUENTA:

- ☐ En caso de emergencia, llamar al 112.
- ☐ Tengo guardado el número 016 (gratuito y multilingüe).
- ☐ Sé que puedo acudir a ONG y servicios municipales.
- ☐ Si no tengo papeles, sé que tengo los mismos derechos de protección.
- ☐ Si estoy en contexto de prostitución o trata, sé qué entidades me pueden atender y acompañar.

12. SI TE DETIENEN POR FALTA DE AUTORIZACIÓN DE RESIDENCIA O TRABAJO

➡ ¿Qué ocurre si te detienen?

- ❖ Te trasladarán a una comisaría y se abrirá un expediente sancionador que puede acabar en multa o expulsión.
- ❖ La detención no puede superar las 72 horas.

➡ Durante la detención tienes derecho a:

- ❖ Hablar con un abogado/a. Si no lo puedes pagar, te asignarán uno/a de turno de oficio, que debe presentar alegaciones en las primeras 48 horas.
- ❖ Entregar documentos que prueben tu arraigo en España (empadronamiento, contrato de alquiler, tarjeta sanitaria, cursos, facturas, etc.)
- ❖ Contactar con organizaciones sociales para que te acompañen y eviten tu derivación a un Centro de Internamiento de Extranjeros (CIE).
- ❖ Denunciar si la detención ha estado motivada por racismo o perfil étnico.

➡ Si intentan una deportación exprés:

- ❖ Tienes derecho a una llamada y a la asistencia de un/a abogado/a.
- ❖ Si la detención fue en una redada racial o mediante engaño para acudir a la Policía, comunícalo a tu abogado/a: es ilegal.
- ❖ Reúne todos los documentos que demuestren tu arraigo.
- ❖ Puedes comunicar tu caso o pedir información a través de Stop Deportación: stopdeportacion@gmail.com
- ❖ Para más información, consulta también la guía SOS Racismo "Para de Pararme":



13. SI VIVES UNA SITUACIÓN DE RACISMO

El racismo no siempre es evidente. No es solo una agresión física o un insulto: también ocurre cuando recibes un trato desigual o se te niega un derecho por tu color de piel, acento, país de origen o forma de vestir.

❖ **En España, todo trato desigual por motivos raciales o étnicos es racismo, y es ilegal.**

➡ Ejemplos de racismo que podrías encontrar:

- ❖ Darte peores condiciones laborales por ser migrante.
- ❖ Negarte atención médica gratuita cuando tienes derecho a ella.
- ❖ Usar expresiones humillantes hacia ti por tu origen.

Aunque te genere dudas:
**si el motivo es tu origen, color de piel o cultura
-> es racismo.**



➡ Qué hacer si vives una situación racista

- ❖ **Guarda pruebas:** anota fecha, lugar, quién lo hizo, qué dijo o hizo; recoge fotos, mensajes o testigos.
- ❖ **Busca apoyo:** contacta con entidades especializadas.
- ❖ **Denuncia** o reclama con acompañamiento.

RECURSOS EN GRAN CANARIA

Organización	Contacto	Servicios principales
CEDRE - CEAR Canarias (Servicio de Asistencia a Víctimas)	Las Palmas: Avda. Escaleritas 66 ☎ 928297271 / 680689590 ✉ discriminacion@cear.es	Mediación, acompañamiento y apoyo en denuncias por discriminación
SIAR - Liga Española de la Educación (Servicio Integral contra el Racismo)	☎ 622382159 ✉ siar.laspalmas@ligaeducacion.org	Asesoramiento social y jurídico en casos de racismo
Teléfono 021	☎ 021	Información y orientación inmediata frente a discriminación racial

13. SI VIVES UNA SITUACIÓN DE RACISMO



A TENER EN CUENTA:

- ☐ Reconozco que el trato desigual por mi origen es racismo.
- ☐ He guardado pruebas (mensajes, fotos, testigos).
- ☐ He contactado con CEDRE o SIAR para apoyo/denuncia.
- ☐ Sé que puedo llamar al 021 para orientación inmediata.
- ☐ Recuerdo: aunque no tenga papeles, la ley también me protege.

Mis anotaciones:

14. SI TE ENCUENTRAS EN SITUACIÓN DE VULNERABILIDAD O SIN HOGAR

En Canarias existe una **red de recursos** para personas migrantes y para cualquier persona en situación de vulnerabilidad.

