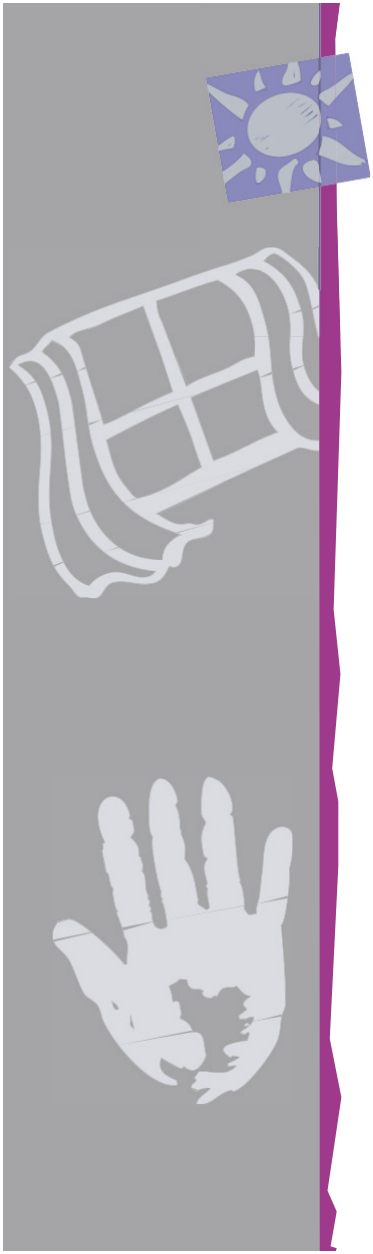
No Debería Doler Regresar al Hogar

La Guía de la Víctima de la Violencia Doméstica



CONDADO DE SAN DIEGO

Reconocimientos

Board of Supervisors

- Greg Cox, Distrito 1
- Dianne Jacob, Distrito 2
- Kristin Gaspar, Distrito 3
- Nathan Fletcher, Distrito 4
- Jim Desmond, Distrito 5

Fiscal de Distrito del Condado de San Diego

- Summer Stephan

Abogada de la Ciudad de San Diego

- Mara Elliott

San Diego County Commission on the Status of Women and Girls

San Diego Domestic Violence Council

Gracias al Consejo de la Violencia Doméstica del Condado de Los Angeles por compartir este folleto con el Condado de San Diego.

NO DEBERÍA DOLER REGRESAR AL HOGAR

Folleto de la Víctima de Violencia Doméstica

Contenido:

Ahora es el Momento! 1

A Dónde Acudir 2

¿Que es la Violencia Doméstica? 3

No Crea estos Mitos de la de la Violencia Doméstica 5

¿Quiénes son los Abusadores? 7

¿Quiénes son las Víctimas? 8

Rompiendo el Ciclo de la Violencia 9

Como Ayudarle a un Amigo/a 11

Como Dejar que tus Amigos te Ayuden a Ti 12

Estrangulación 13

Medidas de Seguridad Estando en una Relación Abusiva 15

Seguridad Después de Haber Dejado la Relación 16

Tu Plan de Seguridad Personal 17

Recursos 19

¡AHORA ES EL MOMENTO!

Si tú eres víctima de violencia doméstica, ahora es el momento de empezar a pensar en protegerte a ti y en los que cuentan en ti para la seguridad.

HECHOS:

Cada año en los Estados Unidos hay más de tres millones de incidentes de violencia doméstica. Eso quiere decir que cada nueve segundos alguien es abusado por su pareja actual o un ex.

Esperemos que empieces a explorar tus opciones que están a tu disponibilidad.

La violencia doméstica le puede pasar a cualquiera, incluyéndote a ti.

La violencia doméstica ocurre en 25-33% de todas la relaciones.

¡Con el hecho de que estás leyendo este folleto es una muy buena señal! Eso quiere decir que estas considerando muy seriamente tu situación.

Violencia Doméstica (VD) puede incluir el abuso físico, sexual, emocional / psicológico, financiero y el acoso. Se trata de una pareja actual o un ex incluyendo a su cónyuge, novia, novio, prometido, pareja de citas, o personas con un hijo en común.

DONDE ACUDIR

¡LLAME AL 911 INMEDIATEMENTE SI SU VIDA ESTÁ EN PELIGRO!

