

# ÁREA DEL CONDADO DE STANISLAUS

*¡Usted tiene el derecho a estar a Salvo!*

¿Una persona que amas te Pega? Lastima? Amenaza? Desprecia?	Emergencias (policía, bomberos y ambulancia) <b>911</b>	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 de su instalación local.

**RECURSOS DE LA COMUNIDAD:** **LÍNEAS ESPECIALES**  
Centro para Mujeres Haven: Modesto..... (888) 454-2836

**RECURSOS DE LA COMUNIDAD: CONDADOS CERCANOS**  
Centro para Mujeres, San Joaquin, Stockton, Tacy, Lodi..... (209) 465-4878  
CUAV (homosexuales, lesbianas, bisexuales y transgénero):  
San Francisco ..... (415) 333-4357  
Comunidades que Superan una Relación Abusiva (CORA): San Mateo.....(800) 300-1080  
Tri-Valley Haven for Women: Livermore ..... (800) 884-8119

**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

**SERVICIOS LEGALES**  
Centro para Mujeres Haven: Modesto..... (209) 524-4331  
Programa de Compensación para Víctimas de CA  
(para víctimas de delitos violentos).....(800) 777-9229

**SITIOS WEB**  
Kaiser Permanente.....[kp.org/domesticviolence](http://kp.org/domesticviolence)  
Línea Especial Nacional contra la Violencia en el Hogar.....[ndvh.org](http://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. Empaque lo siguiente:
  - Dinero en efectivo (incluyendo monedas para las llamadas) y cheques
  - Ropa y artículos personales para usted y sus hijos
  - Medicamentos
  - Copias de las llaves de la casa y el auto
  - Números telefónicos importantes
  - Copias de documentos importantes tales como licencia de manejar, identificación con foto, actas de nacimiento, pasaportes, documentos del seguro de salud, estampillas para la comida, títulos de propiedad del auto y casa, recibos de la renta, acta de matrimonio, comprobante de vacunación
  - Algún juguete o libro especial de los niños
5. **PLANE**E 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 00529-014 (bound top)  
Form 00529-034 (bound left)