

- Tome responsabilidad sobre sus acciones y busque ayuda.
- Cuando usted siente que la tensión sube, huya. Elimine la energía por medio de caminar, un proyecto o un deporte.
- Llame una línea directa de violencia doméstica o un centro médico y pregunte sobre consejería y grupos de apoyo para personas que son abusadas.

Los altos costos para la gente que abusa.

- Hombres y mujeres que usan la violencia para resolver conflictos están educando la misma conducta destructiva a sus hijos.
- Los trabajos se pueden perder o las carreras se paran a causa de heridas y arrestos.
- La violencia con frecuencia aumenta a heridas serias o muerte.

El Departamento de Sheriff de el Condado de Pima le puede ayudar.

Si usted o alguien a quien conoce es víctima de violencia doméstica, tome el primer paso y llame al 9-1-1. Otros recursos de la área son:

- Información de Tribunal de Ciudad de Tucson.....(520) 791-4581
- Centro de Tucson para Mujeres y niños.....(520) 795-4880
- Línea directa.....(520) 795-4266
- Testigos de víctima.....(520) 740-5525
- El Centro de Brewster—Servicios De Violencia Domésticas.....(520) 881-7201

Contáctenos

Para más información en otros asuntos sobre la prevención del crimen, contacte el Equipo de Recursos de Comunidad de el Departamento de Sheriff de el Condado de Pima al (520) 351-4615. Con gusto le mandamos materias y folletos educativos o proporcionar presentaciones de seguridad. ¡Llame hoy!



Pima County Sheriff's Department

Clarence W. Dupnik
Sheriff of Pima County

Community Resources Unit
1750 E. Benson Highway
Tucson, Arizona 85714

Phone: (520) 351-4615
Fax: (520) 351-4902
www.pimasheriff.org



Help me, McGruff . . .
**TAKE A BITE OUT OF
CRIME™**

Crime Prevention Tips From
National Crime Prevention Council
1700 K Street, NW, Second Floor
Washington, DC 20006-3817
www.weprevent.org

Pima County Sheriff's Department

**PARE LA
VIOLENCIA
DOMÉSTICA**



Sheriff Clarence W. Dupnik

1750 E. Benson Highway
Tucson, Arizona 85714



El Crimen Verdadero... Violencia Doméstica

Una de cada cuatro mujeres en este condado sufrirá alguna clase de violencia en las manos de su marido ó el novio.

Muy pocos le dirán a alguien—ni a un amigo, ni a un pariente, ni a un vecino, ó la policía.

Las víctimas de la violencia doméstica vienen de toda clase de vida—todas culturas, todas categorías económicas, todas edades, todas religiones, é incluso ambos géneros.

Sin la intervención, el ciclo de la violencia continuará suceder una y otra vez.



¿Es Abusado Usted? La persona que usted adora...

- “¿Mantiene pista” de todo su tiempo?
- ¿Lo acusa constantemente de ser infiel?
- ¿Desalienta sus relaciones con la familia y amigos?
- ¿La previene de trabajar ó asistir la escuela?
- ¿Lo critica por cosas pequeñas?
- ¿Se enoja fácilmente cuando toma ó usa drogas?
- ¿Controla las finanzas y la fuerza a dar cuenta con todo detalle de lo que usted gasta?
- ¿Lo humilla frente otros?
- ¿Destruye su propiedad personal ó cosas de sentimiento?
- ¿Pega, bofeta, pateo, ó la muerde a usted ó sus niños?
- ¿Usa ó amenaza de usar armas contra usted?
- ¿Lo forza a tener sexo contra su voluntad?

Si se encuentra diciendo “si” es tiempo de tomar ayuda.

¿Si usted esta lastimado, que puede hacer?

No hay respuestas fáciles, pero hay cosas que usted puede hacer para protegerse.

- Llame a las autoridades. El asalto, aún por miembros de la familia, es un crimen. Los recursos están disponibles para ayudarle.
- Vayase, ó que alguien venga y se quede con usted. Vaya a un refugio de violencia doméstica. La aplicación de la ley lo puede ayudar a localizar los recursos locales. Si usted cree que usted ó sus niños corren peligro, vayase inmediatamente.



- Si usted esta herido, busque atención medica de su doctor ó de el hospital mas cercano. Pida que el personal médico fotografíe sus heridas.
- Contacte el Tribunal de la Ciudad de Tucson para información acerca de Ordenes de Protección.

No Ignore el Problema

- Usted debe tomar medidas para romper el ciclo de la violencia. El abusador puede expresar que él ó ella están arrepentidos, pero sucederán otra vez si no hay intervención.
- Hable con alguien. Parte de el poder de el abusador viene de el secreto. Las víctimas con frecuencia se avergüenzan de darle a saber a cualquiera acerca los problema íntimos. Vaya con un amigo ó el vecino, ó llame a una línea directa de violencia doméstica para hablar con un consejero.
- Planifique por adelantado y sepa lo que usted hará cuando usted sea atacado otra vez. Si usted decide salir, escoger un lugar para ir y tener algún dinero aparte. Ponga papeles importantes en un lugar donde usted los puede obtener rápidamente.
- Aprenda a pensar independientemente. Trate de planear para el futuro y ponga metas fijas para usted mismo.

¿A lastimado a alguien usted de su familia?

- Acepte el hecho que su conducta violenta destruirá su familia. Esté enterado que usted esta rompiendo la ley cuando usted lastima a alguien