

PLAN DE SEGURIDAD DEL DEFENSOR DE UNA VÍCTIMA

DECLARACIÓN DE LA LEY DE PRIVACIDAD

De conformidad con la Ley de Privacidad de 1974 (Ley Pública 93-579), este aviso le informa sobre el propósito de este formulario y cómo se usará. Por favor léalo con cuidado.

AUTORIDAD: 5 U.S.C. 301 "Reglas Departamentales"; 10 U.S.C. 136, Para la Secretaría de Defensa para el Personal y la Preparación y la Sección 534 de la Ley de Autorización de la defensa Nacional para el año fiscal 1995, Ley Pública 103-337.

PROPÓSITOS PRINCIPALES: La información en este formulario se usará para dar a las víctimas de la violencia doméstica un plan para incrementar su seguridad personal y para prepararlas para los pasos a seguir en caso de que ocurra violencia o abuso posterior.

USO(S) DE RUTINA: Ninguno.

REVELACIÓN: Voluntaria. Sin embargo, no dar la información puede dificultar el desarrollo de un plan de seguridad completo.

NOMBRE

FECHA (AAAAMMDD)

FECHAS DE REVISIÓN (AAAAMMDD)

El siguiente representa mi plan para incrementar mi seguridad y prepararme por adelantado para la posibilidad del abuso o violencia posterior. Aunque no tengo control sobre la conducta de mi abusador, tengo la opción de elegir cómo responderle y cómo ponerme a salvo. Algunas de las cosas que puedo hacer son:

1. PARA INCREMENTAR MI SEGURIDAD EN GENERAL. Tal vez no siempre podré evitar los incidentes violentos. Para incrementar mi seguridad, puedo usar una variedad de estrategias.

Puedo usar algunas de las siguientes:

a. Si decido irme, haré lo siguiente: (Practicaré cómo salir con seguridad. ¿Qué puertas, ventanas, escaleras o salidas de emergencia usaría?)

b. Puedo mantener mis artículos personales (bolso, llaves del auto, etc.) listos y ponerlos en

_____ (lugar) para salir rápidamente.

c. Puedo decirle a _____ y _____ sobre la violencia y pedirles que llamen a la policía civil o militar si escuchan ruidos sospechosos en mi casa.

d. Puedo enseñar a mis hijos cómo usar el teléfono para contactar a la policía o los bomberos y cómo reportar violencia u otros problemas.

e. Usaré _____ como mi palabra código con mis hijos o amigos para pedir ayuda.

f. Si tengo que salir de mi casa, iré a: _____ (Debo decidir esto aún si no creo que habrá una siguiente vez). Si no puedo ir a ese lugar, puedo ir a:

_____ o _____

g. También puedo enseñarles algunas de estas estrategias a algunos/todos mis niños.

h. Cuando espero que haya un incidente, trataré de moverme a un espacio de menor riesgo, como:

_____ (Trataré de evitar incidentes en el baño, garaje y cocina, cerca de armas o en cuartos sin puerta exterior.)

i. Usaré mi juicio e intuición. Si la situación es muy seria, puedo darle a mi abusador(a) lo que quiere para calmarlo(a). Tengo que protegerme hasta que esté o estemos fuera de peligro.

2. PARA PROTEGERME DURANTE UN INCIDENTE O SI PLANEO IRME. Si planeo irme, debo hacerlo sin decírselo a la cara a mi abusador(a). Si tengo que irme rápido (durante un incidente), SÓLO ME IRÉ. No hablaré sobre ello con mi abusador(a). Si me voy a ir en otro momento, lo haré cuando mi abusador(a) no esté en casa y me comunicaré con él/ella más tarde por teléfono o carta desde un lugar seguro.

3. SEGURIDAD CUANDO ME PREPARE PARA IRME. Puedo decidir dejar la residencia que comparto con mi abusador(a). Debo tener un plan cuidadoso para irme y así incrementar mi seguridad. Mi abusador puede enojarse y ponerse más violento si cree que voy a dejar la relación.

