

Lista

Lo que usted se necesita llevar al dejar a su pareja

Documentos de Identificación

- Licencia de manejar
- Certificado de nacimiento
- Certificados de nacimiento de los niños
- Tarjetas de Seguro Social

Documentos Financieros

- Dinero o tarjetas de crédito (a su nombre)
- Talonario de cheques y/o libreta de ahorros

Documentos Legales

- Orden de Protección
- Contrato de arrendamiento/propiedad de la casa
- Documentos de registro y seguro de su auto
- Documentos de seguro de salud y vida
- Archivos médicos
- Archivos escolares
- Permiso de trabajo/Tarjeta de Residencia/Visa
- Pasaporte
- Documentos de divorcio y de custodia de los niños
- Acta de matrimonio

Otros artículos

- Medicinas
- Llaves de la casa y del auto
- Joyas
- Agenda de direcciones
- Fotos y objetos con valor sentimental
- Cambio de ropa para usted y los niños

Números de emergencia

Número de Emergencia de la Policía 911

Línea Nacional Sobre la Violencia Doméstica
Línea Nacional Sobre la Violencia Doméstica
1.800.799.7233 • 1.800.787.3224 (TTY)

Proyecto de Abogacía de Mujeres – Línea de 24 horas sobre Violencia Familiar
(Women's Advocacy Project – Family Violence Hotline)
1.800.374.4673

Servicios de Protección de Menores de Tennessee (para reportar abuso de menores)
Línea directa para reportar el Abuso o Descuido
1.877.237.0004

Servicios de Protección para Personas Adultas (para reportar abuso de personas de edad avanzada o discapacitadas) 865.594.5685

Línea de 24 horas/7 días de ayuda sobre Violencia Familiar 521.6336

Departamento de Policía de Knoxville 215.6810

Departamento del Sheriff del Condado de Knox
215.6820

Oficina de la Fiscalía 215.2515

Corte del Cuarto Distrito 215.2404

Para vigilancia de su propiedad
ciudad 215.7268 • condado 215.2444

Otros números de teléfono importantes:

Departamento de Policía y/o la oficina del Sheriff 911
Oficina de Procurador/Fiscalía del Distrito o Condado

Teléfono de emergencia del programa de violencia familiar

Hospital

Información de contacto de las intercesoras con quien habló en el Centro de Justicia Familiar



FAMILY
JUSTICE
CENTER

Una llamada por hacer.
Un lugar a dónde ir.

Ayuda y servicios para víctimas de violencia doméstica.

LÍNEA DE AYUDA 24 HORAS/7 DÍAS
865.521.6336

Plan De
Seguridad Personal

Plan De Seguridad Personal

Usted tiene el derecho de estar segura

seguridad
compasión
serenidad
esperanza
valentía
amabilidad
alegría



FAMILY
JUSTICE
CENTER

www.fjcknoxville.org

LÍNEA DE AYUDA 24 HORAS/7 DÍAS
865.521.6336

VIOLENCIA DOMÉSTICA

¡Usted tiene derecho a estar segura!

Nadie se merece ser lastimado o amenazado. Si a usted la está lastimando un ser querido, haga planes y tome precauciones para asegurar su seguridad y la de sus niños. A continuación compartimos sugerencias que le han ayudado a otras personas en situaciones como la suya.

Su seguridad durante una discusión violenta

- Si hay una discusión trate de estar en un sitio que tenga salida y no en un baño, una cocina o en algún sitio donde haya armas.
- Practique cómo salir de su casa con seguridad. Identifique qué puertas, ventanas o escaleras serían las mejores.
- Empaque un maletín con dinero, cambio de ropa y duplicado de llaves y guárdela en la casa de una amiga o de una persona de confianza.
- Identifique a uno o más vecinos a quien usted pueda contarles sobre la violencia que sufre y pídale que llamen a la policía si oyen algún alboroto proveniente de su casa.
- Tenga una palabra clave para utilizar con sus niños, familia, amigos o vecinos que les dé a entender que usted necesita que ellos llamen a la policía.
- Decida y planee adónde se irá si tiene que dejar su hogar.
- Confíe en sus propios instintos y su juicio. Si la situación es muy peligrosa, considere darle al abusador lo que quiera para calmarlo.
- Mantenga su celular cargado y llame, o mande un mensaje de texto, al 911 con la dirección donde usted necesita que vengán a ayudarla.

