



PLAN DE SEGURIDAD

Dejar una relación abusiva es el tiempo más peligroso para el sobreviviente. Tome en serio todas las amenazas de daño y tome todas las precauciones si y cuando usted este dejando o terminando con la relación.

Cuando se prepara para irse:

- ❖ Guarde y esconda dinero. Si es posible, abra una cuenta de cheques o ahorros bajo su nombre.
- ❖ Deje suministros de emergencia – dinero, un juego extra de llaves de su casa o auto, copias de documentos importantes, y ropa adicional. Deje todo en un lugar confiado o con un amigo de familia
- ❖ Envíe su correspondencia a otro lugar. Consiga su propio apartado postal si es posible.
- ❖ Identifique un lugar seguro donde pueda ir – con familia, un amigo, o un albergue – y busque a alguien que le pueda prestar dinero.
- ❖ Deshágase de todas las armas en el hogar.
- ❖ Si tiene mascotas, haga preparativos para llevarlas a un lugar seguro en donde puedan ser atendidas.
- ❖ **NO** vaya a consejería de pareja.
- ❖ Construya un sistema de apoyo con amigos, familia, y/o miembros de su iglesia.
- ❖ Póngase en contacto con una agencia local de violencia domestica para ayuda con asesoramiento, información y apoyo.
- ❖ Siempre mantenga el número de teléfono de un albergue y un poco de dinero en efectivo o una tarjeta de llamadas con usted en caso de que tenga que hacer una llamada de emergencia.

Durante un Incidente Violento:

- ❖ Evite ser arrinconado/a en una habitación o un cuarto sin salidas.
- ❖ Evite entrar a un baño, cocina, u otra área que pueda contener armas (cuchillos, vidrio, pistolas).
- ❖ Conozca las rutas de escape de su casa – las puertas, ventanas, elevadores, y escaleras.
- ❖ Establezca un código/señal o palabra de alerta para avisar a sus hijos, familia, amigos, y vecinos que le hablen a la policía en caso de emergencia o peligro.
- ❖ Utilice su instinto y buen juicio. En una situación peligrosa, cumpla con las demandas del abusador para calmarlo,

En Su Hogar/Apartamento:

- ❖ En su casa, cierre las puertas con llave y cierre las ventanas y cambie las cerraduras.
- ❖ Nunca le diga a el abusador donde vives.
- ❖ Pide a la compañía de teléfono un numero anónimo o un numero que no está publicado.
- ❖ Desarrolla un plan de escape con sus hijos. Ser honesta con ellos y avísales de que está pasando y que ellos no son responsables por el abuso ni el abusador.

Cuando Tienes Hijos con el Abusador:

- ❖ Investiga las opciones legales para mantener seguridad en los arreglos de la custodia y visitas, incluyendo seguro intercambios y visitas supervisadas o restringidos.

- ❖ Avísale a la escuela de los niños sobre el arreglo de custodia, y proveer una copia del orden de protección y el orden de custodia.
- ❖ Solicite consejería para sus hijos.
- ❖ Póngase en contacto con Children's Passport Issuance Alert Program con el departamento de estado a 888-407-4747 y pide que te notifiquen si alguien empezó una aplicación de pasaporte para su hijo(s).

Con Tecnología:

- ❖ Abre una nueva cuenta de correo electrónico.
- ❖ No utilice la computadora en su casa. Vaya a una biblioteca pública, un centre de comunidad, o un café de internet.
- ❖ Cambie todas las contraseñas y números de PIN. Elija nuevas contraseñas que no son fáciles de adivinar; nunca elija los iniciales ni las fechas de cumpleaños de tus hijos ni los suyos.
- ❖ Si es posible, no utilice aparatos electrónicos como un auto o teléfono móvil que tiene capacidades de GPS. Pueden usados para rastrear su ubicación.
- ❖ No visite sitios de internet como MySpace y Facebook porque eso también puede ser una manera para rastrear su ubicación.

En El Trabajo y en Público:

- ❖ Avísale a alguien en el trabajo de la situación, incluyendo a los Oficiales de Seguridad y da les una foto del abusador.
- ❖ Si es posible, pide que alguien conteste las llamadas de teléfono por ti.
- ❖ Pide que alguien de acompañe a su automóvil o autobús.
- ❖ Cambia su ruta a casa.

Lista de lo que usted va a tener que llevar contigo cuando se vaya:

Identificación

- Licencia de conducir, ID emitido por el estado, Consular ID, ID alumno o tarjeta de residencia
- Acta de nacimiento (suyo y de sus hijos)
- Tarjeta de seguro social

Finanzas

- Dinero y/o tarjeta de crédito/debito (que está a su nombre)
- Cuentas de ahorro y cheques (nombre del banco, dirección, y número de cuenta)

Documentos Legales

- Pasaporte de usted y de los niños
- Permiso de trabajo/Visa
- Orden protección
- Documentos de divorcio/orden de custodia
- Numero de caso de policía
- Acta de matrimonio
- Registro y seguro de auto
- Arrendamiento de renta o documentos de la casa
- Seguros de vida y seguro médico
- Registro de la escuela
- Registro médico de usted y de los niños
- Carta de TANF, Medicaid, o Estampías de comida

Otros

- Medicamentos/prescripciones escritas
- Llaves de la casa y/o el auto.
- Fotos que fueron tomadas recientemente de usted y de los niños
- Cosas con valor sentimental
- Juguetes de niños y/o libros
- Libro de direcciones

Su Lista de Contactos de Emergencia:

| | |
|--|---------------------------------|
| Policía/Sheriff—Emergencias | 911 |
| National Domestic Violence Hotline | 800-799-7233 o TDD 800-787-3224 |
| Texas Women’s Advocacy Project Hotline | 800-777-3247 |
| Departamento de policía más cercana | _____ |
| Unidad de Violencia Familiar | _____ |
| Oficina del Fiscal del Distrito División de Ordenes de Protección | 713-755-5800 |
| Houston Area Women’s Center | 713-528-2121 |
| Nombre y número de la asesora de AVDA | _____ |