

## **PLAN DE SEGURIDAD**

SI ESTA EN PELIGRO LLAME AL 911  
o al número telefónico de la policía más cercana.

Aun cuando no se sienta preparada para dejar a un abusador, hay cosas que puede hacer para poner a su familia y usted a salvo.

## **EN CASOS DE EMERGENCIA**

### **Si está en su casa y está siendo amenazada o atacada:**

- Manténgase alejada de la cocina (el abusador puede encontrar armas allí como cuchillos)
- Manténgase lejos de baños, armarios o áreas pequeñas donde el abusador la pueda atrapar
- Vaya a una habitación que tenga una puerta o ventana por donde escapar
- Vaya a una habitación que tenga teléfono para poder llamar y pedir ayuda, si puede cierre la puerta para dejar afuera al abusador
- Llame al 911 (o al número de emergencia local) lo más rápido posible, pida el nombre de la persona que conteste la llamada.
- Piense a cual vecina o amistad le puede pedir ayuda
- Si, viene la policía, dígame lo que paso; tome el nombre y número de la insignia o chapa identificador
- Si esta golpeada consiga ayuda médica
- Tómese fotos de las heridas o lesiones que tenga
- Llame a un programa de violencia domestica o albergue de mujeres maltratadas (aquí le incluimos algunos números); pida que le ayuden a preparar un plan de seguridad

## **COMO PROTEGERSE EN SU HOGAR**

- Aprenda a que lugar en su área puede ir para conseguir ayuda, memorice los números de teléfonos de emergencia
- Mantenga un teléfono en una habitación que pueda ser cerrada por adentro, si puede obtenga un teléfono celular y manténgalo con usted todo el tiempo
- Si el abusador se ha mudado, cambie las cerraduras de las puertas y ponga cerradura a las ventanas
- Planifique una ruta para escapar de su casa, enseñe esta a sus hijo/as
- Piense a donde va a ir si tiene que escapar
- Pida a sus vecinos que llamen a la policía si ven al abusador por su casa; mantenga una señal clave con los vecinos para que llamen a la policía, por

ejemplo, si el teléfono suena dos veces, la cortina esta cerrada o hay una luz encendida

- Haga un bolso o maleta con cosas importantes que quizás necesite si tiene que salir rápidamente, guárdela en un lugar seguro o déjela con alguna amistad o familiar de confianza
- Incluya dinero en efectivo, llaves del auto, documentos importantes como, papeles del tribunal, pasaporte, certificados de nacimiento, historial médico, medicina y papeles de inmigración
- Cambie su número de teléfono a uno que no este registrado como publico.
- Ponga un bloqueador de identificación de números de teléfonos
- Use la maquina contestador de teléfono y revise las llamadas antes de contestar
- Tome un curso en defensa propia

### **COMO HACER QUE SUS HIJOS ESTÉN MÁS SEGUROS**

- Enséñele a no meterse en medio de una pelea, aunque quiera ayudar
- Enséñele a ponerse a salvo, a llamar al 911, a dar su dirección y número telefónico a la policía
- Dígale como y a quien pueden llamar para conseguir ayuda
- Enséñele a permanecer fuera de la cocina
- Darle a la principal o director de la escuela o del centro de cuidado diurno una copia de la orden del tribunal y dígale que no pueden dejar ir a sus hijo/as con persona alguna sin antes conversar con usted, coordine una palabra clave con ellos para que se puedan asegurar que usted es la persona en el teléfono, deje foto del abusador en la escuela
- Asegúrese que los niño/as sepan a quien informar si ven al abusador en la escuela
- Asegúrese que el personal de la escuela sepa que no deben dar su dirección ni número de teléfono a persona alguna

