

Lista lo que usted necesita llevarse cuando deje a su pareja

Identificación:

- Licencia de manejar
- Certificado de nacimiento
- Certificados de nacimiento de los niños
- Tarjetas de Seguro Social

Económico:

- Dinero o tarjetas de crédito (en su nombre)
- Talonario de cheques y/o libreta de ahorros

Papeles legales:

- Orden de Protección
- Contrato de arrendamiento/propiedad de la casa
- Papeles de registración y aseguración de su auto
- Papeles de aseguración de salud y vida
- Archivos de historial médico
- Registros de la escuela (para usted y los niños)
- Permisos para trabajar / tarjeta verde / Visa
- Pasaporte
- Documentos de divorcio / papeles de custodia de los niños
- Licencia de matrimonio

Otros objetos:

- Medicinas
- Fotos y cosas sentimentales
- Llaves de la casa / del auto
- Cambio de ropa para usted y los niños
- Joyas
- Libro de direcciones
- Otras cosas

RECURSOS Y REFERENTES DE LA COMUNIDAD

ALBERGUES DE EMERGENCIA
30 DÍAS DE CASA SEGURA

GRUPOS DE APOYO PARA SOBREVIVIENTES DE RELACIONES DE ABUSO:

Llamar para registrarse: **(707) 443-6042**
¡Incluye cuidados terapéuticos gratis para niños!

Disponible solo por reservación—por favor llamar:

(707) 444-9255

SERVICIOS PARA NIÑOS

COMIDA, ROPA Y TRANSPORTE DE EMERGENCIA

ALCOHOL Y OTRAS DROGAS

Asistencia para ordenes de restricción;
Acompañamiento y defensa judicial

OTROS RECURSOS DE LA COMUNIDAD:

Centro de Asistencia para Víctimas

La oficina del Fiscal de Distrito del Condado de Humboldt

(707) 445-7417

Servicios Legales del Norte de California

(707) 445-0866

Equipo de Crisis para Violaciones Físicas en la Costa

Norte de California

(707) 443-2737

Violencia Doméstica Plan de Seguridad Personal

¡Usted tiene el derecho de estar segura!



Servicios de Violencia Doméstica del Condado de Humboldt

Servicios Confidenciales de Emergencia de Violencia Doméstica

Programas de Apoyo para Mujeres, Hombres, y Niños

24-Horas la Línea de Ayuda:

(707) 443-6042

Libre de tarifa: 1-866-668-6543

Horas de Oficina: (707) 444-9255

De Lunes a Viernes 9am a 5pm

www.hdvs.org

Usted tiene el derecho a ser segura

Aquí hay algunas sugerencias que han ayudado a otras personas en situaciones como la suya.

Su seguridad durante un incidente explosivo

- A. Si hay un argumento trate de estar en un sitio que tenga salida y no en un baño, una cocina o en ningún sitio donde hay armas.
- B. Practique cómo salir de su casa con seguridad. Identifique qué puertas, ventanas o escaleras serían las mejores.
- C. Tenga una maleta preparada y manténgala en casa de un familiar o amistad.
- D. Identifique a uno o más vecinos que pueda usted decirles de la violencia y pídale que llamen a la policía si oyen disturbios que vienen de su hogar.
- E. Tenga una clave para usar con sus niños, familia, amigos o vecinos para darles a entender que necesita que llamen a la policía.
- F. Decida y planeé adónde se irá si tiene que dejar su hogar
- G. Use sus propios instintos y su juicio. Si la situación es muy peligrosa, considere darle al abusador lo que quiera para calmarlo.

El momento más peligroso al separarse de su agresor

Su seguridad cuando esta preparándose a dejar su pareja

- A. Abra un cuenta de banco de cheques o de ahorros bajo su propio nombre.
- B. Deje dinero, un juego de llaves adicional, copias de documentos importantes, medicinas, y ropa adicional con alguien de confianza.
- C. Mantenga un casilla postal.
- D. Determine quién podrá dejarla quedarse con ellos o prestarle dinero.
- E. Siempre mantenga el número del refugio cerca y tenga cambio o una tarjeta de la compañía de teléfono para poder hacer llamadas de emergencia.
- F. Si tiene animales domésticos, haga arreglos para dejarlos en un lugar seguro y con una persona de confianza.

La seguridad con una orden de protección

- A. Si usted o sus hijos han sido amenazados usted puede solicitar una Orden de Protección de la Oficina del Procurador del Distrito o Condado (District/County Attorney).
- B. Siempre mantenga la Orden de Protección en su posesión.
- C. Llame a la policía si su compañero viola la Orden de Protección.
- D. Avisele a su familia, amistades, y a sus vecinos que usted tiene una Orden de Protección en efecto.
- E. Piense en alternativas para poder estar segura si la policía no responde inmediatamente.

Ser seguridad en su hogar



- A. Si se queda en su hogar, asegure las ventanas y cambie las cerraduras de las puertas de su casa lo más pronto posible.
- B. Mantenga y discuta un plan de seguridad con sus hijos para cuando usted no este con ellos.
- C. Informe a la escuela, la guardería, o la persona que cuida a sus hijos sobre quien tiene autorización para recogerlos.
- D. Informe a sus vecinos y al propietario de su casa que su compañero ya no vive con usted y que deben llamar a la policía si lo ven cerca de su hogar.
- E. Nunca llame al agresor de su hogar porque el agresor podrá descubrir donde vivió. Nunca le diga al agresor donde vive.
- F. Pida a la compañía de teléfono, un numero de teléfono que sea totalmente privado y que no sea publicado.

Su seguridad en el trabajo y en el publico

- A. Decida a quiénes en su trabajo usted les informará de su situación. Incluya a los oficiales de seguridad del edificio donde usted trabaja (si es posible, deles una foto de su agresor).
- B. Pídale a alguien que tome sus llamadas de teléfono.
- C. Pídale a alguien que camine con usted al ir y venir de su auto, del omnibus o tren.
- D. Use una variedad de rutas para ir y venir de su hogar.

Siempre recuerde: Usted no merece ser golpeada o amenazada