

## PLAN DE SEGURIDAD

Si usted es una víctima de violencia doméstica, éste es el momento de empezar a pensar en protegerse a sí misma y proteger a aquéllos que dependen de usted para su seguridad.

1. Mantenga con alguien de confianza una copia extra de sus llaves, ropa, documentos importantes, recetas médicas, y algo de dinero.
2. Mantenga evidencia del abuso físico (fotos de moretones y lesiones, ropa rasgada durante un ataque, etc.).
3. Planifique cuándo es el tiempo más seguro para dejar su casa y escapar.
4. Infórmese a dónde puede acudir para recibir ayuda. Cuénteles a alguien de confianza lo que le está sucediendo. Memorize ó tenga disponibles los números de teléfono de amigos, familiares, policía, y programas de ayuda a víctimas de la violencia doméstica.
5. Llame a la policía si corre peligro ó si necesita ayuda.
6. Si está lesionada, vaya al departamento de emergencias de un hospital, ó al doctor, y reporte lo que le ha sucedido. Pida que tomen nota y que documenten su visita.
7. Planifique con sus hijos. Identifique lugares seguros a los que ellos pueden ir y enséñeles cómo pedir ayuda. Asegúreles que su única responsabilidad es mantenerse seguros ellos mismos, no protegerla a usted.
8. Llame a la línea de ayuda disponible las 24 horas del día del Centre County Women's Resource Center (Centro de Ayuda para Mujeres del Condado del Centro en PA) para que sepa cuáles servicios están disponibles para ayudarlo, ó para recibir ayuda en una situación de emergencia ó crisis.

**Recuerde – dejar a un abusador es el momento más peligroso. Revise sus planes de seguridad con la frecuencia que sea necesaria para que usted sepa la manera más segura de salir.**

## Servicios que ofrece el Centre County Women's Resource Center

**Línea de Ayuda disponible las 24 horas del día:** Consejería de apoyo, información y recomendaciones, acompañamiento, asesoramiento, y asistencia para obtener atención médica ó protección legal a cualquier hora del día. Llame gratis al 1-877-234-5050. Toda la información se mantiene en absoluta confidencialidad.

**Refugio:** Un lugar seguro para mujeres que han sido golpeadas/maltratadas y para sus hijos(as).

**Consejería:** Para asistir a las personas a poder identificar sus opciones, para proveer apoyo, y asistirles a que puedan obtener sus metas personales.

**Grupos de Apoyo:** Un lugar seguro para compartir experiencias y recibir apoyo de otras sobrevivientes de violencia doméstica. Se ofrecen grupos de apoyo para niños al mismo tiempo que los grupos de apoyo para mujeres.

**Asesoramiento Legal:** Asistencia para identificar opciones legales y derechos, ayuda para presentar peticiones de Protección Contra Abuso, y acompañamiento al juzgado/la corte.

**Cobertura en Áreas Rurales:** Asesoramiento, consejería, y transportación a los servicios y citas relacionadas con el Centre County Women's Resource Center está disponible para personas en áreas rurales.

