

CÓMO MANTENERSE SEGUR@ DURANTE EL COVID-19. UN MENSAJE IMPORTANTE PARA SOBREVIVIENTES



Las medidas que requieren que permanezca en casa previenen la diseminación del COVID-19, pero su casa no es necesariamente el lugar más seguro para usted.

La pandemia está causando estrés y presiones económicas. Usted puede sentirse aislad@ y en peligro.

Si usted está experimentando violencia porque está obligad@ a permanecer en la proximidad de una pareja íntima abusiva, recuerde que hay ayuda disponible.

Varios refugios están tomando precauciones a través de medidas de distancia social y entregando máscaras y antisépticos para las manos.

Los refugios son lugares seguros, estar en una relación abusiva, no lo es.

RESPUESTA EN CRISIS Y EMPODERAMIENTO DE SOBREVIVIENTES

Usted no tiene que sufrir en silencio. Hay ayuda disponible. Las víctimas de violencia doméstica tienen acceso a:

- Refugio y alojamiento provisorio en hoteles
- Planeamiento de seguridad
- Programas que prestan servicios para violencia doméstica



PLAN DE SEGURIDAD EN CASA



El momento de dejar la relación es el de mayor peligro por lo tanto planear estrategias de seguridad en la pareja o antes de dejarla puede salvar su vida.

- Si los problemas empeoran, permanezca en una habitación en la que pueda acceder rápidamente a una salida
- Mantenga su teléfono completamente cargado
- Utilice con sus niños, amigos o familia, una palabra clave para llamar al 9-1-1
- Sepa dónde se guardan las armas en su casa
- Trate de salir de su casa para tomar un descanso, si es posible
- Llame a nuestras líneas de ayuda gratuitas y confidenciales 24/7
- En una emergencia llame al 911

RECURSOS IMPORTANTES

HAWC: Centro de Mujeres del Área de Houston Líneas de ayuda (Hotlines 24-7) Gratuitas y confidenciales:

713-528-2121

TTY-713-528-3625

Línea Nacional de Violencia Doméstica: 1.800.799-7233

#NOCOVIDABUSE



ABBIE KAMIN
COUNCIL MEMBER, DISTRICT C



HAWC | Houston Area Women's Center
Ending domestic and sexual violence for ALL