- **NATIONAL DOMESTIC VIOLENCE HOTLINE**
  (CONFIDENTIAL, 24/7 MULTIPLE LANGUAGES)
  (800) 799-SAFE (7233)
  (800) 787-3224 (TTY)

  Profesionales capacitados proporcionan plan de seguridad, apoyo y referencias para recursos locales.

- **SAN DIEGO COUNTY ACCESS AND CRISIS LINE**
  (888) 724-7240

- **211 SAN DIEGO CALL 211 OR**
  (800) 227-0997

- **OFICINA DEL FISCAL DEL CONDADO DE SAN DIEGO, PROGRAMA DE ASISTENCIA PARA VÍCTIMAS**
  (619) 531-4041

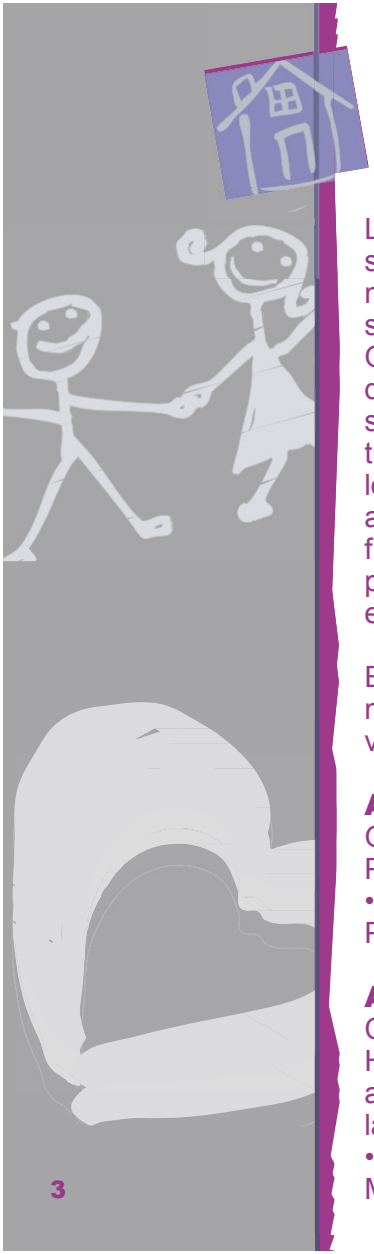
- **OFICINA DEL ABOGADO DE LA CIUDAD DE SAN DIEGO, COORDINADORES DEL SERVICIO DE VÍCTIMAS**
  (619) 533-5544

SERVICIOS DE VIOLENCIA DOMÉSTICA

Hay albergues de violencia doméstica y servicios disponibles en todo el Condado de San Diego. Vea la página 19 para una lista.

Servicios Disponibles:

- Albergues Confidencial de Emergencia y Transición
- Consejeria de Violencia Doméstica
- Grupos de Apoyo
- Asistencia Legal
- Compensación de Víctimas
- Clínicas de Orden de Restricción
- Servicios para Niños



¿QUE ES

La Violencia Doméstica se puede dar de muchas maneras, pero su meta siempre es la misma: Ofensores de violencia doméstica controlan a sus parejas intimas a través del miedo. Esto lo hacen regularmente abusando de ellos físicamente, sexualmente, psicológicamente y económicamente.

Estas son unas de las maneras que se puede dar la violencia doméstica:

ABUSO FISICO
Golpeando • Bofeteando • Pateando • Estrangulación • Empujando • Puñetazo • Paliza

ABUSO VERBAL
Criticando constantemente • Humillación • No contestando a lo que está diciendo la víctima • Burlándose • Insultos • Gritando • Maldiciendo • Interrumpiendo • Cambiando de tema.

VIOLENCIA SEXUAL
Obligando el sexo con su pareja que se niegue • Exigiendo actos sexuales que la víctima no quiera hacer • Tratamiento degradante

AISLAMIENTO
Que se le haga dificil a la víctima ver a sus familiares o amigos • Monitoreando sus llamadas • Leyendo su correspondencia • Controlando a dónde va la víctima • Quitándole las llaves del carro de la víctima

COERCION
Haciendo que la víctima se sienta culpable • Empujando a la víctima en tomar decisiones • Enfurrañarse • Manipulando a los niños y otros miembros de la familia • Siempre insistiendo que ellos tienen la razón • Imponiendo “reglas” imposibles y castigando a la víctima por romperlas

LA VIOLENCIA DOMESTICA?

