

ÁREA DEL CONDADO DE MARIN/SONOMA

¡Usted tiene el derecho a estar a Salvo!

¿Una persona que amas te Pega? Lastima? Amenaza? Desprecia?	Emergencias (policía, bomberos y ambulancia) 911	Usted no está solo(a) Existe ayuda para usted y para sus hijos. Infórmenos. Nosotros podemos ayudar.
---	---	--

La mayoría de los teléfonos en esta hoja son líneas especiales, disponibles las 24 horas del día, que le pueden ayudar a llegar a un lugar seguro. No tiene que estar en peligro inmediato para llamar. Estas líneas la remiten a asesoramiento, grupos de apoyo, ayuda legal y otros servicios.

RECURSOS DE KAISER PERMANENTE Hable con su médico o enfermera practicante, o llame al Departamento de Psiquiatría al (707) 571-3778.

RECURSOS DE LA COMUNIDAD: LÍNEAS ESPECIALES

Programa de Albergue de Emergencia para Mujeres del YWCA: Santa Rosa.....	(707) 546-1234
Center for Domestic Peace: Marin.....	(415) 924-6616
Center for Domestic Peace (para Hombres): Marin.....	(415) 924-1070
Center for Domestic Peace (sólo para hablar en español).....	(415) 924-3456
Soluciones Comunitarias para la Violencia y Centro de Crisis por Violación: San Rafael.....	(415) 259-2850
Verity (Unidos contra las Agresiones Sexuales).....	(707) 545-7273

RECURSOS DE LA COMUNIDAD: CONDADOS CERCANOS

W.O.M.A.N., Inc.: San Francisco.....	(877) 384-3578
CUAV (homosexuales, lesbianas, bisexuales y transgénero): San Francisco	(415) 333-4357
Proyecto Santuario: Condado de Mendocino.....	(800) 575-4357
SafeQuest Solano: Fairfield, Vallejo	(866) 487-7233
Servicios de Emergencia para Mujeres de Napa: Condado de Napa	(707) 255-6397
Centro de Recursos para Familias de Lake: Condado de Lake.....	(888) 485-7733

LÍNEAS ESPECIALES NACIONALES

Línea Especial Nacional contra la Violencia en el Hogar.....	(800) 799-7233
	TTY (800) 787-3224
Línea Especial Nacional contra las Agresiones Sexuales (RAINN).....	(800) 656-4673
ChildHelp USA (Línea Especial Nacional contra el Abuso Infantil)	(800) 422-4453
Línea Especial Nacional para Crisis de Jóvenes.....	(800) 448-4663
Línea Especial Nacional para Adolescentes.....	(800) 852-8336

SERVICIOS LEGALES

Ayuda Legal del Condado de Sonoma: Santa Rosa.....	(707) 542-1290
Centro de Derecho Familiar y de Niños: San Rafael.....	(415) 492-9230
Programa de Compensación para Víctimas de CA (para víctimas de delitos violentos)	(800) 777-9229

SITIOS WEB

Kaiser Permanente.....	kp.org/domesticviolence
Línea Especial Nacional contra la Violencia en el Hogar.....	ndvh.org

PLAN DE SEGURIDAD

¿Está planeando dejar una situación de abuso? Revise el siguiente plan de seguridad. Estar preparada para irse le ayudará a usted y a su familia a permanecer a salvo.

1. **LLAME** al **911** si se encuentra en peligro inmediato.
2. **HABLE** con alguien de confianza. Pida ayuda en caso de que necesite irse de casa.
3. **LLAME** uno de los números en esta hoja. Le pueden ofrecer ayuda para planear como estar a salvo.
4. **EMPAQUE** una maleta o bolsa que no se eche de menos y escóndala o guárdela con alguna persona de confianza. Incluya copias de papeled importantes.
5. **PLANE** exactamente a dónde irá y cómo llegará allí. Localice los teléfonos más cercanos que sean seguros. Recuerde, tal vez necesitará irse de casa en medio de la noche.
6. **ENSEÑE** a los niños cómo llamar al **911** en caso de una emergencia.

La violencia en el hogar es contra la ley



**KAISER
PERMANENTE®**

REV. 5/2011
Form 00529-004 (bound top)
Form 00529-025 (bound left)