

LLAME A SU REFUGIO LOCAL PARA HABLAR DE SU OPCIONES DE VIVIENDAS

COMUNICASE CON UN TRABAJADOR SOCIAL PARA ESTABLECER UN PLAN DE SEGURIDAD PERSONALIZADA

OBTENGA APOYO DE SU FAMILIA Y AMIGOS

UTILIZA LA CORTE DE FAMILIA OR CRIMINAL PARA OBTENER UN ORDEN DE PROTECCION

HAGA SU SEGURIDAD Y EL DE SU HIJOS SU PRIMER PRIORIDAD

## Recursos

**24-Hour Domestic Violence Hotlines for Erie County-**

**862-HELP(4357)  
(refugio) 884-6000**

Línea de Emergencia de Violencia Domestica y Sexual de NYS

1-800-942-6906

Español 1-800-942-6908

TTY 1-800-818-0656

Child Advocacy Center 886-5437

Family Justice Center of Erie County 558-7233

Hispanos Unidos de Buffalo 856-7110

VINE - Registrarse para notificación de la liberación del acusado

1-888-846-3469

[www.vinelink.com](http://www.vinelink.com)

Línea del Abuso de Niños para NYS

1-800-342-3720



"Este proyecto fue apoyado por la Beca No. 2006 X0318-NY-WE otorgado por la Oficina de Beca para la Violencia contra la Mujeres. Los puntos de vista en este documento son las del autor y no representan necesariamente la posición oficial o las políticas del Departamento de Justicia de EE.UU. "

## PLANEANDO PARA SU SEGURIDAD



**PROGRAMA B.E. S.A.F.E.**  
OFICINA DEL FISCAL DEL CONDADO  
DE ERIE

50 Delaware Ave., Piso 4

25 Delaware Ave., Piso 6

(716) 858-4630

ESTE SEGURO— Porque nadie tenia el derecho de herirte.

### SI USTED TODAVIA ESTA EN LA RELACION-

- Esté pendiente de señales de que el abuso de su pareja puede estar escalando.
- Mantenga una lista de personas en que usted confía para llamar en caso de emergencia.
- Planea vías de evacuación si ocurre un argumento, evitando el baño (no tiene salida) y cocinas (armas).
- Enseñe a su familia / amigos una palabra clave o señal para usar en caso de emergencia.
- Trate de tener un teléfono accesible en todo momento. Considere la posibilidad de esconder un teléfono celular prepago en un lugar seguro.
- Haga un hábito de estacionar su carro de frente para un escape rápido.
- Haga copias extra de llaves de el carro y la casa- escondelo en un lugar seguro y accesible.
- Establece una cuenta bancaria separada o guarde dinero donde su pareja no tiene acceso.
- Mantenga una lista de números importante con usted.
- Mantenga una pequeña bolsa hecha y oculto con artículos de emergencia si tiene que salir de prisa:  
-ID, tarjetas de SS, certificados de nacimiento, la medicina, el dinero, Tarjetas de débito / crédito, llaves, documentos de la corte.
- CONFIA EN TI MISMO. A veces es necesario salir y otras veces usted puede sentir que puede calmar a su pareja.
- Llame a la policía si se siente amenazado o llame a su refugio local para discutir sus opciones.
- Entiende que dejar una relación abusiva puede ser peligroso y tenga un plan en su lugar.

### DESPUES QUE USTED ABANDONA LA RELACION-

- Añade o cambie las cerraduras de su casa.
- Cambie su número de teléfono, deja que las llamadas sean contestada por el correo de voz o miras el identificador de llamadas.
- Ponga 911 en su teléfono. Sea consciente de el GPS en los teléfonos y cómo se puede utilizar para encontrarte.
- Evite estar solo. Pida a alguien que se quede con usted o quedase en la casa de alguien temporalmente.
- Pide que alguien te lleve y te recoja del trabajo o la escuela.
- Cambie su rutina diaria y varía los tiempos / día de ir a ciertos lugares.
- Mantenga una lista de personas con que usted confía llamar en caso de emergencia y también números importantes.
- Mantenga un registro y documenta las fechas y horas de nuevos incidentes que sucedan con su pareja. Guarde todos los textos y mensajes de voz.
- Planea vías de evacuación en su casa / trabajo / escuela.
- Si usted tiene una Orden de Protección, mantenga una copia contigo en todo momento. Entregue una copia a su familia / amigos, estación de policía local, la escuela, su empleado, vecinos, dueño de su casa y la guardería o escuela de sus niños.
- Si su pareja sabe su número de seguro social, considere añadir un código protegido a sus cuentas de servicios utilidades, cuentas bancarias, teléfono y seguro para que sólo usted puede tener acceso.
- Considere la posibilidad de dejar de saber a su familia, amigos y vecinos sobre su situación en caso de que necesitan llamar al 911.
- Enseñe a los niños cómo llamar al 911.
- Mantenga una pequeña bolsa hecha y oculto con artículos importantes.
- Hable con los trabajadores sociales / refugio locales de la violencia domestica acerca de las opciones para su seguridad.

### PLAN DE SEGURIDAD PARA TECNOLOGÍA -

- Cuando estas llenando papeles de la corte y reportes de la policía, pida que su dirección / número de teléfono aparecerá como confidencial.
- Ser consciente de cómo las computadoras, correo electrónico, teléfonos y su forma de conducir puede ser monitoreada, especialmente si el abusador es inteligente con la tecnología.
- Utiliza una computadora seguro, no compartido con su abusador. Crea nueva cuentas de correo electrónico, utilizando el correo electrónico gratuito, basado en la web, que no tenga identificación de su nombre y información de la cuenta.
- Verifica la configuración del teléfono celular. Utilice el "bloqueo" característica en la pantalla principal y desactivar la configuración de localización/GPS..
- Cambie las contraseñas y números "PIN" en todas las cuentas- bancarias, Correo electrónico. Pregunte a los servicios públicos para crear contraseñas para protección adicional.
- Obtenga un buzón de correo privado y no dar su dirección real.
- Use un teléfono celular nuevo o donados y evite usar de un plan común que revela el registro de teléfono.
- Pregunte acerca de cómo su información es compartida y cómo se pueden proteger. Muchos gobiernos y tribunales están poniendo información en al Internet.
- Busca su nombre en el Internet de Google o de otro tipo con su nombre entre comillas: "Nombre completo". Verifica qué información aparece en la lista y pregunta sobre cómo quitarlo.