Son gestionados por asociaciones, colectivos y administraciones, muchas veces **con recursos limitados, pero con gran compromiso comunitario.**

Las **plazas** suelen ser **limitadas**.

La atención **depende de tu situación personal** y de las **necesidades** que presentes



RECURSOS EN GRAN CANARIA

Apoyo básico: comida, ropa, aseo y acompañamiento

Aquí te dejamos algunos recursos a los que puedes acudir y solicitar información y/o apoyo.

Recurso/Entidad	Dirección	Servicios
Centro de Acogida Municipal "Gánigo"	Las Palmas C/Juan Rejón 64	Comedor (desayuno) 🕒 L-V 8-9h. S-D y Festivos: 8:30 a 9:30. Derivación SS.SS.
Hijas de la Caridad - Comedor Ntra. Sra. del Camen	Las Palmas C/29 de Abril 77	Comedor 🕒 L-S almuerzo 12h
Rescate Canarias	Las Palmas C/Obispo Cervera 2	Comedor social (desayuno y almuerzo). Distribución de alimentos, duchas, ropa, peluquería, apoyo escolar y emocional
Asociación Benéfica Karuna Maspalomas	San Bartolomé de Tirajana C/San Mateo 6	Reparto de alimentos, ropa, mantas, y productos para bebés y mayores 🕒 L-X-V 10-12h
Asociación de Mujeres Valentina	Vecindario C/Venezuela 8 Local 6	Comida, aseo y ropa 🕒 L-V 8-9h
Manos Esperanza y Vida	Balos, Sta. Lucía C/Galicia 34	Mercadillo solidario de ropa, utensilios y enseres 🕒 Sábados 9-11h según disponibilidad
Te Acompañamos	Vecindario Avda. del Atlántico 289, Local Bajo	Banco de ropa para niños/as y jóvenes (0-16 años) 🕒 Mañanas Lunes a Viernes 9-14h según disponibilidad

14. SI TE ENCUENTRAS EN SITUACIÓN DE VULNERABILIDAD O SIN HOGAR

AYUDAS ECONÓMICAS

- ❖ En Canarias circulan muchos bulos: las ayudas no son solo para migrantes.
- ❖ Todas las personas residentes pueden solicitarlas si cumplen requisitos. Se conceden en casos de especial vulnerabilidad, tras valoración de Servicios Sociales

❖ Requisitos generales:

- ✓ Estar empadronado/a durante un tiempo mínimo (varía según ayuda).
- ✓ Cumplir las condiciones de la convocatoria.
- > Si estás **en situación irregular, igualmente puedes acudir** a los Servicios Sociales municipales.

CONSEJOS PRÁCTICOS

- ❖ Explica tu situación con claridad.
- ❖ Pregunta siempre si hay plazas disponibles en el recurso.
- ❖ Solicita información sobre otras alternativas si un servicio está lleno.



A TENER EN CUENTA:

- ☐ Sé dónde acudir para comida, aseo y ropa.
- ☐ He preguntado por plazas disponibles antes de desplazarme.
- ☐ Sé que también puedo pedir apoyo en Servicios Sociales de mi municipio.
- ☐ Conozco que las ayudas económicas no dependen de la nacionalidad, sino de la situación personal.
- ☐ Recuerdo que hay alternativas comunitarias si un recurso no tiene disponibilidad.

15. SI NECESITAS AYUDA PSICOLÓGICA

En algunos momentos de la vida podemos sentir tristeza, ansiedad o incluso desesperanza. **No estás solo/a:** existen recursos gratuitos y confidenciales que pueden ayudarte.

APOYO EMOCIONAL Y PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

➡ Línea 024

- ❖ Teléfono de atención ante el suicidio
 - ✓ Número gratuito: 024
 - ✓ Disponible 24 horas, todos los días del año
 - ✓ Atención confidencial, profesional y en varios idiomas
 - ✓ Servicio público del Ministerio de Sanidad
 - ✓ Atienden a personas en crisis, con malestar psicológico o pensamientos suicidas, y también a familiares o amistades que no saben cómo ayudar.

➡ ¿Cuándo llamar?

- ❖ Si sientes tristeza profunda, desesperanza o no encuentras salida.
- ❖ Si tienes pensamientos de hacerte daño o acabar con tu vida.
- ❖ Si alguien cercano está en crisis emocional y no sabes cómo apoyarle.

➡ ¿Qué recibirás?

