

# Violencia Doméstica - Qué hacer

## Si está sufriendo violencia en la casa:

Recuerde, **la culpa no es suya**. Ud. y su familia merecen ser seguros. Que hacer para asegurar esto:

- Si está en peligro físico, **llame a 911 inmediatamente**
- Llame a los Advocates of Lake County a **(719) 486-3530** para discutir maneras en que podemos ayudarle quedarse seguro.
- Llame a la Línea Telefónica de Ayuda contra la Violencia Doméstica para servicios afuera del Condado de Lake a **800-799-7233**

Si no puede llamarnos ahora, haga un plan de seguridad para ud. y su familia. Pregunte a familia y amigos para ayuda si la necesita. Trate de llamarnos lo más pronto posible; tenemos recursos para ayudarla.

## Si sospecha que alguien está siendo abusada:

Contáctela. Su intervención podría salvar una vida.

- No tenga miedo decirle que está preocupada por su seguridad
- Diga que reconoce que está en una situación difícil y escalofriante
- Apóyela y créala
- Sea no crítica y respete a sus decisiones
- Ayúdela encontrar la seguridad y la paz cuando es lista
- Ayúdela desarrollar un plan de seguridad
- Anímela hablar con los que pueden proveer ayuda



*The Advocates of Lake County provides trauma-informed services and promotes a community where survivors of domestic and sexual violence may achieve personal autonomy.*

**(719) 486-3530**

[advocatesoflakecounty.org](http://advocatesoflakecounty.org)

  @advocatesoflakecounty