

Desarrollar un plan de seguridad:

Tenga en cuenta que las circunstancias de cada persona son diferentes, por lo que este plan de seguridad se compone de consejos e información general sobre cómo mantenerse usted y a su familia a salvo. Elija lo que mejor funcione para usted.

I. Preparación y planificación no de emergencia:

- A. Prepare un juego extra de llaves del coche y escóndalas en un lugar de fácil acceso ()
- B. Prepare la ropa y las necesidades de medicamentos para usted y sus hijos ()
Manténgalos en un lugar seguro o guárdelos en la casa de un amigo/familiar de **confianza**
- C. Prepárese para las necesidades económicas (poner en un lugar accesible): ()
 - 1. Efectivo extra ()
 - 2. Abra una cuenta corriente individual ()
 - 3. Otros objetos de valor (ej. joyas, monedas, etc.) ()
- D. Prepárese para las necesidades de los niños (cuando hay niños involucrados): ()
 - 1. Tome algo significativo para cada niño (manta, almohada, etc.) ()
 - 2. Use la palabra emergencia en lugar de "violencia" o "enojo" ()
 - 3. Identifique un lugar seguro para que los niños vayan, y planifique con ellos ()
- E. Prepárese para posibles acciones legales. Guarde todos los documentos en un lugar seguro: ()
 - 1. **Documentos financieros:**
 - a. Comprobantes de pago: los suyos (si está trabajando) y los de su pareja ()
 - b. Facturas del hogar: incluye pagos de hipotecas, servicios públicos, etc. ()
 - c. Acciones, bonos y cualquier otra participación financiera conjunta ()
 - 2. **Identificación:**
 - a. Licencia de conducir, certificados de nacimiento, tarjeta de seguridad social, visa/otros documentos de inmigración ()
 - 3. **Copias de órdenes de restricción, evidencias de abusos anteriores** ()
 - 4. **Copias de registros:**
 - a. Registros médicos, informes policiales, evidencias de abuso físico como fotografías. ()
 - 5. **Tenga a mano** un registro de los números de teléfono críticos en caso de que su teléfono se pierda o se dañe ()
- F. Identifique un lugar seguro en el que podría quedarse en caso de emergencia (incluso temporalmente)
 - 1. Hogar de familiares/amigos ()
 - 2. Casa de Seguridad de Emergencia de JBWS ()
 - 3. Hotel ()
- G. Preste atención a su uso de la tecnología y el de la persona que causa el daño en relación al acceso a su teléfono celular y sus cuentas en línea ()
 - 1. Mantenga apagadas las app de GPS o basadas en ubicación en el celular ()
 - 2. Cambie las contraseñas en sus cuentas o cree nuevos nombres de usuario para las cuentas en línea ()
 - 3. Si sospecha que le están monitoreando las llamadas telefónicas/mensajes de texto/correos electrónicos, use un dispositivo más seguro, como una computadora pública, un teléfono prepago o una nueva dirección de email ()

II. Plan de seguridad de emergencia (cuando se vive con la persona que causa el daño):

- A. Planifique una ruta de escape de su casa **ANTES** de que sea necesaria ()
- B. Acostúmbrese a retroceder el automóvil por el ingreso o el lugar de estacionamiento y mantenga el automóvil con combustible ()
- C. Haga una lista de situaciones en que pueda suscitarse violencia o escalar ()
 - 1. Identifique maneras de des-escalar a la persona que causa el daño ()
 - a. Esto puede requerir "aplacar" a la persona que causa el daño, para así mantenerse a salvo y/o poder marcharse.
- D. Explore cuidadosamente el diseño de su casa y el acceso a los teléfonos ()
 - 1. Mantenga siempre el teléfono celular cargado y accesible ()
 - 2. Conserve el número de JBWS en un lugar seguro ()
- E. Desarrolle y ensaye un plan para salir del hogar si se genera violencia ()
- F. Si la violencia tuviera lugar fuera de su casa, desarrolle un plan para poder escapar ()
- G. Avise a los vecinos de **confianza** para que estén alertas ante ruidos sospechosos y llamen a la Policía ()
- H. Desarrolle una palabra clave con los niños cuando quiera que pidan ayuda ()
- I. Enseñe a los niños cómo usar el teléfono para comunicarse con la Policía ()
- J. Conozca los lugares seguros en el hogar a los que puede ir para salir de una situación peligrosa ()
 - 1. **EVITE: cocinas, baños, garaje o cualquier otro ambiente que contenga posibles armas. Retire las posibles armas, como los cuchillos, del fácil acceso**
- K. No corra hacia donde están los niños, ya que su pareja también puede lastimarlos ()
- L. Trate de no usar bufandas o joyas largas que podrían utilizarle para estrangularle o lastimarla de alguna manera ()