Su seguridad en su propia residencia

- Si se queda en su hogar, cierre las ventanas y cambie las cerraduras de las puertas de su casa lo más pronto posible.
- Mantenga y comparta un plan de seguridad con sus hijos para cuando usted no esté con ellos.
- Informe a la escuela, la guardería, o la persona que cuida a sus hijos sobre quién tiene autorización para recogerlos.
- Informe a sus vecinos y al propietario de su casa que su compañero ya no vive con usted y que ellos deben llamar a la policía si lo ven cerca de su hogar.
- Nunca le diga a su agresor donde vive usted. Nunca llame a su agresor de su teléfono de casa pues el abusador podría averiguar dónde vive usted.
- Solicite a su compañía de teléfono que su número telefónico no se liste ni se publique.

Su seguridad con una orden de protección

- Usted puede solicitar una orden de protección en el Centro de Justicia Familiar o en la oficina del Secretario de la Corte del 4° Circuito del Condado de Knox.
- Mantenga siempre la orden de protección con usted.
- Si su pareja viola la Orden de Protección, usted puede llamar a la policía, contactar a su abogado, llamar a su intercesora, y/o informarle a la corte sobre la violación de la orden de protección.
- Usted puede documentar todos los incidentes violentos o amenazas: anotando las fechas, horas y testigos de estos incidentes, como también guardar todos los mensajes telefónicos y entregárselos a su intercesora para que conste como prueba de la violación de la orden de protección.
- Usted también puede presentar una demanda privada criminal con el juez o fiscal del distrito en la jurisdicción donde aconteció la violación de la orden de protección. Usted puede acusar a su abusador con la violación de la orden de protección y todos los otros delitos que él/ella haya cometido al violar la orden de protección. Usted puede llamar a su intercesora para que le ayude con esto.
- Avísele a su familia, amistades y vecinos que usted tiene una Orden de Protección vigente.
- Piense en alternativas para poder estar segura en caso de que la policía no responda inmediatamente.

Su seguridad cuando está preparándose para dejar su pareja

- Abra un cuenta bancaria de cheques o de ahorros a su propio nombre.
- Deje dinero, un duplicado adicional de llaves, copias de documentos importantes, medicinas, y ropa extra con alguien de confianza.
- Obtenga un buzón de apartado postal.
- Identifique un lugar seguro donde pueda alojarse y quién podría prestarle dinero.
- Siempre mantenga el número del refugio a la mano y tenga monedas o una tarjeta de la compañía de teléfono para poder hacer llamadas de emergencia.
- Si tiene mascotas, haga arreglos para dejarlos en un lugar seguro. Usted puede contactar el Centro de Justicia Familiar si necesita un refugio para su mascota 521.6336.

Recuerde: ¡Usted no merece ser golpeada o amenazada!

libertad

Recuerde: ¡El momento más peligroso es al dejar a su agresor!

Su seguridad con la tecnología

- Establezca una cuenta de correo electrónico nueva.
- Puede que su abusador esté monitoreando su computadora. Si es posible, utilice una computadora segura, la cual puede encontrar en una biblioteca pública o en un café internet.
- Cambie con frecuencia sus contraseñas y números de identificación personal.
- Revise sus configuraciones de celular: Si usted está utilizando un celular que le dio su abusador, considere mantenerlo apagado cuando no lo esté utilizando. Cuando el teléfono esté prendido, revise la configuración; si su celular tiene un servicio opcional de rastreo, puede cambiar la configuración para apagar la opción de ubicación, o apague y prenda el celular.
- Busque su nombre en el Internet para ver qué resultados le dan que contengan su información de contacto. Si encuentra esta información, bórrala.
- Tenga cuidado con los sitios de redes sociales pues pueden ser pirateados. Su abusador también podría obtener información acerca de usted por medio de los amigos que usted tenga en estos sitios. Su abusador podría crear otra identidad para convertirse en amigo de sus amigos. Tenga cuidado con la información que comparta en los sitios de redes sociales.

Su seguridad en el trabajo y en público

- Decida a quiénes en su trabajo les va a informar sobre su situación. Incluya a los guardias de seguridad del edificio donde usted trabaja. (Si es posible, déles una foto de su agresor).
- Pídale a alguien que monitoree las llamadas telefónicas que usted reciba en el trabajo.
- Pídale a alguien que la acompañe al ir y venir de su carro, autobús o tren.
- Utilice rutas diferentes para ir y venir de su casa al trabajo.
- Usted podría trabajar en un sitio u horario diferente al que tenía cuando estaba con su abusador.