

# **Plan de Seguridad**

(forma corta)

Un plan de seguridad es un instrumento que puedes usar para protegerte y proteger a tus hijos. Este plan puede darte una idea de tus recursos personales y de los recursos que existen en la comunidad. Este plan también puede ayudarte identificar los signos y situaciones que ocurren antes de un encuentro violento. Lo más importante que puede ofrecerte este plan de seguridad, es que puedes establecer los pasos que puedes tomar para protegerte contra la violencia de tu pareja. Recuerda eres experta cuando viene y sabes cuando va a ocurrir un episodio violento con tu pareja. Sabemos por experiencia y estudios que la violencia doméstica se repite y a veces se hace más seria. Es importante que tengas un plan de seguridad para tu seguridad en caso que tu pareja te amañazo o use violencia contigo.

**Contestando las siguientes preguntas le ayudaran crear su propio plan de seguridad:**

- 1.) Que son unas de las serias, circunstancias, o indicaciones que se hacen presente antes de un incidente abusivo? (por ejemplo, tiempo del DIA, uso de drogas/alcohol, discusiones de dinero, ciertos amigos o familiares, nivel de tensión de su pareja).
- 2.) Que clases de cosas has tratado para protegerte (y a tus hijos) en el pasado? Cuales métodos han funcionado para ti y cuales usarías otras veces?
- 3.) Cuales situaciones temes más?
- 4.) Que clase de cosas has pensado hacer en las situaciones que más temes?
- 5.) Que puedes hacer para hacerte más independiente? (abrir una cuenta el banco a tu nombre, tomar clases en la escuela para mejorar sus habilidades para encontrar trabajo, etc.)
- 6.) Que clases de recursos legales hay en tu comunidad? (busca los números de teléfono donde puedas sacar una orden de protección, fila para divorcio, establecer y ordenes de visitación de sus hijos, etc.)
- 7.) Que clases de servicios médicos hay en tu comunidad?
- 8.) Que puedes hacer para mejorar la seguridad en el trabajo o escuela? (Cambia tus rutinas, que alguien conteste tus llamadas, seguridad mientras viajes, etc.)

- 9.) Que puedes hacer para establecer o mejorar seguridad en tu casa? (Cambiar las chapas, comprar aparatos de seguridad, informar vecinos y cartero que llamen a la policia si oyen o ven algo raro, compra un teléfono celular o portable, etc.)
- 10.) Que puedes hacer para mejorar le seguridad y protección de tus hijos? (Informar a la guardería/escuela de la situación, practica planes de seguridad con tus hijos, etc.)

**Si ocurre una situación violenta puedes decidir dejar tu hogar. Puedes hacer unas de las cosas siguientes para prepararte en caso de esta situación:**

- 1.) Piensa en donde dejar dinero adicional, llaves, copias de documentos importantes y ropa en un lugar seguro de acceso fácil.
- 2.) Practica como dejar tu hogar con seguridad. El plan siguiente es el mejor para usted (y tus hijos) si necesitas marcharte rápidamente.
- 3.) Puedes llamar a 911 para que la policia intervenga. Puedes devisar una clave para usar con sus hijos, familia, amigos y vecinos a cuando necesites a la policia. La clave que puedes usar y las personas que puede pedir ayuda son:
- 4.) Parientes o amigos que puedes llamar para ayudarle o para tener un lugar seguro en que le puedas quedar.
- 5.) El numero de teléfono del refugio para mujeres abusadas donde te puedes quedar y recibir apoyo en las decisiones que tengas que hacer:
- 6.) También puedes hacer:

7.) Se ha encontrado que es importante llevarse los siguientes artículos si necesitas a dejar su casa:

Identificación	Papeles de aseguiransa	Tarjeta de segura social
Licencia de manejar	Llaves de casa y carro	Identificación de asistencia publica
Acta de nacimiento	Medicaciones	Dinero/cartas de crédito
Registros de escuela	Anotaciones medicas	Objetos chicos que se puedan vender
Libreta de direcciones	Libreta del banco	Contrato de apartamento/casa
Títulos de carro	Diarios	Carta verde o permiso de trabajo
Fotografías y negativas	Artículos de valor sentimental	Copias de impuestas de ingresos
Orden de protección	Papeles de divorcio	Orden de custodia/visitación