### **COMO PROTEGERSE FUERA DE LA CASA**

- Cambie regularmente su rutina de viaje
- Trate de conseguir transportación con distintas personas
- Haga compras y sus transacciones bancarias en lugares distintos
- Cancele cualquier cuenta bancaria o tarjeta de crédito que tenga en conjunto con el abusador; abra cuentas nuevas en un banco distinto
- Mantenga su orden de protección y números telefónicos de emergencia con usted todo el tiempo
- Mantenga con usted un teléfono celular y que este programado al 911 (u otros números telefónicos de emergencia)

## **PARA ESTAR MÁS SEGURA EN SU LUGAR DE TRABAJO**

- Mantenga una copia de su orden de protección en su lugar de empleo
- De al personal de seguridad y a amistades una foto del abusador
- Diga a su supervisor de empleo lo que está ocurriendo con el abusador para ver si pueden ayudar hacer más difícil que el abusador le encuentre
- No vaya almorzar sola
- Pida que alguna persona de seguridad le acompañe a su auto o al transporte público
- Si el abusador le llama al trabajo guarde los mensajes y guarde cualquier mensaje electrónico.
- Su empleador tal vez pueda asistir en conseguir recursos de ayuda en la comunidad

## **COMO USAR LA LEY PARA PROTEGERSE**

- Llame a SALI en 301-565-2277 o 877-496-SALI o pida ayuda del centro de crisis para víctimas del asalto sexual en su área

### **Órdenes de protección y paz u órdenes de alejamiento:**

- Cuando uno experimenta: un asalto de cualquier tipo, un acto que causa daño severo al cuerpo, una amenaza de daño severo e inminente, violación u otra ofensa sexual, intento de violación u otra ofensa sexual, detención o confinación ilegal, o acoso por ser perseguida, es posible que la corte le pueda otorgar lo que se llama una orden de protección u orden de paz
- Se puede conseguir una orden de protección para adultos discapacitados o para la persona que tiene una de las siguientes relaciones con el abusador: casados o divorciados, tienen un hijo en común, han vivido juntos y han tenido una relación sexual para un total cumulativo de 90 días en el año pasado, o son parientes por consanguinidad o adopción
- Una orden de protección puede incluir una orden de alejamiento, una orden de desalojamiento, custodia y visitación temporaria, mantenimiento financiero de emergencia para la familia (si existe la obligación de apoyar a un hijo en común o a un/a esposo/a), consejería, el uso y posesión del hogar y carro, y que se las quiten armas de fuego del abusador
- Las víctimas que no cumplan con los requisitos para una orden de protección pueden solicitar una orden de paz. Las órdenes de paz pueden incluir una orden de alejamiento y consejería
- Para que la corte pueda otorgar una orden de paz, es un requisito que el abuso ha ocurrido dentro de los últimos 30 días. No hay límite de tiempo para solicitar una orden de protección, pero es posible que la víctima tenga que explicar a la corte porque existe una demora entre el abuso y la solicitud
- Cuando los tribunales no estén abiertas, se puede solicitar una orden de protección provisional en la oficina del comisionado del tribunal. Estas órdenes provisionales se mantienen válidas hasta la fecha de la sesión para la orden temporario o al fin del segundo día laborable en que la oficina del secretario del juzgado está abierta

- Cuando los tribunales estén abiertas, se puede solicitar una orden temporaria de protección en el tribunal del distrito o el tribunal del circuito, y para una orden temporaria de paz, en el tribunal distrito

### **Asegúrese que:**

- Presente al juez fotos de sus heridas y lesiones que ha sostenido
- Digale al juez si usted no sienta segura cuando el abusador llega en el hogar para recoger o visitar a sus hijos
- Solicite al juez que mande que el abusador recoja y deja a los hijos en una estación de policía u otro lugar seguro
- Si el abusador fue otorgado tiempo de visitación con sus hijos, solicite que se le de horas muy específicas. Si se escriben las horas específicas en la orden, la policía podrá saber cuándo el abusador llegue en una hora equivocada
- Avise al juez si el abusador le ha hecho daño o amenazado a usted o a sus hijos en común. Pida visitación supervisada y piense en alguna persona quien puede supervisar
- Obtenga una copia certificada de su orden y manténgala con usted todo el tiempo