III. Cuando ocurre un incidente violento:

- A. Abandone el hogar de inmediato ()
- B. Si no es posible salir, trasládese lo antes posible a una habitación de bajo riesgo
 - a. **TRATAR DE EVITAR:** ambientes de riesgo (ver Sección II, J.)
- C. Es posible que deba usar herramientas de "apacamiento" o de desescalada para mantener su seguridad ()
- D. Llame o envíe un mensaje de texto al 911 para la Policía ()
 - 1. Si está enviando un mensaje de texto al 911, mantenga su teléfono celular en silencio para que la persona que causa el daño no sea alertada de que se ha contactado a la Policía
 - 2. Envíe a la Policía un mensaje de texto con su ubicación exacta y bríndeles una breve descripción de la situación. Si no conoce la dirección de donde está, proporcione los nombres de las calles de la intersección más cercana, o una descripción de la referencia más cercana
- E. Haga que los niños alerten a la Policía, a los vecinos, o al "contacto de emergencia" ()
- F. Si puede salir en automóvil, CIERRE LAS PUERTAS DEL VEHÍCULO DE INMEDIATO ()

IV. Plan de seguridad con una orden de restricción:

- A. Tenga con usted o cerca, en todo momento, una copia de la orden de restricción ()
- B. Entregue copias de las órdenes de restricción a los departamentos de policía locales, escuelas infantiles, familiares y amigos de confianza ()
- C. Informe a tantos vecinos, familiares, amigos y compañeros de trabajo, tan pronto como sea posible, que la orden de restricción está en vigor ()
- D. Si la persona que causa el daño viola la orden de restricción, **COMUNÍQUESE CON LA POLICÍA DE INMEDIATO** ()
- E. **Documente TODAS LAS infracciones:** incluso a través de tecnología y póngase en contacto con su abogado/defensor
- F. Si la persona que causa el daño es acusada de un delito, **MANTÉNGASE EN CONTACTO CON LA POLICÍA Y/O EL COORDINADOR DE TESTIGOS DE LA VÍCTIMA, PARA SER INFORMADA SI LA PERSONA QUE CAUSA EL DAÑO ESTÁ SIENDO LIBERADA DE LA CÁRCEL** ()
- G. Cuando la orden de restricción final esté vigente, **CAMBIE TODAS LAS CERRADURAS DE SU DOMICILIO** ()

V. Cuando se tenga que mudar:

- A. Evalúe alquilar un apartado de correos o usar la dirección de un amigo para su correo ()
- B. Tenga cuidado a quién le da su nueva dirección y número de teléfono ()
- C. Cambie las rutinas siempre que sea posible, y haga verificar su automóvil para ver si tiene un dispositivo de rastreo ()
 - 1. Cambiar las horas de trabajo, las rutas por las que se dirige al trabajo, las escuelas de los niños o cualquier otro lugar que frecuente
 - a. (Reuniones de AA, gimnasio, casas de amigos/familiares, etc.)
- D. Dígle a las personas de su trabajo que revisen las llamadas telefónicas, que entren y salgan del trabajo con otra persona siempre que sea posible ()
- E. Alertar a las autoridades escolares sobre la situación ()
 - 1. Dígle a quienes cuidan a sus hijos cuáles personas pueden recogerlos
- F. Ingrese retrocediendo al camino de entrada de su hogar y a los espacios de estacionamiento ()
 - 1. Aparque en zonas bien iluminadas
 - 2. Instalar en la propiedad luces con sensor de movimiento y seguridad adicional
- G. Limite el uso de apps de redes sociales (Facebook, Instagram, Snapchat, TikTok, Twitter): ()
 - 1. Abstenerse de publicar fotos ()
 - a. Incluso sin una ubicación etiquetada, las coordenadas se pueden llegar a incrustar en la imagen
 - 2. Limite las actualizaciones que podrían brindar información sobre su ubicación ()
 - 3. Pida a los demás que se abstengan de incluirle en sus publicaciones ()
 - 4. Ajuste la privacidad de las redes sociales en la configuración más estricta ()
 - 5. Considere bloquear de sus cuentas de redes sociales a la persona que le causa daño

V. Continuación - Cuando se tenga que mudar:

H. Revise periódicamente sus aplicaciones y cuentas en línea

()

1. Supervise las nuevas aplicaciones en su teléfono: elimine las que no haya descargado usted misma, ya que pueden ser utilizadas por la persona que causa el daño para rastrear su ubicación
 2. Mantenga el GPS apagado en el teléfono, para evitar que se rastreen sus ubicaciones frecuentes
 3. Cambiar nombres de usuario y contraseñas con frecuencia
- a. Las computadoras, tabletas y teléfonos celulares se pueden sincronizar, lo que permite el acceso a mensajes, cuentas de email, apps de redes sociales, etc.

()

()

Comuníquese con la línea de ayuda de 24 horas de JBWS ante cualquier pregunta que pueda tener:

Línea de ayuda de 24 horas de JBWS: 1.877.782.2873

Línea de ayuda por mensaje de texto: 973.314.4192

Hablamos Español - Intérpretes disponibles

Otros números importantes:

Servicios de Defensa Legal: (973) 267-7520, EXT. 259

Servicios de Defensa Legal en Español: (973) 267-7520, EXT. 260

Centro de Justicia Familiar de Morris: (973) 829-4050

Unidad de Asistencia a Víctimas/Testigos, Oficina del Fiscal del Condado de Morris: (973) 285-6200

Recepción principal del Juzgado del Condado de Morris:
(862)-397-5700 EXT. 7520