# VIOLENCIA DOMÉSTICA

*¡No estás sola!  
¡No es tu culpa!  
¡Hay Ayuda Para Tí!*



**LÍNEA DE AYUDA LAS 24 HORAS DEL DÍA**

**234-5050**

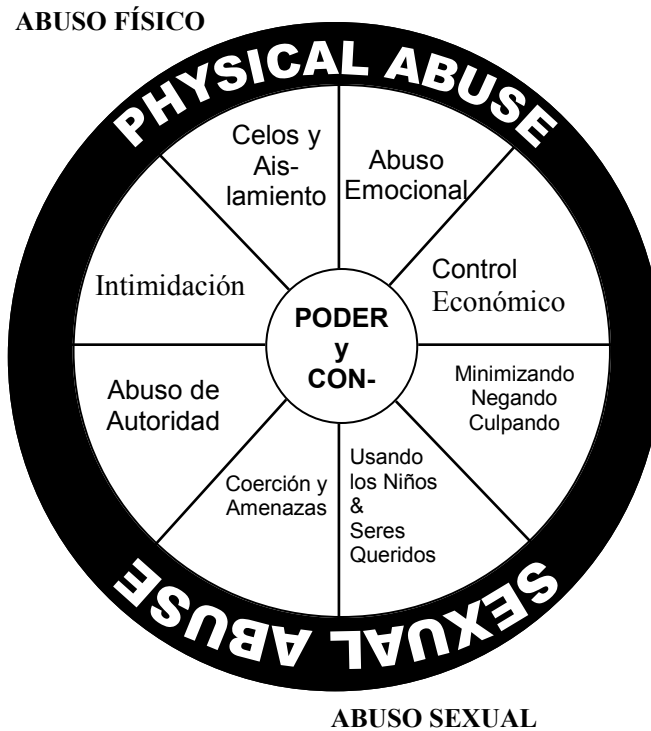
**1-877-234-5050 Gratis**

SEGURO - PROFESIONAL - CONFIDENCIAL -  
GRATIS

## DATOS DE LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

- ◆ El maltrato es un patrón de control, que puede incluir abuso emocional, abuso físico, y/o abuso sexual.
- ◆ Aunque el maltrato puede ocurrir en cualquier relación, las mujeres son las víctimas más frecuentes y los hombres son frecuentemente los abusadores.
- ◆ La violencia doméstica puede ocurrir en relaciones del mismo sexo.
- ◆ La violencia doméstica es la causa principal de las lesiones que sufren las mujeres. Causa más lesiones que accidentes de automóvil, violaciones, y asaltos combinados.
- ◆ Se estima que 4 millones de mujeres son abusadas por sus parejas cada año en los Estados Unidos.
- ◆ 50% de las mujeres y niños sin hogar en este país están huyendo de la violencia doméstica
- ◆ 4,000 mujeres americanas son asesinadas por sus abusadores cada año.
- ◆ Hay muchas razones por las que las mujeres permanecen en relaciones abusivas, tales como: dependencia financiera, amenazas, sistemas de apoyo inadecuados, vergüenza, baja estima, presión de mantener a la familia unida, y amor.

## La Rueda del Poder y Del Control



Esta rueda muestra los diferentes tipos de comportamientos que los abusadores usan típicamente para controlar la relación. Se muestra la relación en su conjunto y cómo cada comportamiento es una parte importante en un modelo general para controlar a alguien.

\*Desarrollado por el Proyecto de Intervención de Abuso Doméstico, Duluth, Minnesota

## ¡La Violencia Doméstica es contra la ley!

**Cargos Criminales:** Si eres asaltada, violada, acosada, u hostigada, tienes el derecho de presentar cargos criminales contra la persona que abusó de ti... aún si se trata de tu pareja.

**Orden de Protección Contra el Abuso, en inglés: Protection From Abuse Orders (PFAs):** Las PFAs son órdenes civiles de restricción que proveen protección para aquellas personas que son físicamente amenazadas y/o abusadas por sus parejas íntimas actuales ó anteriores, ó por miembros de su familia. Solicitar una PFA es un proceso separado del de presentar cargos criminales contra alguien.

Por lo general, las PFAs ordenan que el abusador no abuse o contacte al solicitante. Una orden también puede incluir algunos ó todos de los siguientes elementos:

- ◆ desalojar al agresor de la residencia de la familia;
- ◆ conceder la custodia temporal del niño(a)(os) con el solicitante;
- ◆ concesión de apoyo financiero para la solicitante y/o hijos menores de edad;
- ◆ ordenar al abusador a renunciar a las armas utilizadas ó a aquellas que haya amenazado usar en contra de la solicitante;
- ◆ ordenar al abusador que le pague al solicitante los gastos que se deriven del abuso.

La violación de la PFA puede resultar en hasta 6 meses de cárcel y/o una multa de no menos de \$100 y no más de \$1000.

*No hay que pagar al presentar la PFA.  
La PFA puede ser válida por un máximo de 18 meses.*