HOSTIGAMIENTO
Seguirla o acoso • Avergonzando a la víctima en publicó • Constantemente monitorear a la víctima • Negarse a irse cuando se le pida

CONTROL ECONOMICO
No pagando facturas • Negar a darle dinero a la víctima • No dejando que la víctima trabaje • Interfiriendo en el trabajo de la víctima • Negarse a trabajar y mantener a la familia

ABUSO DE CONFIANZA
Mintiendo • Romper promesas • Ocultar información importante • Siendo infiel • Ser demasiado celoso • No compartiendo con las responsabilidades domesticas

AMENAZAS E INTIMIDACION
Amenazando hacerle daño a la víctima, los niños, miembros de la familia y mascotas • Usando su tamaño fisico para intimidar

• Gritando • Manteniendo armas y amenazar con usarlas

RETENCION EMOCIONAL
Insultos • No dar cumplidos

• No poner atención • No respetando las opiniones, derechos y sentimientos de la víctima

DESTRUCCION DE PROPIEDAD Destruyendo muebles • Perforando las paredes • Tirando cosas • Rompiendo platos

COMPORTAMIENTO AUTO DESTRUCTIVO
Abusando alcohol o drogas

• Amenazando hacerse daño a sí mismo o suicidio • Manejando imprudentemente • Haciendo cosas a propósito que causen daño (como insultar al jefe)

NO CREA EN ESTO MITOS DE LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

No se puede llevar por todo lo que lee o escuche sobre la violencia doméstica. Aquí hay ocho "mitos" comunes sobre la violencia doméstica. No son ciertos.

MITO #1
Violencia doméstica es solo una perdida momentánea del mal genio.

Abuso doméstico es lo opuesto de "perdida momentánea del mal genio" El ofensor toma la decisión consiente de ser abusivo. Es una técnica continua que se usa para hacer cumplir el control a través del uso del miedo.

MITO #2
Violencia doméstica solamente pasa en las familias pobres.

Violencia doméstica ocurre por todos los niveles socioeconómicos. No hay evidencia que sugiere que el nivel de ingresos, ocupación, clase económica o cultura es inmune de la violencia doméstica. Ricos, educados y profesionales están igual de propensos a la violencia que cualquiera.

MITO #3
Violencia doméstica es solo una bofetada o puñetazo de vez en cuando que no es grave.

Víctimas con frecuencia son seriamente lesionadas. Las mujeres víctimas son más propensas a sufrir un aborto espontaneo o tener un parto prematuro. Víctimas masculinas pueden también sufrir lesiones fisicas.

MITO #4
La cabeza de familia tiene el derecho de controlar a las personas que mantiene.

Ninguna persona en una relación doméstica tiene el derecho de controlar a su pareja.

MITO #5
La víctima siempre se puede alejar de la relación.

Las víctimas por lo general no tienen a donde ir donde pueda estar más seguro del abusador. A causa del historial de abuso en la relación, el abusador podría saber todas las opciones de la víctima y la puede seguir a donde vaya. Se necesita dinero, una red de apoyo y tiempo para detallar el plan para que la víctima escape; los lujos no siempre son disponibles a las víctimas. Muchas veces, es más seguro para la víctima quedarse con el abusador, por el momento, que tratar de escapar. Cuando la familia y las amistades no son una opción, la víctima podria necesitar ayuda de un albergue de violencia doméstica.

MITO #6
Si el Ofensor de VD está realmente arrepentido y promete reformarse, el abuso va terminar.

Remordimiento y rogando por el perdón son parte del método usado por el abusador para controlar a sus víctimas. Los ofensores de VD raramente dejan de abusar sin alguna intervención.

MITO #7
Si los episodios violentos no suceden con frecuencia, la situación no es tan seria.

Aunque la violencia no suceda con frecuencia, la amenaza permanece como un medio aterrorizante de control. No importa hasta qué punto aparte entre los episodios violentos, cada uno es un recuerdo de lo que pasó anteriormente y crea temor de los episodios que vendrán en el futuro.

MITO #8
Víctimas tienen los tipos de personalidad que buscan e alientan el abuso.

Varios estudios han determinado que no existen características algunas que describan a las víctimas de violencia doméstica. El ofensor de VD es responsable por el abuso, no la víctima.

¿QUIENES SON LOS ABUSADORES?

LOS ABUADORES TIPICAMENTE:

- Tienen un temperamento muy corto y se enojan inmediatamente con su pareja.
- Niegan que el abuso ha ocurrido o minimizan el episodio violento.
- Culpan a la víctima, otras personas, o acontecimientos exteriores por la conducta abusiva y/o ataque violento.

