

PLANEANDO PARA EL FUTURO

Al pensar en irse recuerde que cada situación es única. Si le interesa en Proyecto Mujer (Project Woman) podemos ayudarle a desarrollar un Plan de Seguridad que sea específicamente para su situación. Si está considerando irse, algunas de las cosas que necesita tener con usted todo el tiempo son:

- ❖ Licencia de Conducir or cualquier otra forma de identificación
- ❖ Certificados de nacimiento y tarjetas de seguro social de usted y los niños
- ❖ Dinero, libros de cheque, tarjeta del banco para sacar dinero
- ❖ Papeles de divorcio o de custodia de los menores
- ❖ Medicamentos, lentes, dispositivos de audición, etc.

Adaptado del Pland de Seguridad de ODVN para Víctimas de Violencia Doméstica

Puedes llamar Proyecto Mujer 24 horas al día.



THE OHIO ATTORNEY GENERAL

Proyecto Mujer (Project Woman), ofrecemos una variedad de programas y servicios para proteger, educar y empoderar aquellos afectados por violencia doméstica y/o abuso sexual.

Servicios Esenciales:

- ❖ Línea de Crisis las 24 horas
- ❖ Alojamiento de Emergencia
- ❖ Servicios de Salud Mental y Recuperación
- ❖ Servicios de Abogacía

Programa Chrysalis:

- ❖ Hogar Transicional
- ❖ Educación al Sobreviviente
- ❖ Servicios de Consejería
- ❖ Manejo de Caso

Servicios de Educación Preventiva y de Alcance

- ❖ Entrenamiento Especializado para:
 - Oficiales de la Policía
 - Proveedores de Servicios Sociales
 - Proveedores de La Salud
 - Ciudadanos preocupados
- ❖ Asociados a la Coalición En Contra de la Violencia Diaria (PAVE)
- ❖ DVERT/SART Respuesta Coordinada con la Comunidad

Proyecto Mujer (Project Woman)

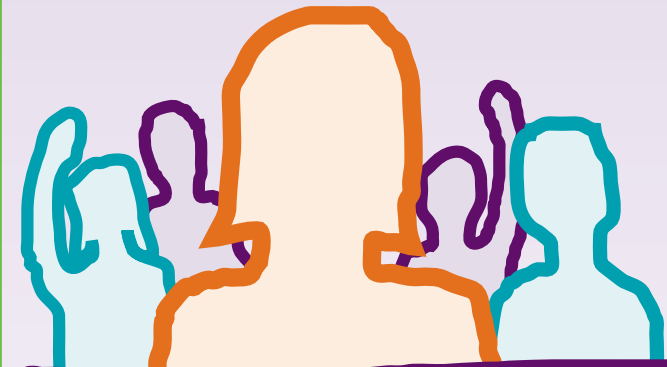
525 East Home Road
Springfield, Ohio 45503
Teléfono: (937) 328-5308
Fax: (937) 328-5324

Línea de crisis las 24 horas
(937) 325-3707
1-800-634-9893

Email: projectwoman@projectwomanohio.org
Website: www.projectwomanohio.org



PROYECTO MUJER
(PROJECT WOMAN)
Protejer Educar Empoderar



**DEDICADO A ELIMINAR
VIOLENCIA DOMESTICA
Y ABUSO SEXUAL**

**LÍNEA DE CRISIS – 24 horas:
937-325-3707
1-800-634-9893**

¿Qué es ABUSO DOMÉSTICO?

Violencia Doméstica ocurre cuando un miembro de tu familia, compañero (a) o ex-compañero (a) trata de dominarte física o psicológicamente. Violencia Doméstica se refiere a la violencia entre esposo, pero también incluye cohabitantes y parejas íntimas no casadas.

Tres Categorías Comunes de Abuso:

1. ABUSO EMOCIONAL

- Te crítica constantemente, te llama nombres ofensivos, te maldice
- Te aísla de tu trabajo, amigos, familia y/o actividades sociales
- Te humilla en privado y en público
- Te miente y trata de manipularte
- Te amenaza con lastimarte a tí o a los miembros de tu familia
- Usa la intimidación para que cooperes con sus demandas
- Te amenaza con quitarte los niños o usa las visitas para acosarte
- Te amenaza con denunciarte para que te deporten

2. ABUSO FÍSICO

- Te muestra sus armas de fuego
- Te tira objetos para lastimarte
- Destruye o daña tu propiedad
- Conduce peligrosamente contigo en el auto
- Te empuja, aprieta, golpea, bofetea, ahorca, escupe, o te mantiene atada a tí o otros miembros de tu familia

3. ABUSO SEXUAL

- Insiste que te vistas de una manera más sexual
- Insiste en tocarte de una manera que no quieres o que te incómoda
- Te llama por nombres sexuales toma fotografías sin tu consentimiento

¿QUÉ PUEDES HACER?

ASALTO SEXUAL es cualquier contacto sexual o atención conseguida a la fuerza, amenazas, sobornos, manipulación, presión, trucos, o violencia. Es un crimen de poder y control donde los actos sexuales son usados para dominar y humillarte **¡¡¡No te culpes!!!**

En caso de Emergencia, ve a un lugar seguro y llama al 911.
Si has sido víctima de violación o asalto sexual, llama a **Proyecto Mujer (Project Woman)** al **1-937-325-3707**, o ve directamente al hospital.

Si TU has sido abusada(o) ...

Habla con alguien que confíes- un amigo (a), tu doctor o trabajadora social, un miembro de tu familia, o alguien de tu iglesia.

Habla con alguien que pueda:

- Te escuche
- Te crea
- No te culpe
- No te discrimine
- Mantengan confidencialidad
- Te permita tomar tus propias decisiones

Si has sido violada (o) ...

1. Busque un lugar seguro
2. NO se duche, bañe, lave sus manos, lave sus manos, lave sus dientes, use el inodoro, o fume para prevenir destrucción de evidencia.
3. VAYA AL HOSPITAL PARA UN EXAMEN
4. No se cambie de ropa. Toma toda la ropa que estaba usando con usted para evidencia.
5. Si el asalto fue en su casa no la componga.
6. Localice una organización que ofrezca apoyo para Sobrevivientes de asalto sexual.

... para Apoyar al Sobreviviente

Es normal que los sobrevivientes tengan una variedad de respuestas después del Asalto. Es común tener sentimientos de culpa, vergüenza, depresión, desesperanza, miedo, negación o impotencia.

- Escucha
- No culpe al sobreviviente del asalto
- No los presione a hablar, o asuma que están completamente recuperados
- Acepte la reacción del sobreviviente, no importa cual sea. No compare su experiencia con la de otros.
- Maneje cualquier preocupación médica o legal de inmediato. Ayude a identificar opciones / información
- No tome control de la situación. Recuerde que el sobreviviente ha sido privado de todo control, dejele tomar sus propias decisiones esto los empodera. Apoye sus decisiones, aún si no está de acuerdo.
- Ayude a identificar un sistema de apoyo y alientele a buscar consejería profesional o ayuda.
- Sea paciente, deje que el/ella se recupere a su paso. Puede tomarles semanas, meses o años. Sobrevivientes puede que "nunca olviden" el ataque.
- Tome cuidado de sus propios sentimientos, pero no permita que estos eclipsen los del sobreviviente. No dude en buscar ayuda en un centro para víctimas de asalto sexual, consejero, o amigo (a).