

*Usted merece seguridad.*

*Usted merece ser amada (o).*

*Usted merece confianza.*

*Usted merece respeto.*

**Nadie merece ser abusada (o)**

**USTED NO ESTÁ SOLA**  
**!NO ES SU CULPA!**



**Servicios Para el Abuso de la Pareja Íntima:**

☎ Líneas de Crisis bilingües de 24 hrs.  
Sur del Condado de Santa Clara  
Condado de San Benito  
1 (877) 363-7238  
1 (877) END-SADV

- ☎ Refugio Seguro y Confidencial donde usted y sus hijos pueden permanecer hasta por 45 días
- ☎ Consejería individual, familiar y de grupo para adultos, adolescentes y niños
- ☎ Ayuda legal para obtener Ordenes de Restricción Temporales y asistencia legal en otras áreas
- ☎ Clases de educación preventiva

**Todos nuestros servicios son gratuitos y disponibles en Inglés y Español**



La misión de Community Solutions es crear oportunidades para cambios positivos, promoviendo y apoyando el potencial completo individual, la fortaleza familiar, y el bienestar de nuestra comunidad.

**Otros servicios ofrecidos incluyen:**

- Prevención e intervención en crisis de violación
- Consejería, tratamiento y cuidado residencial en casos de salud mental
- Apoyo en casa para padres sobrecargados
- Prevención e intervención de drogas y alcohol
- Programas ordenados por la corte



Creating Opportunities • Changing Lives

**Servicios para el Abuso de Pareja Íntima**

*Creando Oportunidades para Cambios Positivos*



**Líneas De Crisis De 24 Horas**

Sur del Condado de Santa Clara  
Condado de San Benito  
**1 (877) 363-7238**  
**1 (877) END-SADV**



Una Agencia de United Way

## La Realidad Del Abuso de La Pareja Íntima

La realidad es que, el abuso de la pareja íntima tiene alcance en las vidas de toda clase de personas. Cualquier puede ser abusado, sin importar sexo, religión, edad, raza, orientación sexual, estado socioeconómico o capacidad física. La verdad es que, nadie merece ser abusado(a).

### Su Compañero(a):

- ⊗ ¿Le atemoriza con su temperamento?
  - ⊗ ¿Le critica frecuentemente por cosas cotidianas como cocinar, la ropa que usted se pone o, su apariencia?
  - ⊗ ¿Le pega, patear, empuja o lastima físicamente de cualquier forma?
  - ⊗ ¿Le fuerza o presiona a tener sexo?
  - ⊗ ¿Le restringe el dinero u otros recursos financieros?
  - ⊗ ¿Le menosprecia públicamente o no le permite ver a su familia y amistades?
  - ⊗ ¿Le amenaza con quitarle a sus hijos, reportarle a inmigración o revelar sus preferencias sexuales públicamente?
- Si usted contestó sí a cualquiera de estas preguntas, puede que su pareja sea abusiva. Existen diferentes tipos de abuso y, el abuso emocional puede ser tan dañino como el abuso físico. Si usted ha sido abusada, no es su culpa.

## USTED NO ESTA SOLA FINO ES SU CULPA!

El maltrato físico es la causa más grande de perjuicio a mujeres en los Estados Unidos y es el crimen mas extendido en California.

## Usted Tiene Opciones Nosotros Podemos Ayudarle

Para las víctimas en una relación abusiva, la decisión de dejar a su pareja o intentar de mejorar la relación puede ser un gran reto. Factores como el miedo, el amor, los hijos, la falta de recursos y las presiones familiares suelen complicar esta decisión. Nosotros estamos aquí para apoyar sus decisiones y para ayudarle.

### ⊗ Líneas de Crisis bilingües las 24 horas:

El personal de las líneas de crisis puede ayudarle a explorar sus opciones y elaborar un plan que le ayude a incrementar su seguridad.

Sur del Condado de Santa Clara  
Condado de San Benito  
**1 (877) 363-7238**  
**1 (877) END-SADV**

### ⊗ Hogar Seguro y Confidencial

La Isla Pacífica es un refugio de emergencia seguro para mujeres y niños escapando de relaciones abusivas. Los residentes reciben vivienda y asistencia para empleo, comida y ropa, planificación de seguridad individualizada, y educación sobre varios temas de la vida cotidiana.

### ⊗ Servicios Legales

Nuestro consejero legal puede asistirle a obtener una Orden de Restricción Temporal, un documento legal cuyo propósito es aumentar su seguridad. Incluso, el consejero puede acompañarla a la corte, proveerle información acerca de sus derechos y facilitarle referencias de otras fuentes de servicios legales.

### ⊗ Servicios de Consejería

Los servicios de consejería, al igual que los grupos de apoyo, están disponibles para cualquier adulto, adolescente o niño afectado por la violencia doméstica.

## Planeando Su Seguridad:

Si usted está en una relación abusiva, puede correr peligro. Las siguientes son algunas sugerencias que pueden ayudarle a incrementar la seguridad de usted y sus hijos.

### Cuando desarrolle un plan de escape:

- Conozca todas las salidas de su casa.
- Designe una hora segura para irse.
- Mantenga un juego de llaves de la casa y del coche en un lugar seguro.
- Mantenga una maleta lista en un lugar seguro con los siguientes artículos:
  - o Un cambio de ropa para usted y sus hijos.
  - o Documentos importantes y números de teléfono.
  - o Dinero en efectivo.
  - o Medicinas, lentes, un juguete favorito, etcétera.

### Si usted elige quedarse:

- Esté preparada para llamar al 911 y enseñe a sus hijos como hacerlo.
- Durante un episodio violento, intente mantenerse fuera de la cocina, baño y cochera.
- Alerta a un vecino o persona de confianza sobre el abuso y póngase de acuerdo para hacerle señas cuando necesite ayuda.
- Prepare un plan de escape de antemano que incluya un sitio dónde puede ir si necesita marcharse apresuradamente, cómo llegará y qué debe llevar consigo.

### Otras cosas que puede hacer para mantenerse segura:

- Considere obtener una orden de restricción.
- Cambie las cerraduras de su casa.
- Asegúrese de que las ventanas puedan ser cerradas.
- Instale un sistema de alarma.
- Comente lo que está pasando con sus vecinos.

**Líneas de Crisis 24 Horas**  
**1 (877) 363-7238**  
**1 (877) END-SADV**