Puedo usar algunas o todas las siguientes estrategias de seguridad:

a. Dejaré dinero y un juego de llaves extra con _____

para salir rápido.

b. Mantendré copias de mis documentos importantes o llaves en:

c. Abriré una cuenta de ahorros para (fecha) _____, para aumentar mi independencia.

Usaré _____
como la dirección postal para que el estado de cuenta mensual no llegue a mi casa.

d. Otras cosas que puedo hacer para incrementar mi independencia incluyen:

e. El número de emergencia del programa de violencia doméstica es: _____, puedo buscar refugio llamando ahí.

f. Puedo tener monedas conmigo en todo momento para usar el teléfono. Entiendo que si uso mi tarjeta de crédito telefónico, el siguiente mes el recibo le dirá a mi abusador(a) los números que he llamado antes o después de irme. Para mantener mi comunicación telefónica confidencial, debo ya sea usar monedas o una tarjeta telefónica prepagada o un amigo puede permitirme usar su tarjeta de crédito telefónico por un tiempo limitado cuando me vaya.

g. Hablaré con _____ y _____
para ver quién me puede dejar quedarme con ellos o prestarme algo de dinero.

h. Puedo dejar ropa extra con:

i. No le diré a mi abusador(a) cara a cara que me voy, me iré sin hablar con él/ella.

j. Me sentaré y revisaré mi plan de seguridad cada _____ para planear la forma más segura de salir de mi residencia.

(El Defensor de violencia doméstica o amiga(o)) _____
está de acuerdo en ayudarme a revisar este plan.

k. Voy a ensayar mi plan de escape, según sea adecuado, y practicaré con mis hijos.

4. ARTÍCULOS QUE DEBO LLEVAR CUANDO ME VAYA. Si decido dejar a mi abusador(a), es importante llevarme ciertos artículos. También puedo darle una copia extra de documentos y un juego de ropa a un amigo(a) en caso que tenga que irme rápido.

Los artículos de la siguiente lista son los más importantes. Si hay tiempo, puedo llevarme otros artículos o almacenarlos en otro lugar fuera de mi casa para tomarlos rápidamente.

Estos artículos pueden colocarse en una ubicación, así que si tengo que irme aprisa, puedo tomarlos rápidamente. Cuando me vaya, debo llevar conmigo:

Mi identificación	Permisos de trabajo
Tarjeta de identificación militar	Tarjeta verde (inmigración)
Certificados de nacimiento de los niños	Documentos de divorcio/custodia
Mi certificado de nacimiento	Archivos médicos
Pasaportes	Contratos de arrendamiento/renta, libro de pagos de hipoteca
Mi núm. de seguro social, de mi patrocinador del DoD, y de mis niños	Libreta del banco
Dinero	Registros escolares y de vacunas
Chequera, tarjeta de ATM (Cajero automático)	Papeles del seguro
Tarjetas de crédito	Agenda
Llaves – casa / auto / oficina	Fotografías
Licencia de conducir y registro	Joyería
Medicamentos	Juguetes y/o cobijas favoritos de los niños
	Objetos pequeños que se puedan vender (no propiedad del abusador)

5. SEGURIDAD EN MI PROPIA RESIDENCIA. Si ya no vivo con mi abusador o si tengo mi propia residencia, hay muchas cosas que puedo hacer para incrementar la seguridad en dicha residencia. Dependiendo de ésta, puede que no sea posible realizar todas las medidas que se listan aquí o hacerlas a la vez, pero las tomaré en consideración para proteger mi seguridad.

Las medidas de seguridad que puedo usar incluyen:

- Puedo cambiar las cerraduras de mis puertas y ventanas lo más pronto posible.
- Puedo reemplazar las puertas de madera por puertas de acero/metal.
- Puedo instalar sistemas de seguridad que incluyan cerraduras adicionales, protectores de ventanas, palos para bloquear las puertas, un sistema electrónico, etc.
- Puedo comprar escaleras de cuerda para escapar por las ventanas del segundo piso.
- Puedo instalar detectores de humo y comprar extintores de fuego para cada piso de mi casa / apartamento.
- Puedo instalar un sistema de luz exterior que ilumine cuando una persona se acerque a mi casa.
- Enseñaré a mis hijos cómo usar el teléfono para llamarme y para llamar a :

_____ (amigo(a)/clérigo/otro) en caso que mi abusador(a) se lleve a los niños.

h. Le diré a la gente que cuida a mis hijos qué personas tienen permiso de recogerlos.