ABUSADORES NO ACTUAN PORQUE ESTAN "FUERA DE CONTROL":

- Abusadores escogen a responder a una situación violentamente. Están tomando una decisión conscientemente para comportarse de manera violenta.
- Ellos saben lo que hacen y de lo que quieren de sus víctimas.
- Ellos no están actuando porque tienen problemas de ira.
- Ellos no están reaccionando al estrés.
- No son impotentes bajo el control de las drogas o alcohol.

EL ABUSO ES UN COMPORTAMIENTO APRENDIDO:

- No es "normal" actuar de una forma violenta dentro de una relación personal.
- Es generalmente aprendido de ver el abuso usado como una táctica de control con éxito, a menudo en el hogar donde el abusador se crio.
- Es reforzado cuando abusadores no son arrestados o enjuiciados o de lo contrario si no se hace responsable por sus actos.
- Es un comportamiento aprendido por medio de observación, experiencia, refuerzos, cultura, familia y comunidad.

LOS ABUSADORES PUEDEN:

- Expresar remordimiento y pedir perdón con gestos amorosos.
- Ser buenos trabajadores y buenos proveedores.
- Ser graciosos, encantadores, atractivos e inteligentes.
- A veces, ser padres amorosos.

¿QUIENES SON LAS VÍCTIMAS?

UNOS EJEMPLOS DE VÍCTIMAS

- La gran mayoría de los casos reportados de víctimas heterosexuales son mujeres. Sín embargo, hombres heterosexuales también pueden ser víctimas. En relaciones de lesbianas, homosexual o transgénero, los hombres y mujeres son igualmente víctimas.
- Adolescentes, mujeres embarazadas y personas de la tercera edad están especialmente en riesgo.

LOS NIÑOS PUEDEN SER VÍCTIMAS DIRECTAMENTE O INDIRECTAMENTE

- Ellos mismos pueden ser abusados.
- Pueden ser forzados a ver que a su padre/madre sea abusado enfrente de ellos.
- El abusador puede usar amenazas para herirlo como un medio de controlar a la víctima.
- Crecen viendo que el abuso es natural en la manera de que tratan a su pareja íntima y como relacionarse entre ambos.
- Crecen en un medio ambiente inseguro lleno de violencia y tensión.

LOS ADOLECENTES SUFREN CITAS VIOLENTAS

- Los adolescentes son igual de vulnerables a violencia íntima con su pareja y es igual de peligrosa.
- Los adolescentes tal vez no buscan ayuda porque no confían en los adultos.

VIOLENCIA DOMÉSTICA OCURRE EN HOGARES DE RELACIONES LESBIANAS, HOMOSEXUAL Y TRANSGÉNERO

- Relaciones gay y lesbianas no son inmunes al patrón de abuso y de comportamiento coercitivo que constituye violencia doméstica.
- Con frecuencia las víctimas no buscan ayuda porque le tienen miedo a que nadie les creerá que la violencia ocurre entre relaciones lesbianas, homosexuales y transgénero y temen que experimenten homofobia y transfobia entre los proveedores de servicios.

LOS ANCIANOS PUEDEN SER VÍCTIMAS

- Pueden ser abusados por su pareja intima.
- Ellos tal vez no se puedan defender físicamente o escapar del abuso.
- Ellos tal vez son físicamente o mentalmente incapaces de reportar el abuso a alguien.

LAS VÍCTIMAS NO TIENEN LA CULPA POR LA VIOLENCIA

- Los estudios no han encontrado una conexión entre el tipo de personalidad y la característica en ser víctima.
- Víctimas no pueden parar el abuso simplemente cambiando en cómo se comportan.
- Víctimas merecen estar seguros de la violencia, a pesar de su género, edad u orientación sexual.

