

Llamos si necesita ayuda

Centro de crisis familiar

Condados Inc. de Walker, Dade, Catoosa, & Chatooga

PLACE
STAMP
HERE



PO Box 252
LaFayette, GA 30728

706-375-7180
1-800-334-2836
Fax 706-375-7177

www.fccwdcc.org

Servicios incluyen:

- Refugio de emergencia
- Teléfono de crisis 24 horas
- Promoción jurídica
- Servicios de divulgación
- Promoción
- Educación preventiva
- Educación comunal

Family Crisis Center

PO Box 252 • LaFayette, GA 30728

Plan de seguridad



Governor's Office for
Children and Families



CFC # 49967

Planeando la seguridad

Su seguridad es lo más importante y planear por su seguridad es un paso necesario e importante cuando usted se encuentra en una relación abusiva. Planeando su seguridad debe ser específica a su situación y sus requisitos. Al siguiente hay sugerencias para comenzar a ayudarlo.

Seguridad personal mientras se encuentra en una relación abusiva

- Tratar de tener un teléfono accesible en todo momento. Considere ocultar un teléfono pagado por adelantado para usar en caso de emergencias.
- Establezca un código con sus niños, amigos, familia, y vecinos para comunicarles en caso que necesite ayuda.
- Haga un letrero para los vecinos confiables para comunicarles que usted está en necesidad de ayuda.
- Si armas se mantienen en su casa, considere una manera de ocultarlas o eliminarlas de la casa para evitar el peligro de su seguridad. Mantenga las armas lo más inaccesible posible.
- Identifique las áreas de su casa que tengan una ruta de escape (puertas de salida, ventanas) y que estén libres de posibles armas. Intente dirigir disputas en estas áreas para su seguridad personal.
- Si la violencia no se puede evitar, intente a doblarse en una bola cubriéndose la cabeza y la cara con sus brazos.
- Enseñe a sus niños cómo llamar al 911 en caso de emergencia.
- Haga el hábito de retroceder su coche en la calzada. Intente siempre de tener el tanque lleno con gasolina. Mantenga la puerta del conductor sin llave y bloquee todas las puertas traseras, haga una copia de la llave del coche y escóndala en el coche de manera que se pueda alcanzar rápidamente.
- Evite el uso de los pañuelos o collares largos que se puedan utilizar para estrangularte.

Preparaciones para dejar a su abusador

Junte cosas importantes:

- Certificado de nacimiento
- Certificado de matrimonio
- Identificación y tarjetas de seguridad social
- Llaves
- Registros médicos de la escuela
- Dinero
- Medicamentos
- Información de seguro
- Orden de protección, papeles de divorcio, ordenes de custodia
- Pasaportes, tarjetas verdes, licencia de trabajo
- Registro del automóvil
- Cosas personales juguetes, fotos, frazadas, joyas, etc.
- Teléfonos celulares pueden contener dispositivos de localización GPS. Si es posible, compre un teléfono nuevo para usted y deje su teléfono viejo atrás.
- No trate de actuar diferentemente lo que pueda alertar a su abusador de su plan.
- Trate de ahorrar dinero si es posible. Un amigo de confianza o de la familia puede abrir una cuenta en su nombre.
- Mantenga una lista de números de teléfono importantes.
- Tenga un bolso empacado y listo. Manténgalo oculto.
- Sepa donde usted pueda ir por ayuda. Refugios de violencia doméstica, amigos, familia, etc.
- Planee la hora mejor donde pueda salir y llevar a los niños con usted.
- Recuerde que usted debe protegerse y a su niños. Hay veces cuando es mejor dejar a los niños para mantener su seguridad y las de ellos.

Seguridad personal después de dejar a su abusador

- Obtenga una orden de protección, haga varias copias y mantenga una copia con usted en su auto, en el trabajo, y en su casa todo el tiempo. Alerta a la policía inmediatamente si la orden es violada.
- Obtenga un teléfono celular y manténgalo con usted.
- Cambie sus hábitos de viaje regulares y rutas al trabajo escuela, casa, etc.
- Informe a sus amigos y su familia de su situación y cómo ellos puedan mantener su seguridad (monitoree llamados, evite dar su información u horario de llamadas, etc.)
- Considere el alquiler de una casilla de correos en vez de usar su dirección.
- Tenga cuidado con quien usted comparte información personal tal como números de teléfonos y direcciones.
- Alerta a los oficiales de la escuela de su situación para proteger a su niños.
- Reprograme todas las citas que su abusador sabe.
- Use tiendas diferentes que sus tiendas regulares.

Si permanece en la casa y el abusador se va

- Cambie las cerraduras
- Instale luces de movimiento afuera
- Tenga identificador de llamadas instalado en su teléfono
- Dígale que tiene una orden de protección
- Informe a la policía de su situación, así ellos pueden patrullar por su casa periódicamente