La gente a quien informaré sobre dicho permiso incluye:

Escuela: _____

Personal de la guardería: _____

Niñera: _____

Escuela dominical/maestro de escuela religiosa: _____

Maestro(a): _____

Otros: _____

i. Puedo informar a las siguientes personas que mi abusador(a) ya no vive conmigo y deben llamar a la policía militar o civil si lo/la observan cerca de mi residencia:

Vecino: _____

Pastor/líder religioso: _____

Amigo(a): _____

6. SEGURIDAD CON UNA ORDEN DE PROTECCIÓN. Mi abusador(a) debe obedecer las órdenes de protección, pero nunca se puede estar seguro de esto. Reconozco que puedo necesitar pedir a la policía civil o militar, los tribunales y el oficial militar comandante que la hagan cumplir.

Los siguientes son algunos pasos que puedo seguir para ayudar a que se cumpla mi orden de protección:

a. Mantendré mi orden de protección en (ubicación):

b. Siempre tendré una copia de mi orden de protección conmigo. Si cambio bolsas/carteras, es lo primero que pondré.

c. Daré una copia de mi orden de protección a los departamentos de policía civil y militar en la comunidad donde trabajo, las comunidades donde usualmente visito a mi familia o amigos y la comunidad donde vivo.

d. Puede haber un registro de órdenes de protección en el condado donde todos los departamentos de policía pueden confirmar una orden de protección. Revisaré y me aseguraré que mi orden está en el registro. El número de teléfono de dicho registro del condado es:

e. Para mayor seguridad, si visito a menudo otros condados, puedo presentar mi orden de protección en los tribunales de dichos condados. Registraré mi orden de protección en los siguientes condados:

f. Puedo decirle al programa de violencia doméstica si no estoy seguro(a) sobre b., c. o d. o si tengo algún problema con mi orden de protección.

g. Informaré a mi empleador, clérigo, amigos cercanos y _____ que tengo una orden de protección en vigor.

h. Si mi abusador(a) destruye mi orden de protección, puedo obtener otra copia si voy a: _____
ubicado en :

i. Si mi abusador viola mi orden de protección, puedo llamar a la policía e informar una violación, contactar a mi abogado, llamar a mi defensor y/o avisar al tribunal sobre la violación.

j. Si la policía no ayuda, puedo contactar a mi defensor o abogado y presentar una queja con el jefe del departamento de policía.

k. También puedo presentar una demanda civil privada en la jurisdicción de los Estados Unidos donde ocurrió la violación. Puedo acusar a mi abusador(a) de la violación de una orden de protección. (También puedo preguntar si la jurisdicción donde ocurrió la violación permite que se presenten las demandas criminales privadas.) Puedo llamar al defensor de violencia doméstica para que me ayude con esto.

7. SEGURIDAD EN EL TRABAJO Y EN PÚBLICO. Debo decidir si y cuándo le diré a otros que mi abusador(a) es abusivo y que puedo estar en riesgo continuo. Los amigos, familia y compañeros de trabajo pueden ofrecer protección. Debo considerar cuidadosamente qué personas sabrán para garantizar mi seguridad.

Puedo hacer todo o alguna parte de lo siguiente:

a. Puedo informar a mi jefe, el supervisor de seguridad, oficial militar, consejero y

_____ en el trabajo sobre mi situación.

b. Puedo pedir a _____ que ayude con las llamadas telefónicas en el trabajo.

c. Cuando salga del trabajo, puedo:

d. Cuando manejo a casa, si ocurren problemas, puedo:

e. Si uso transporte público, puedo:

f. Puedo usar diferentes tiendas y centros comerciales para hacer mis negocios y compras en horarios diferentes a los que tenía cuando vivía con mi abusador(a).

g. Puedo usar un banco distinto y hacer mis actividades bancarias en horarios distintos a los que usaba cuando residía con mi abusador(a).