La Rueda del Control y Poder

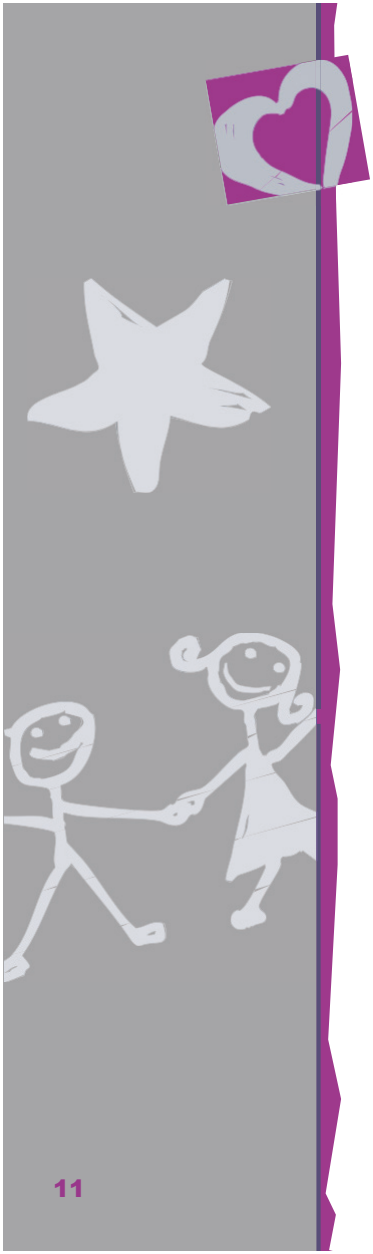
La Rueda del Control y Poder ayuda a conectar los comportamientos diferentes que juntos forman un patrón de violencia. Demuestra la relación en totalidad - y como cada comportamiento sin relación aparentemente forma una parte importante en el esfuerzo completo para controlar a alguien.

CICLO DE VIOLENCIA

La Rueda de la Igualdad

Esta Rueda de la Igualdad nos ofrece una vista de una relación basada en igualdad y sin-violencia. Utilice esta grafica para comparar las características de una relación sin-violencia comparado con una relación abusiva en la Rueda del Control y Poder. La Rueda de la Igualdad ayuda a establecer metas y limites en una relación personal.

Comportamiento Sin-Violencia



COMO AYUDAR A UN AMIGO/A QUE ES VÍCTIMA DE LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

1. Hable sobre el tema No tenga miedo al dejarle saber a las víctimas/sobrevivientes sus preocupaciones. Dígale que usted puede ver lo que está pasando y que quiere ayudar. Hágale saber que no está solo/a.

2. Reconocer que están en una situación, difícil y aterradora. Dejarle saber que no es culpa de ellos que han sido abusados. Anímelo a expresar sus sentimientos de dolor, ira, o humillación. Recuérdele que el ofensor de VD, no la víctima, es responsable por el abuso. Recuérde que para ellos tal vez sea difícil hablar sobre lo que ellos están pasando.

3. No acepte su negación. Si se niega a reconocer que está en una situación peligrosa, hágale saber su preocupación por él/ella.

4. Respete el derecho de que ellos tomen su propia decisión. Deje que tomen su propia decisión. No empiece con decirles lo que usted piensa que deben de hacer, o insistir que sigan su plan.

5. Discuta este manual con ellos. Ayúdele a identificar el comportamiento abusivo que están experimentando. Repase con ellos las ruedas de *Poder y Control* y la de *Igualdad* también. Hable sobre los servicios y líneas directas.

6. Vaya con ellos. Si ocupan ayuda médica, vaya con ellos. Si van a ir a la policía, a corte, o a ver a un abogado, ofrezca ir con ellos. Pero deje que ellos hablen.

7. Haga un plan de estrategias de seguridad con ellos. Si están contemplando abandonar una relación abusiva, ayúdele a desarrollar un “plan de seguridad”. Asegúrese que estén cómodos con el plan. Nunca los anime a seguir un plan que ellos no consideren “seguro”.

COMO DEJAR QUE SUS AMIGOS LO AYUDEN

Si a usted lo están abusando, deje que las personas que se preocupan por usted, le ayuden.

1. Confiar en alguien de confianza. Si usted tiene un amigo o pariente que se preocupe por su seguridad, digales sobre el abuso. Compartir una carga con alguien lo hace más ligero. Si usted dejo su relación abusiva y se siente solo y tentado en regresar, hable con un amigo que conozca su situación.

2. No deje que lo convenzan en tomar una acción en la cual usted no se siente cómodo. Usted es el único que sabe si está listo en dejar una relación, o ir con la policía, o buscar un refugio de emergencia. Tome sus propias decisiones, conforme a su nivel de confort.

3. Deje una "provisión de reserva" con un amigo. Esto puede incluir dinero, un juego de llaves de su carro, un cambio de ropa y copias de documentos importantes que puedan ser esenciales en caso de emergencia. Piense en lo que pueda necesitar si tiene que dejar su hogar de prisa.