- ❖ Escucha activa y acompañamiento emocional.
- ❖ Orientación profesional.
- ❖ Derivación a servicios especializados, si es necesario.
- ❖ Todo en un entorno seguro, anónimo y sin juicios.

OTROS RECURSOS

- **Emergencia** -> Llama al 112
- **Centro de Salud u hospital más cercano** -> pueden derivarte a salud mental.

15. SI NECESITAS AYUDA PSICOLÓGICA



A TENER EN CUENTA:

- ☐ Si es una emergencia, debo llamar al **112**.
- ☐ Si es relacionado con violencia de género puedo llamar al **016**.
- ☐ Tengo guardado el número **024** en mi teléfono.
- ☐ Sé que puedo llamar al teléfono de la Esperanza: **928 334050**.
- ☐ Sé que puedo llamar también por alguien cercano que necesite ayuda.
- ☐ Sé que puedo acudir a mi centro de salud para pedir derivación a salud mental.

Mis anotaciones:

16. OTROS RECURSOS QUE ATIENDEN NECESIDADES ESPECÍFICAS

Además de los servicios generales, en Gran Canaria existen **entidades que ofrecen atención integral a colectivos específicos** (jóvenes, LGTBI, personas en exclusión social, etc.).

Organización	Dirección	Contacto	Servicios principales
Cáritas Diocesana de Canarias	Av. Escaleritas, 51 – Las Palmas	☎ 928 25 17 40 · ✉ ssgg@caritas-canarias.org	Atención integral a la exclusión social con enfoque en la persona
El Patio de las Culturas	C/Doctor Chil, número 15, 35001 Las Palmas de Gran	patiodelasculturasinfo@gmail.com	Asesoramiento y acompañamiento a personas en situación de vulnerabilidad/ Espacio de encuentro Intercultural.
Espacio Seguro – Save The Children	C/ Pérez del Toro, 22 – Las Palmas	🕒 L-V 9:30-14:00 y 15:30-19:00 (viernes hasta 17:00)	Atención a jóvenes <23 años: apoyo educativo, acompañamiento psicosocial, ocio saludable y orientación
Gamá – Colectivo LGTBI	Paseo de Tomás Morales, 8 – Bajo, Las Palmas	gama@colectivogama.com · WhatsApp 605 89 20 51	Atención social y psicológica, espacio de encuentro para migrantes LGTBI
Asociación Incluye	Paseo González Díaz, 81 – 35330 Teror.	🕒 L-V 8:00-16:00 asincluye@gmail.com www.incluye.es	Cada martes, personas voluntarias ayudan en el mantenimiento de la finca y comparten un espacio amable y seguro de Convivencia. Acompañamiento personalizado a un pequeño grupo de personas migrantes, orientado a facilitar su proceso de integración social y comunitaria.
Plena Inclusión Canarias	Las Palmas: C/Juan Manuel Durán, 50, bajo	☎ 928227077 www.plenainclusioncanarias.org	Asociación de organizaciones que trabajan para defender los derechos de las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo y de sus familias.

17. TESTIMONIOS

Las voces que encontrarás a continuación recogen las **experiencias y sentimientos de quienes han vivido en primera persona los procesos de llegada**, acogida e integración en Canarias. Sus palabras nos recuerdan que detrás de cada trámite, cada recurso y cada derecho, hay historias de vida, aprendizajes y esperanzas compartidas.

CONOCE A JENNIFER



Empadronamiento



Tarjeta sanitaria

CONOCE A HECMYR

CONOCE A LARA



Empleo



Situación de racismo

CONOCE A GINA

CONOCE A MARLENIS



Vulneración derecho laboral

Esta Guía de Acogida para Personas Migrantes en la Isla de Gran Canaria constituye una herramienta práctica tanto para las personas migrantes como para las entidades y profesionales que las acompañan.

Se presenta como una edición revisada y actualizada de la guía publicada en 2023, enmarcada en el trabajo que ActionAid impulsa en Canarias y financiado por el Área de Igualdad del Cabildo de Gran Canaria.

AGRADECIMIENTOS:

Esta Guía ha sido posible gracias al **trabajo en red** y a la **colaboración activa** de numerosas asociaciones, colectivos y personas que han aportado su experiencia, conocimientos y compromiso.

Gracias a esa participación compartida, ha sido posible recoger de forma renovada las realidades, recursos y necesidades de las comunidades migrantes en la isla, convirtiéndola en una herramienta útil y viva para promover la igualdad y la convivencia.





GUÍA DE ACOGIDA

Edición Revisada 2025

