



1-800-799-SAFE (7233)
1-800-787-3224 TTY For the Deaf

PLAN DE SEGURIDAD

Los adultos que trabajan con víctimas adolescentes que se encuentran en una relación de abuso, pueden utilizar este folleto

I. Señales de Advertencia:

- ¿Cuáles son las palabras y comportamientos que anteceden a un incidente violento?
- ¿Qué ha dicho o hecho tu pareja que te hace sentir miedo?
- ¿Qué te provoca miedo en la manera de mirarte de tu pareja?
- ¿Qué sientes en tu interior?
- ¿Acaso tu pareja posee algún tipo de arma?

II. Acciones de Autoprotección:

- ¿Qué puedes hacer para incrementar tu seguridad?
- ¿A quién puedes llamar en caso de emergencia? (Amigos, familiares, vecinos, fuerzas de seguridad)
- ¿Cuáles son sus números de teléfono?
- ¿Dónde puedes acudir para ponerte a salvo?
- ¿Sabrías mentir o resguardar información si tuvieras que hacerlo para protegerte?

III. Obstáculos:

- ¿Qué dificulta el que puedas obtener ayuda?
- ¿Qué sientes hacia tu pareja?
- ¿Cómo te sientes tú?
- ¿Qué podría ocurrir si te quedas en esta relación?
- ¿Qué podría ocurrir si das por terminada la relación?

IV. Apoyo Emocional:

- ¿Con quién puedes contar para que te brinde apoyo emocional?
- ¿Existe algún grupo de apoyo al que te pudieras integrar?
- ¿Acaso hay algún adulto en el que puedas confiar?
- ¿Hay algún amigo o familiar que te podría ayudar?
- ¿Acaso existe alguna línea de ayuda a la que puedas llamar? ¿Cuál es el número telefónico de dicha línea?

-CONTINÚA-

Números telefónicos que necesito saber:

Departamento de policía local _____

Departamento de policía del campus _____

Seguridad en el trabajo _____

Programa de violencia doméstica _____

Funcionario del distrito (para el registro de Órdenes de Protección) _____

Teléfono del trabajo _____

Teléfono del domicilio del supervisor _____

Ministro (pastor) _____

Abogado _____

Escuela/Guardería _____

Doctor _____

Amigo _____

Familiar _____

Otro _____

Adaptado de Barbara Hart y Jane Stuehling, PCADV, 6400 Flank Drive, Suite 1300, Harrisburg, PA 17112
y de "Personalized Safety Plan," Oficina del Fiscal Municipal, Ciudad de San Diego, CA.