4. Pidale a un amigo a que lo acompañe a citas importantes. Si tiene una cita médica, va a la policía, a corte o a ver a un abogado, llévese a un amigo para apoyo moral.

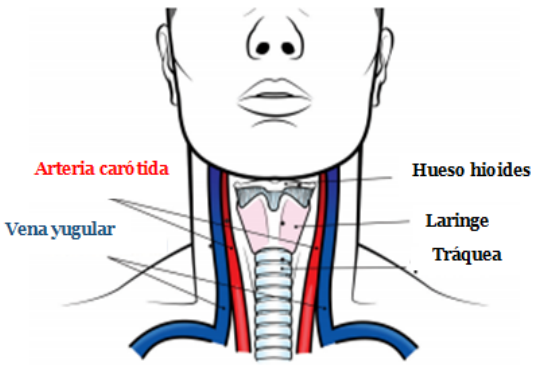
5. Discuta este manual con un amigo. Repase las ruedas del *Poder y Control* y la de la *Igualdad*. Discuta los tipos de abuso que usted está experimentando. Discuta su plan de emergencia.

6. Asegúrese que un amigo conozca su Plan de Seguridad Personal. (Las paginas 15-18 muestran como usted puede empezar su plan de seguridad). Repase el plan con un amigo y dele una copia del plan.

ESTRANGULACIÓN

Su seguridad es nuestra primera preocupación.
¿Alguien le puso las manos en su cuello o en su garganta?

Si usted o alguien que usted conoce ha sido estrangulada, comuníquese con la Policía inmediatamente. Se necesitará una evaluación médica.



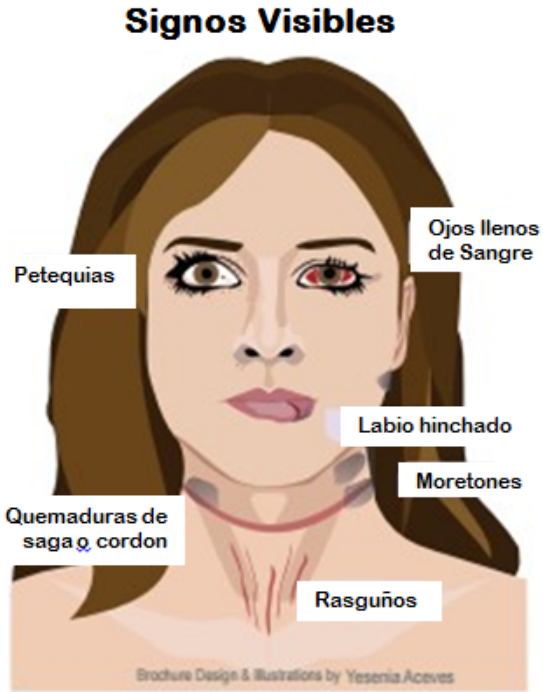
¿Que es estrangulación?

Cuando el cuerpo es privado de oxígeno, el resultado será la pérdida del conocimiento o si continua, ultimadamente la muerte. Pérdida del conocimiento puede resultar en segundos y la muerte dentro de minutos.

Estrangulación es una presión externa aplicada lo suficiente al cuello para causar el cierre de vasos sanguíneos y/o el pasaje de aire al cuello, resultando en una falta de oxígeno al cerebro.

SINTOMAS DE LA ESTRANGULACIÓN

Cambios de voz – rasposa y/o ronca, toser, sin poder hablar, pérdida total de voz
Cambios en tragar – problemas con tragar, tragar doloroso, dolor en el cuello, vomito/nausea, babear
Cambios en respiración – dificultad en respirar, híper ventilación, incapaz de respirar
Cambios de comportamiento – inquietud o inestabilidad, problemas con la concentración, amnesia, agitación, Trastorno de Estrés Postraumático, alucinaciones
Cambios con la visión – pérdida completa o visión en blanco y negro, viendo "estrellas", borrosa, obscuridad, borroso alrededor de los ojos
Cambios con audición – pérdida completa de la audición, borboteo, zumbido, estallar, presión, oír como "en un túnel"



Otros cambios – pérdida de memoria, inconciencia, mareos, dolores de cabeza, defecación u orinarse involuntariamente, pérdida de fuerza, flacidez

MEDIDAS DE SEGURIDAD MIENTRAS ESTAS EN UNA RELACIÓN ABUSIVA

Si usted está viviendo con la persona que la está maltratando, aquí tiene una lista de cosas que puede hacer para asegurar su seguridad y la de sus hijos.

