

Si está en peligro llame al 911 o al número telefónico de la policía más cercana.

Para información sobre donde conseguiré ayuda en su área llame a la LINEA TELEFONICA DE AUXILIO CONTRA LA VIOLENCIA DOMESTICA:

1-800-799-7233
1-800-787-3224 (personas sordas)

COMO PROTEGERSE EN SU HOGAR ANTES Y DESPUÉS DE UN INCIDENTE VIOLENTO

- Aprenda a que lugar en su área puede ir para conseguir ayuda, memorice los números de teléfonos de emergencia
- Mantenga un teléfono en una habitación que pueda ser cerrada por adentro, si puede obtenga un teléfono celular y manténgalo con usted todo el tiempo
- Cambie las cerraduras de las puertas, lo mas pronto posible. Compre cerraduras adicionales para asegurar las ventanas.
- Si el abusador se ha mudado, cambie las cerraduras de las puertas y ponga cerradura a las ventanas
- Planifique una ruta para escapar de su casa, enseñe esta a sus hijo/as
- Piense a donde va a ir si tiene que escapar
- Pida a sus vecinos que llamen a la policía si ven al abusador por su casa; mantenga una señal clave con los vecinos para que llamen a la policía, por ejemplo, si el teléfono suena dos veces, la cortina esta cerrada o hay una luz encendida
- Haga un bolso o maleta con cosas importantes que quizás necesite si tiene que salir rápidamente, guárdela en un lugar seguro o déjala con alguna amistad o familiar de confianza
- Incluya dinero en efectiva, llaves del auto, documentos importantes como, papeles del tribunal, pasaporta, certificados de nacimiento, records médicos, medicina y papeles de inmigración
- Cambie su número de teléfono a uno que no este registrado como publico.
- Ponga un bloqueador de identificación de números de teléfonos
- Use la maquina contestador de teléfono y revise las llamadas antes de contestar

PLAN DE SEGURIDAD EN CASO DE QUE HAYA UN INCIDENTE VIOLENTO

Saque cualquier arma que se encuentre en su casa.

- Manténgase alejada de la cocina (el abusador puede encontrar armas allí como cuchillos)
- Manténgase lejos de baños, habitaciones, o áreas pequeñas donde el abusador la pueda atrapar
- Vaya a una habitación que tenga una puerta o ventana por donde escapar
- Vaya a una habitación que tenga teléfono para poder llamar pedir ayuda, si puede cierre la puerta para dejar afuera al abusador
- Llame al 911 (o al número de emergencia local) lo más rápido posible, pida el nombre de la persona que conteste la llamada.
- Enseñe a sus niños a llamar al 911.
- Piense a cual vecina o amistad le puede pedir ayuda. Haga un plan con una vecina/o, de algún tipo de señal para hacerle saber que Usted necesita ayuda,

dígale que llame a la policía si escucha alguna pelea.

- Si viene la policía, dígale lo que paso; tome el nombre y numero de la insignia identificador
- Si está golpeada, consiga ayuda medica
- Tómese fotos de las heridas o lesiones que tenga
- Llame a un programa de violencia domestica o albergue de mujeres maltratadas (aquí le incluimos algunos números); pide que le ayuden a preparar un plan de seguridad

PLAN DE SURIEDAD PARA CUANDO UD. DECIDA SALIR:

- Haga un plan en caso de que tenga que salir de repente.
- Haga arreglos para estar en un lugar seguro antes de salir
- Tenga el nombre y el numero de teléfono de una amiga que su pareja no conozca.
- Manténgase en contacto solamente con su familia o sus amigos que no den información.
- Practique un plan de salida con sus niños.
- Planee salir de su casa cuando su pareja no este presente.
- Tenga a la mano en un lugar seguro:
 - ✓ Un juego de llaves de la casa y del carro
 - ✓ Una bolsa con ropa extra
 - ✓ Recibos de alquiler, agua, electricidad, etc.
 - ✓ Acta de matrimonio
 - ✓ Número de cuantas bancarias
 - ✓ Licencia de manejo o I.D.
 - ✓ Números de teléfonos importantes
 - ✓ Dinero extra y suficiente
 - ✓ Documentos de inmigración
 - ✓ Medicamentos
 - ✓ Numero de seguro social
 - ✓ Acto de nacimiento de los niños

PLAN DE SEGURIDAD EN SU LUGAR DE TRABAJO Y EN LUGARES PUBLICOS

- Infórmele a los maestros y consejeros de la escuela o guardería, quienes son las personas que tienen permiso para recoger a sus niños.
- Infórmele a alguien en su trabajo su situación incluyendo al vigilante de su oficina o edificio de trabajo. Si es posible enseñe una foto del abusador.
- : ● Deje su lugar de trabajo siempre en compañía de alguien.
- : ● Use diferentes rutas para llegar a su casa.
- : ● Cambie la hora en la que usualmente va de compras o al banco. Trate de ir a diferentes bancos iendas.

PLAN DE SEGURIDAD CUANDO TIENE UNA ORDEN DE PROTECCIÓN (50B):

- Muchos abusadores obedecen a las ordenes de protección, pero nunca se puede estar seguro de que tan violentos pueden ser algunos abusadores como para ser capaz de violar las mismas.

- Lleve siempre con usted la orden de protección (puede ser en su cartero bolsillos).

Lleve la orden de protección, al departamento de la policía de la comunidad donde trabaja y en la comunidad