

Planificación de la Seguridad

La seguridad se ve diferente para todo el mundo. He aquí algunas ideas para comenzar la planificación para escapar de una situación potencialmente dañina. Guarde esta información en un lugar seguro y privado donde su pareja no pueda encontrarlo. Para asistencia en la creación de un plan de seguridad personalizado, llame a la línea de crisis de 24 horas de Catalyst al 1-800-895-8476.

Preparaciones que puedo hacer como parte de mi plan de acción:

- Empezar un diario de abuso. Incluir fechas de amenazas, acecho, cualquier destrucción de propiedad. Pedirle a alguien de quien confió que lo guarde para mí.
- Empacar una bolsa con dinero de emergencia, ropa, identificación, artículos de tocador y medicamentos para mí y mis hijos. Esconderlo en un lugar seguro que pueda llegar fácilmente a.
- Pedirle a alguien en quien confió que guarde copias de identificación, llaves y documentos importantes por mí.
- Abrir una nueva cuenta de banco. Tener estados de cuenta bancarios enviados a una dirección que no comparto con mi abusador. Utilizar solo esta cuenta si decido irme.
- Cambiar las contraseñas de las cuentas en línea o correo electrónico.
- Borrar el historial del navegador o computadora personal o usar computadora pública cuando sea posible.
- Alertar a un vecino en que confío a llamar al 911 si oyen ruidos sospechosos o identifican una señal visible de ayuda (como una toalla en la ventana).
- Practicar hacer un escape de emergencia (con los niños) y viajar a la ubicación que he elegido como un lugar seguro.
- Unirse a un grupo de apoyo o hablar con un asesor.
- Hacer una lista de otras preparaciones que pudiera considerar:
 - _____
 - _____
 - _____

Lugares a los que puede acudir si tengo que salir de casa: (no apunte domicilios)

1. _____
2. _____
3. _____

Cosas importantes que puedo tomar si me tengo que salir:

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Dinero (en efectivo o cheques) | <input type="checkbox"/> Celular y Cargador |
| <input type="checkbox"/> Tarjetas de Banco/Tarjetas de crédito | <input type="checkbox"/> Medicamento |
| <input type="checkbox"/> Llaves al carro, casa, empleo, correo, etc. | <input type="checkbox"/> Anteojos/lentes de contacto |
| <input type="checkbox"/> Licencia de conducir | <input type="checkbox"/> Otro _____ |
| <input type="checkbox"/> Registración de auto | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> Libreta de domicilios | <input type="checkbox"/> _____ |

Cosas adicionales a tomar si tengo tiempo:

- | | | |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Certificado de nacimiento para mí y mis hijos | <input type="checkbox"/> Registros bancarios | <input type="checkbox"/> Expedientes escolares de vacunación para mí y mis hijos |
| <input type="checkbox"/> Pasaporte o documentos de Inmigración | <input type="checkbox"/> Papeles de Automóvil | <input type="checkbox"/> Licencia de Matrimonio o Papeles de Divorcio |
| <input type="checkbox"/> Identificación de Bienestares y Medical | <input type="checkbox"/> Tarjetas de Seguro Social | <input type="checkbox"/> Joyas |
| <input type="checkbox"/> Tarjetas de a seguridad y registros médicos | <input type="checkbox"/> Identificación de Empleo/Permiso | <input type="checkbox"/> Otro _____ |
| <input type="checkbox"/> Fotos y cosas importantes personales | <input type="checkbox"/> Cualquier documentos de la corte - adopción o registros de custodia, orden de restricción, etc. | <input type="checkbox"/> Otro _____ |
| <input type="checkbox"/> Los contratos de arrendamiento y alquiler | | |