Memorice los números de sus amigos y familiares a quien le pueden llamar en caso de emergencia.
Si sus hijos tienen la edad suficiente, enséñeles números importantes, incluyendo cuando y como marcar el 911.

Guarde este manual donde el abusador no lo vaya a encontrar, pero donde este a la mano por si necesita revisarlo.

Tenga su teléfono celular y/o monedas o una tarjeta de llamadas para el teléfono público con usted a todo momento.

Si puede, abra su propia cuenta bancaria.

Manténgase en contacto con sus amistades. Conozca a sus vecinos. Resista cualquier tentación de alejarse de la gente aunque usted tenga el deseo de estar solo.

Practique su plan de escape hasta que usted se lo sepa de memoria.

Deje un juego de llaves, dinero adicional, un cambio de ropa y copias de los documentos siguientes con un amigo o pariente de confianza.

- Su acta de nacimiento y la de sus hijos.
- Registros médicos y escolares de sus hijos.
- Información bancaria.
- Indentificación de asistencia publica.
- Pasaportes o tarjetas de residencia.
- Tarjeta de Seguro Social
- Contrato de arrendamiento o información de pagos de su hipoteca.
- Papeles de seguro.
- Direcciones y números de teléfonos importantes.
- Otros documentos importantes.
- Mantenga un diario del abuso que usted ha sufrido.

SEGURIDAD DESPUES DE DEJAR LA RELACIÓN

Una vez que ya no viva con su pareja abusiva, estas son algunas cosas que usted puede hacer para mejorar su seguridad y la de sus hijos.

1. **Cambie las cerraduras** - Si usted todavía está en la casa y el abusador se ha salido.

2. **Instale todos los elementos de seguridad en su casa que sean posible.** Esto puede incluir puertas y portones de acero, alarmas de seguridad, detectores de humo y luces exteriores.

3. **Infórmeles a los vecinos que su ex pareja ya no es bienvenido en las instalaciones.** Pídales que le llamen a la policía si ven que esa persona está vagueando o vigilando su casa.

4. **Este seguro de que las personas que cuidan a sus hijos sepan muy claro de quien pueda y no pueda recoger a sus hijos sin permiso.**

5. **Obtenga una orden de restricción.** Manténgala con usted a cada momento y asegúrese que sus amistades y vecinos tengan copias para mostrarle a la policía.

6. **Hágale saber a sus compañeros de trabajo sobre su situación por si llegara ir su ex pareja a su lugar de trabajo a molestarle.** Pídales que le adviertan si observan a esa persona por allí.

7. **Evite las tiendas, bancos y negocios que usted usaba cuando estaba viviendo con el abusador.**

8. **Obtenga ayuda de un consejero.** Asista talleres. Únase a un grupo de apoyo. Haga lo que sea necesario para que usted tenga una red de apoyo para cuando lo necesite.

9. **Mantenga a sus hijos seguros.** Si el ofensor de VD abusa de usted, hay una probabilidad muy grande que él/ella abuse de sus hijos también.

SU PLAN PERSONAL

Estas páginas le ayudaran a planificar su seguridad. Si usted no tiene esta información, ahora es el momento de obteneria. ¡IMPORTANTE!

Mantenga está información en un lugar seguro y privado donde el abusador no lo pueda encontrar.

1. Números de Teléfonos importantes:

Policía: **911** y _____

Línea directa de VD: **1-800-799-SAFE (7233)**

Abogado: _____ Otro:_____

2. Números de emergencia de amigos y familiares:

Nombre: _____ Número de teléfono: _____

Nombre: _____ Número de teléfono: _____

3. Estos vecinos le hablaran a la policía si es necesario:

Nombre: _____ Número de teléfono: _____

Nombre: _____ Número de teléfono: _____

4. Yo me puedo ir a estos lugares si me tengo que salir de prisa:

Nombre: _____ Número de teléfono: _____

Domicilio: _____

Nombre: _____ Número de teléfono: _____

Domicilio: _____

DE SEGURIDAD

Le he dado copias de los siguientes documentos a un amigo para que me los guarde:

