



OJO: Por favor no imprimas esta hoja si te puede poner en peligro o si puede poner en peligro a un ser querido

PLAN DE SEGURIDAD



SI TU VIDA ESTA EN PELIGRO, NECESITAS TENER UN PLAN.

Si estás intentando salir de una relación abusiva o estás en peligro inmediato, tener un plan de seguridad puede hacer toda la diferencia en el mundo.

APRENDE COMO SALIR DE UNA SITUACION ABUSIVA CUANDO TU VIDA ESTA EN PELIGRO.

La planificación de un plan de seguridad cuando estás en una relación abusiva es un paso importante y necesario. Un plan de seguridad puede ayudarte cuando todavía estás en la relación y estás tratando de manejar la situación, o después de haber salido de ella y aún temes a tu abusador. Tú seguridad es de suma importancia y se debe tener en mente en todo momento.

Relaciones abusivas afectan a personas de todas las edades. Incluso desde una edad temprana, es importante saber qué hacer para mantenerse seguro y saber cómo salir de situaciones abusivas si tu vida está en peligro.

DURANTE UN INCIDENTE EXPLOSIVO

Si estás en una situación donde tu vida está en peligro inmediato, llama al 911.

- Si hay un argumento, trata de estar en un lugar que tenga una salida de escape y aléjate de lugares o cuartos donde puedan haber armas de fuego como cocinas, baños y otras habitaciones.
- Practica de salir de tu casa con seguridad previamente para que puedas identificar cual salidas puedes utilizar.
- Ten una maleta lista en casa de un pariente o amigo.
- Identifica a uno o más vecinos que puedan llamar a la policía si hay un disturbio en tu casa.
- Elabora un código de palabra o señal (por ejemplo, encender una luz en particular) para usar con tus niños, familia, amigos y vecinos cuando necesites que ellos **llamen al 911** para buscar ayuda de la policía.

TERMINANDO UNA RELACION

Dejar una relación abusiva es una de las cosas más valientes que puedes hacer para ti.

- Abre una cuenta de ahorros y un buzón de correo bajo tu propio nombre.
- Deja dinero, un juego de llaves, copias de documentos importantes, una muda de ropa y medicinas en un lugar seguro o con alguien en quien confías.
- Identifica un lugar seguro donde tú y tus hijos puedan ir, o alguien que te pueda prestar dinero.
- Mantén el número de línea telefónica de Génesis Women's Shelter, disponible las 24 horas al día 214.946.HELP (4357) y un cambio o una tarjeta telefónica contigo para llamadas de emergencia.

...Continúa en la página 2



OJO: Por favor no imprimas esta hoja si te puede poner en peligro o si puede poner en peligro a un ser querido

EN EL HOGAR

Tu hogar debe ser el lugar más seguro del mundo para ti. Una vez que salgas de una situación abusiva, tu necesitas estar segura con tus hijos.

- Si te quedas en tu casa, cierra las ventanas y cambia las cerraduras de las puertas tan pronto como sea posible.
- Desarrolla un plan de seguridad con tus hijos en caso tal que no estés con ellos.
- Informa a tus vecinos y al propietario de tu residencia que tu pareja ya no vive contigo y pídeles que llamen a la policía si lo ven cerca de tu casa.
- Nunca llames al abusador desde tu hogar; el puede encontrar donde vives.
- Nunca le digas al abusador donde vives.
- Solicita un número de teléfono no registrado/publicado por la empresa telefónica.

EN LUGARES PUBLICOS

Incluso después de salir de una relación, tu necesitas tomar precauciones para mantenerte segura en el trabajo, entre amigos o familiares, o en cualquier otro lugar que tu abusador te pueda encontrar.

- Identifica a personas en el trabajo en las que puedas confiar para hablar sobre tu situación.
- Informa a la oficina de seguridad y proporcionarles una foto de tu abusador, en el caso que te llegue a acosar en el trabajo.
- Cuando estés en el trabajo, pídele a alguien que responda tus llamadas telefónicas, si es posible.
- Busca que alguien te acompañe a tu carro, autobús o el tren antes y después del trabajo, si alguna vez te sientes amenazada.
- Trata de usar diferentes rutas para ir y venir a casa.
- No publiques tus actividades en las redes sociales o en cualquier lugar que tu abusador pueda ser capaz de verlo.

Si estás en una relación abusiva, por favor llama a nuestra línea de crisis de 24 horas al

214.946.HELP (4357).

Uno de nuestros consejeros puede ayudarte a crear un plan de seguridad personalizado para tus necesidades. Todos nuestros servicios son gratis y confidenciales.



www.genesisshelter.org



LISTA DE SEGURIDAD

Si tú estás pensando en dejar una relación abusiva, necesitas planificar con anticipación en como guardar los siguientes artículos en un lugar seguro y accesible, pero recuerda que tu seguridad es primordial. Todos estos artículos pueden sustituirse si tienes que dejarlos para poder salir de forma segura.

□ IDENTIFICACION

- Licencia de conducir
- Certificado de nacimiento (tuyo y de tus hijos)
- Tarjetas de Seguro Social

□ FINANCIAS

- Dinero
- Tarjetas de crédito (sólo si están a su nombre)
- Información y libros de cuentas de ahorros

□ DOCUMENTOS LEGALES

- Orden de protección
- Contratos de arrendamiento o de alquiler, y/o escritura de casa
- Seguro y registro de carro
- Documentos de seguro de salud y seguro de vida
- Registros médicos tuyos y de tus hijos
- Registros escolares
- Permisos de trabajo
- Tarjeta de residencia Estadounidense, visa, y/o pasaporte
- Documentos del divorcio y de custodia
- Licencia de matrimonio

□ OBJETOS DE VALOR

- Joyas
- Libreta de direcciones
- Fotos
- Recuerdos

□ OTROS

- Medicamentos
- Llaves de la casa y carro
- Cambio de ropa para ti y tus hijos