También puedo:

8. LA SEGURIDAD Y EL USO DE DROGAS O ALCOHOL. Mucha gente usa alcohol. Mucha usa las drogas que alteran el estado de ánimo. Algunas drogas son legales y otras no. El Departamento de Defensa tiene una política de cero tolerancia para los miembros en servicio activo respecto al uso de drogas ilegales y hay leyes criminales federales y estatales que se enfocan en el uso de las sustancias ilegales. Por lo tanto, debo considerar cuidadosamente los costos potenciales a mi familia y a mí si alguien en mi familia las está usando. Pero más allá de esto, el uso de cualquier tipo de alcohol o droga puede reducir mi conciencia y habilidad de actuar rápidamente para protegerme de mi abusador(a). El uso de las drogas o el alcohol también afecta la manera en que mi abusador(a) responde a diferentes situaciones. Por lo tanto, en el contexto del uso de las drogas y el alcohol, necesito hacer planes específicos de seguridad. Si dicho uso ha ocurrido en mi relación con mi abusador(a), puedo mejorar mi seguridad por medio de lo siguiente:

a. Si voy a usar alcohol, puedo hacerlo en un lugar seguro y con personas que entienden el riesgo de la violencia y que están comprometidas con mi seguridad.

b. También puedo:

c. Si mi abusador las usa, puedo:

d. También puedo:

e. Para salvaguardar a mis hijos, puedo:

9. LA SEGURIDAD Y MI SALUD EMOCIONAL. La experiencia de ser golpeada(o) y degradada(o) verbalmente por abusadores usualmente es agotador y emocionalmente agobiante. El proceso de construir una vida nueva para mí requiere de mucho valor y una energía increíble.

Para conservar mi energía emocional y recursos y para evitar momentos difíciles emocionalmente, puedo hacer lo siguiente:

a. Si me siento triste y lista(o) para regresar a una situación potencialmente abusiva, puedo:

b. Cuando tengo que comunicarme con mi abusador(a) en persona o por teléfono, puedo:

c. Puedo tratar de usar oraciones con "Yo puedo..." conmigo misma(o) y ser asertiva(o) con los demás.

d. Puedo decirme a mí misma(o): " _____ " cuando sienta que otros tratan de controlarme o abusarme.

e. Puedo leer _____ para ayudarme a sentir más fuerte.

f. Puedo llamar a _____

y _____ como otro recurso para apoyarme.

g. Otras cosas que puedo hacer para que me ayuden a sentir más fuerte son:

h. Puedo asistir a talleres y grupos de apoyo en el programa de violencia doméstica o:

_____ o _____

para obtener apoyo y fortalecer mis relaciones con otra gente.

NO DEBO MANTENER ESTE PLAN CONMIGO. DEBO DISCUTIR CON MI DEFENSOR DE VÍCTIMAS DÓNDE Y CON QUIÉN SE MANTENDRÁ ESTE PLAN.

DEBO DESPRENDER LA LISTA DE TELÉFONO DE LA ÚLTIMA PÁGINA Y MANTENERLA CONMIGO.

LISTA DE TELÉFONOS

DESPRENDER Y MANTENER CON USTED EN TODO MOMENTO

NÚMEROS TELEFÓNICOS QUE NECESITO SABER:

Línea nacional de emergencia de violencia doméstica: **1-800-799-SAFE**

Departamento de policía – casa: _____

Departamento de policía – escuela: _____

Departamento de policía – trabajo: _____

Policía militar: _____

Oficial comandante/Consejero enlistado: _____

Oficina del Programa de Defensa Familiar: _____

Capellán: _____

Línea de emergencia de violencia doméstica: _____

Programa/Defensor de Violencia Doméstica: _____

Registro de órdenes de protección del condado: _____

Número del trabajo: _____

Número de la casa del Supervisor: _____

Persona del clero: _____

Abogado: _____

Escuela/Guardería: _____

Doctor: _____

Amiga(o): _____

Miembro de la familia: _____

Military One Source – de los Estados Unidos: **1-800-342-9647**; en el exterior: **484-530-5747**

Otro: _____