[ ] Mi acta de nacimiento
[ ] Las actas de nacimientos de mis hijos
[ ] Mi tarjeta de seguro social
[ ] Registros escolares de mis hijos
[ ] Registros médicos de mis hijos
[ ] Información de cuenta bancaria
[ ] Identificación de asistencia publica
[ ] Mi pasaporte o tarjeta de residencia
[ ] Los pasaportes o tarjetas de residencia de mis hijos
[ ] Papeles de seguro
[ ] Mi contrato de arrendamiento o libro de pagos de hipoteca
[ ] Teléfonos y direcciones importantes
[ ] Otro _____ Otro _____
[ ] Otro _____ Otro _____

Lo siguiente está escondido en un lugar seguro:

[ ] Juego de llaves del carro
[ ] Dinero
[ ] Cambio de ropa para mí y para mis hijos
[ ] _____
[ ] _____

RECURSOS LOCALES

YWCA de San Diego (Central)	619-234-3164
Centro de Soluciones para la Comunidad (este del Condado)	619-697-7477 / 888-385-4657
Centro de Soluciones Comunitarias (norte de Condado)	760-747-6282 / 888-385-4657
Centro de Recursos Comunitarios (norte del Condado)	877-633-1112
Centro de Recursos para Mujeres (norte del Condado)	760-757-3500
Centro de Soluciones Comunitarias (área costera)	858-272-5777 / 888-385-4657
South Bay Community Services (sur del Condado)	800-640-2933 / 619-420-3620
Centro de Justicia Familiar (Central)	619-533-6000
Servicios para Familias Judías - 'Proyecto Sarah'	858-637-3200
Consejo de Salud del Sur para Indios Americanos	619-445-1188
Consejo de Salud para Indios Americanos	760-749-1410
Licencia a Libertad (License to Freedom)	619-401-2800
Rancho Coastal Humane Society - Programa de casa segura para animales (norte del Condado)	760-753-6413
Línea de Información para Víctimas de Acecho (Oficina del Fiscal del Distrito)	619-515-8900
Lesbianas, Gays, Bisexuales, Transgénero, en dudas (LGBT) Centro Comunitario	619-692-2077
Oficina del Fiscal de la Ciudad de San Diego, Coordinadores de Servicios a las Víctimas	619-533-5544

SD Oficina del Fiscal del Distrito, el Programa de Asistencia a las Víctimas:
Central: 619-531-4041 • Este: 619-441-4538 • Juvenil: 858-694-4595
Sur: 619-691-4539 • Norte: 760-806-4079

Oficina del Fiscal del Distrito, Unidad de Sustraccion de Menores	619-531-4345
Rady, Hospital Infantil, Centro Chadwick - Programa de Trauma y Consejería	858-966-5803

OFICINAS

San Diego County District Attorney

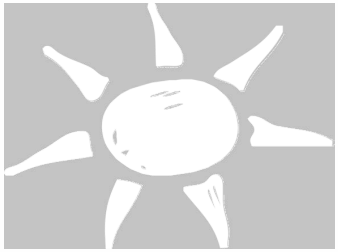
San Diego – Hall of Justice
330 W. Broadway, San Diego, CA 92101
(619) 531-4041

North County Branch – Vista Courthouse
325 S. Melrose Dr., Ste. 5000, Vista, CA 92083
(760) 806-4079

East County Branch – El Cajon Courthouse 250
Main St., 5th Floor, El Cajon, CA 92020
(619) 441-4538

South Bay Branch
333 H St., Ste. 4000, Chula Vista, CA 91910
(619) 498-5650

Juvenile Division – Juvenile Courthouse 2851
Meadowlark Dr., San Diego, CA 92123
(858) 694-4254



INFORMACIÓN ADICIONAL

FUTURES WITHOUT VIOLENCE
www.futureswithoutviolence.org

SD DOMESTIC VIOLENCE COUNCIL
www.sddvc.org

NATIONAL DOMESTIC VIOLENCE HOTLINE
Confidential 24/7 • 1-800-799-SAFE (7233)
www.thehotline.org

CALIFORNIA PARTNERSHIP TO END DOMESTIC VIOLENCE
www.cpedv.org

The San Diego County District Attorney
Victim Assistance Program
330 W. Broadway, Ste. 700
San Diego, CA 92101
(619) 531-4041

Para solicitar este manual, póngase en contacto con:
San Diego District Attorney's Office
Family Protection Division
(619) 531-4300
www.sdcda.org

:

"No Debería Doler Regresar al Hogar"
La Guía de la Víctima de la Violencia Doméstica

This publication was supported by funding awarded by VW 18370370 through the California Office of Emergency Services (CalOES).

Rev. 4/2019