

IPV Safety Planning 2

Línea Nacional de Violencia Doméstica (**National Domestic Violence Hotline**)

Este plan contiene sugerencias para la seguridad. Después de estas sugerencias es no una garantía de seguridad, pero su aplicación a su propia situación podría mejorar su nivel de seguridad en un relación abusiva. Usted puede ser capaz de completar un plan de seguridad más detallada y específica con un defensor de violencia doméstica local.

Seguridad Mientras que en una relación abusiva (**Safety while in an abusive relationship**)

- Si las armas se mantienen en su casa, trate de ocultar armas de fuego, municiones, cuchillos y cualquier otro armas, a menos que ocultar las armas se ponga en peligro su seguridad. Si esto no es posible, tratar de hacerlos inaccesibles.

- Piense en su casa, identificar las áreas que son más fácil de escapar de, y son

libre de armas potenciales. Trate de mover a esas zonas durante una discusión. evitar

ir a habitaciones como la cocina donde hay cuchillos y otras armas potenciales

y el cuarto de baño que tiene superficies duras y muy probablemente no tiene una segunda salida.

- Trate de tener un teléfono accesible en todo momento. Considere la posibilidad de ocultar un teléfono celular prepagado para utilizar en caso de emergencia.

- Crear una palabra código con amigos y familiares con el fin de comunicar a los que os necesitar ayuda.

- Si un incidente abusivo parece inminente, confía en tu juicio. A veces, lo mejor es deja, a veces es mejor aplacar al abusador.

- Haga un hábito de respaldar su coche en el camino de entrada. Trate de tener siempre un poco de gas.

Mantenga la puerta del conductor abierta y asegure todas las otras puertas. Tener una copia de la llave del coche hecho y ocultar uno en el coche.

- Si no puede salir, no es posible:

- o Trate de pasar a zonas seguras de su hogar.

- o Hazte físicamente más pequeños doblando en una bola y la cobertura de su cabeza y la cara con las manos.

Seguridad Mientras preparativos para salir de una relación abusiva (**Safety while preparing to leave an abusive relationship**)

- Tenga en cuenta que los teléfonos celulares pueden contener dispositivos de localización GPS. Si es posible, plane obtener un teléfono nuevo y nuevo plan de servicio cuando salga, y dejar el original teléfono detrás.

- Sepa que dejar una relación abusiva puede ser el momento más peligroso para usted.

- Trate de ahorrar dinero, incluso en pequeñas cantidades. Enciendan sus propios ahorros o de cheques cuenta. Utilice la dirección de un amigo o familiar de confianza al configurar el cuenta.

- Mantenga una lista escrita de los números de teléfono importantes con usted.

- Tenga una maleta preparada. Mantenerlo oculto en su casa o salir de la bolsa con amigos, familia, o en el trabajo, si es posible.

- Los artículos y documentos a seguir:

- o Los certificados de nacimiento y matrimonio

- o Identificación y Tarjetas de Seguro Social

- o Los Cayos

- o Escuela y Registros Médicos

- o Pasaportes, tarjetas de residencia, permisos de trabajo

- o la orden de protección, papeles de divorcio, órdenes de custodia

- o Los papeles bancarios y tarjetas de crédito

- o Medicina

- Hable con su agencia local de violencia doméstica para averiguar acerca de la ayuda que puede ser capaz

para ofrecer. En caso de emergencia, llame al 911 primero.

Después de salir de una relación abusiva (**after leaving an abusive relationship**)

- Si usted tiene una orden de protección, siempre lleve una copia con usted. Hacer y mantener copias para el trabajo, su coche y su casa. Llame a la policía y en el documento cuando el protector fin se rompe.

- Considere dejar sus amigos, vecinos y compañeros de trabajo sepan acerca de su situación y cómo que pueden ayudarle a mantenerse a salvo.

- Trate de llevar un teléfono celular con usted, y programarlo para que llame al 911.

- Cambie sus hábitos de viaje regulares. Trate de no frecuentar las mismas tiendas o negocios lo hizo cuando con su abusador.

- Si usted está en movimiento:

- o Considere hablar con su programa de alojamiento local acerca de un refugio temporal o otros servicios que podrían proporcionar.

- o Si necesita ocultar su nueva ubicación, considere una confidencialidad dirección programa.

- Si va a permanecer en su hogar:

- o Considerar cambiar las cerraduras o instalar puertas más fuertes.

- o Si es necesario el intercambio de los niños, organizar un lugar seguro y neutral que hacer el intercambio.

- o Si su abusador viene a su casa, usted no tiene que dejar que pulg Mantenga el puertas cerradas y bloqueadas, y llaman a la policía.

Seguridad y Tecnología (**Safety and Technology**)

- Sepa que su actividad de la computadora se puede supervisar o comprobar sin su conocimiento. No es posible borrar o desactivar todas las "huellas" de su ordenador o actividades en línea. Si usted está siendo monitoreado, puede ser peligroso para cambiar sus comportamientos informáticos como eliminar de repente todo el historial de Internet si eso no es su hábito regular.

- Si usted cree que puede ser monitoreado en su ordenador personal, tenga cuidado de cómo utiliza su equipo ya que un abusador puede sospechar. Es posible que desee seguir usando el equipo supervisado para actividades no personales, como buscar el clima o leer las noticias. Use una computadora más segura para un plan de escape, buscar nuevos empleos o apartamentos, billetes de autobús, o piden ayuda.

- Considere abrir una cuenta de correo electrónico gratuito que su abusador no sabe nada. sólo

comprobarlo desde ordenadores públicos o de otro modo seguro (bibliotecas, escuelas, una casa de amigos).

- Si utiliza un teléfono celular, tenga en cuenta que incluso las llamadas que son libres de cargos probable aparecerá en su factura de teléfono. Si usted está en un plan común o acceder a su cuenta de teléfono en línea, otros pueden tener acceso a ella. Considere la posibilidad de hacer llamadas a los refugios, abogados, u otros servicios confidenciales desde un teléfono público o teléfono celular de prepago.

- Llame a su programa local de violencia doméstica y preguntarles acerca de teléfono celular gratis programas. Por lo general, estos teléfonos le permitirá marcar el 911.

Por favor, llame a la línea directa de 24 horas Nacional de Violencia Doméstica al 1-800-799-SAFE (7233) o TTY 1-800-787-3224 para discutir sus preocupaciones y preguntas.