## **LA ACCIÓN PENAL**

- Muestre al fiscal su orden de protección o paz
- Muestre al fiscal fotos de sus heridas y/o un historial médico que explica sus heridas
- Dígale al fiscal el nombre de cualquier otra persona quien le está ayudando, como una abogada de la víctima o una asistente legal
- Informe al juez si hay alguien quien fuera testigo al abuso
- Pida que el fiscal le avise con antelación cuando se ponga en libertad el abusador
- Hable con el fiscal sobre la posibilidad de obtener una orden de alejamiento. La corte puede otorgar una orden de alejamiento contra el abusador para un acto cometido o amenaza que pueda resultar en daño. La orden puede ser incluida como parte de las condiciones de liberación del abusador encarcelado.
- VINE (Victim Information and Notification Everyday/Información y notificación diaria para víctimas) es un sistema automatizado que puede notificarle a usted de sesiones o audiencias relacionados a su caso, por teléfono o correo electrónico. Para registrar, llame a 1-866-MD4VINE y siga las instrucciones.

## **PARA SU SEGURIDAD EN EL TRIBUNAL**

- Tome asiento lo más lejos del abusador posible, usted no tiene que conversar ni mirar al abusador, ni tiene que conversar con la familia ni amistades del abusador que estén presentes
- Vaya con una amistad o familiar para que estén con usted hasta que se oiga su caso

- Diga al alguacil o al comisario que teme por su seguridad y que este pendiente de usted
- Asegure que usted tiene su orden de protección antes de irse del tribunal
- Pida a la juez o al alguacil que mantengan al abusador en el lugar por un tiempo hasta que usted tenga tiempo de irse
- Si piensa que el abusador la está persiguiendo llame inmediatamente a la policía
- Si usted viaja a otro Estado para trabajar o para escaparse del abusador, llévese su orden de protección - esta es válida en todos los Estados

### **PRESERVAR SU PRIVACIDAD**

- Utilice un buscador como Google o Yahoo, para hacerse familiarizada con la información suya que está disponible en el internet
- Asegúrese mantener un registro de llamadas y mensajes no deseados que le manda el abusador, y además guardar mensajes de voz dejados por el abusador.
- Examine la computadora para programas de Spyware o señales de otras alteraciones con otro programa que detecta spyware y lucha contra software malicioso. NO abra correos electrónicos sospechosos.
- De vez en cuando, cambie sus claves. No use la misma clave más que una vez.
- Hable con su familia y amigos sobre su plan de preservar privacidad
- Inutilice la habilidad de su Smartphone o cámara digital de transmitir información sobre su localización.

#### **Si usted ha utilizado sitios de redes sociales:**

- No comparta información sobre la dirección de su casa, lugar de trabajo, escuela, centro de cuidado diurno, donde le gusta ir de compras, planes sociales posibles, ni método de transportación
- Piense en quitar la foto de usted en su perfil o crear un cuento nuevo y usa un imagen neutral en vez de una foto de usted
- Revise su configuración de seguridad para cada cuento que tiene y piense en el tipo de información que quiere compartir con sus amigos, su familia, y el público. Revise su perfil y ver cómo le parece a usted, a sus amigos, al público, pero debe asumir que cualquier persona puede ver toda la información de usted que existe en el internet.
- Borre cuentas viejos
- No acepte ninguna solicitud para conectar de una persona que ud no conoce.
- Si el sitio de red social permite, arregle su configuración de seguridad en una manera en que las personas que ya conocen su nombre de usuario solamente la pueden buscar y encontrar su información.
- Mensualmente, revise su lista de amigos y borrar a los individuos con quienes no ha mantenido contacto significativo.
- Considere quitar etiquetas de usted en fotos que aparecen en cuentas y perfiles de otros.