

**Albergues, Comedores, Duchas y Roperos.****Comedores Gratuitos**

Se trata de lugares donde te dan gratuitamente comida caliente o bocadillo a determinadas horas, a veces para comer allí mismo, otras para llevar.

En Barcelona:

Comedor Navas. Avenida Meridiana, 238-240; Metro Navas, línea 1. Teléfono: 93.351.72.20

Comedor Parallel Avenida Parallel, 97 (1º piso) Metro Parallel, línea 3. Teléfono: 93.441.62.12

Comedor/Menjador. C/ Hospital, 2, Metro Liceu, línea 3

En Madrid:

Comedor Ave María. Doctor Cortezo, 4. Metro: Tirso de Molina. Horario de atención: 9.30 a 12.30. Teléfono: 91 429 39 97

Calor y Café. Pza. Marina Española, 12. Metro: Santo Domingo. Horario: 24h. Teléfono: 91 541 65 12

**Albergues Gratuitos**

Los albergues son lugares donde podrás pasar noches mientras encuentras alojamiento propio. Los pocos que hay muchas veces están llenos y generalmente el ambiente es un poco duro.

En Barcelona:

Centro de acogida de Almogàvers. C/ Almogàvers, 199, Metro: Llacuna, línea 4.

Comisión Catalana de Ayuda al Refugiado (CEAR). C/ Casp, 37, Metro: Catalunya, línea 1 y 3. 93.301.25.39

Caritas Diocesana de Barcelona. Plaza Nova, 1, Metro Jaume I, línea 4. Teléfono: 93.301. 35.50

En Madrid:

Hermandad del Refugio. Corredera Baja de San Pablo, 16. Metro: Callao y Tribunal. Cenas: 18.00h. Teléfono: 91 522 00 70

**Duchas públicas**

En los siguientes lugares podrás hacer uso de las duchas, algunas son de asociaciones, fundaciones o parroquias.

En Barcelona:

Centre de Dia Meridiana. Av. Meridiana, 197, Metro: Navas, línea 1. Teléfono: 93. 408.45 .43

Centre Obert Heura. Avda República Argentina, 1, Metro Lesseps, línea 3. Teléfono: 93.217.45.49

Centre D'acollida Assis. Tres reis, 5. Metro Reina Elisenda, línea 6. Teléfono: 92.204.45.86

En Madrid:

Baños Públicos. Pza. La Cebada, 1. Metro: La Latina. Horario de atención: 8.30 a 13.30  
Teléfono: 91 365 76 19

**Roperos y lotes de comida**

En la mayoría de los casos tienes que pasar antes por la asistente social que suele ir una o dos veces por semana al centro.

En Barcelona:

Si no encuentras ninguno cerca de dónde vives puedes dirigirte a la asistente social de Caritas en la C/ Aurora, 12, 1º, que te indicará cuál es el más cercano y te dirigirá a él.

Mare de Déu de la Medalla Miraculosa. C/ Consell de Cent, 188. Metro Rocafort, línea. Teléfono: 93 423 46 76

Sant Francesc de Sales. Pg. Sant Joan, 57 bajos. Metro Tetuan, línea 2. Teléfono: 93 265 39 12