

Puede usted escoger el dejar o quedarse con un abusador. Usted escoge, solamente usted. Hemos proporcionada esta información, y tenemos mas información disponible, para ayudarle a escoger. Por favor llámenos durante las 24 horas del día, los 7 días de la semana al **(503) 399-7722**

Llamada gratis **1 (866) 399-7722**

## Identificando el Apoyo

Muchos golpeadores aíslan a sus víctimas geográfica y socialmente. Como resultado, muchas víctimas han perdido su sistema de apoyo. Desarrollar una red de apoyo puede ser de mucha ayuda cuando planea para su seguridad. Hay muchas personas y lugares a donde acudir para obtener ayuda.

- ✓ Algunos de estos son:
- ✓ Amigos
- ✓ Línea de Emergencia para Violencia Doméstica
- ✓ Familia
- ✓ Grupos de Apoyo para Mujeres
- ✓ Comunidades de Fe
- ✓ Consejeros
- ✓ Otros

Piense en las siguientes preguntas cuando pida apoyo:

¿Cómo me han ayudado estas personas en el pasado?

¿Qué tipo de ayuda puedo pedirles?

## Necesidades para Sobrevivir

Tiene usted:

- ✓ ¿Un lugar donde vivir o un lugar seguro a donde ir?  
Nosotros tenemos un refugio seguro
- ✓ ¿Dinero o manera de conseguirlo?  
Puede que sea usted elegible para una ayuda de emergencia de la oficina de AFS (Welfare)
- ✓ ¿Transporte o manera de irse?  
Podemos transportarla de un lugar público al refugio y tenemos disponibles boletos para el camión
- ✓ ¿Comida o manera de conseguirla?  
Usted podría ser elegible para estampillas de comida de emergencia del departamento de servicios humanos (Welfare) y también tenemos una lista de los lugares donde puede obtener una caja de comida
- ✓ ¿Si lo necesita, tiene usted cuidado de niños confiable y seguro?  
Usted podría ser elegible para cuidado de niños de emergencia a través de la Agencia de Acción en la Comunidad

## Opciones Legales

**Cargos Criminales**—Si ha sido lastimada físicamente, asaltada sexualmente, amenazada, o acosada, puede usted reportar el crimen a la policía. Esto puede llevar a que su abusador sea arrestado y que le entreguen una orden de que no se ponga más en contacto con usted

**Orden de Restricción**—Si el abuso ocurrió durante los últimos seis meses, puede usted solicitar una orden de la corte que ordene a su abusador a que se mantenga lejos de usted. También puede pedir custodia temporal de los niños y uso temporal exclusivo del hogar. En algunos casos no se permiten visitas o visitas limitadas de los niños. ¿Sabe usted donde conseguir una orden de restricción? ¿Sabe usted donde conseguir una protección contra acechancia?

**Servicios Legales**—Si su abusador la ha amenazado con quererle quitar sus niños o si necesita divorciarse, tal vez necesitara un abogado. ¿Sabe como puede conseguir consulta legales o como obtener un abogado?

Si necesita ayuda para contestar cualquiera de estas preguntas, vea los números en la última página aviso a llámenos al

**(503) 399-7722**

Llamada gratis **1(866) 399-7722**



• **Planeando  
Para Su  
Seguridad**

## Que Llevarse Si Se Va

Si tiene tiempo, puede que quiera llevarse los siguientes artículos:

- ✓ Identificación: Licencia de manejar, su tarjeta de seguro social y las de sus hijos, permiso para trabajar, tarjeta de residencia, pasaporte
- ✓ Dinero: Chequera, tarjetas de crédito, tarjetas para cambiar cheques
- ✓ Las llaves de su casa y su carro
- ✓ Medicinas
- ✓ Directorio personal
- ✓ Ropa

Los siguientes documentos se pueden reemplazar fácilmente:

- ✓ Actas de nacimiento (en la corte del condado)
- ✓ Orden de restricción, orden de acoso,
- ✓ papeles de divorcio, orden de custodia
- ✓ (también en la corte del condado)
- ✓ Papeles de aseguranza (en la oficina de su agente)
- ✓ Contrato de renta (en la oficina del propietario o arrendado)
- ✓ Registros médicos (en la oficina de su doctor)

Recuerde, no hay problema si se le olvida algo que necesita. Es posible que su sistema de apoyo pueda ayudarle a reemplazar las cosas que necesite. También puede llamar a la línea de emergencia para preguntar como obtener ciertos artículos.

## Recursos De La Comunidad

Ayuda de Emergencia y Estampillas de Comida  
Servicios para Adultos y Familias-  
Norte de Salem (503)-378-2720  
Sur de Salem (503) 378-6327  
de Stayton (503) 769-7439  
de Woodburn (503) 982-9991

### Asistencia Legal

Oficina de Ayuda Legal-Salem (503) 581-5265

### Reportando un Delito 911 para emergencias

Departamento de Policía-Salem  
(503) 588-6123 No de emergencia  
Alguacil del Condado de Marion  
(503) 588-(503)2 No de emergencia

### Ordenes de Restricción

Corte del Condado de Marion (503) 588-5105

### Ordenes Contra Acoso

Llame a una sucursal local de la policía para archivar una orden con un oficial

### Ayuda para Víctimas Condado de Marion

(503) 588-5253

## Servicio De Crisis Para Mujeres Del Valle

Mid-Valley Women's Crisis Service  
795 Winter Street NE  
PO Box 851  
Salem OR 97308

**Línea De Emergencia (503) 399-7722**

**Llamada gratis 1 (866) 399-7722**

Teléfono: (503) 378-1572

Fax: (503) 399-7722

Email: [mvwcs@mvwcs.com](mailto:mvwcs@mvwcs.com)

Website: [www.mvwcs.com](http://www.mvwcs.com)

Adult Safety Plan Trifold Sp V3 10/2007



Planeando  
Para Su  
Seguridad



Nadie merece ser  
víctima del abuso