

**Si usted piensa que está siendo abusada, busca ayuda inmediatamente!**

**Usted puede estar en una abusiva relación si su cónyuge, pareja o un miembro de la familia:**

- Intimide o amenace con hacerle daño a usted, su familia o mascotas.
- Toca en maneras que duelen o te asuste.
- Te insulta en público.
- Limite a donde usted vaya, qué haces y quien puede ver.
- Intenta controlar su dinero.
- Destruye tus cosas.
- Supervisa el teléfono o en línea la actividad.
- Te hace tener sexo en maneras o a veces que resultan incómodas para usted.
- Lo culpa de los abusos.
- Te hace temeroso cuando él o ella está enojado.
- Le dice que la envidia es un signo de amor.



WOMEN'S & CHILDREN'S  
ALLIANCE

**¿Es usted o alguien que conoce  
Siendo Abusados?**

**Policía/emergencia: 911**

**La violencia doméstica telefónico: (208) 343-7025**

**Crisis de Asalto Sexual telefónico: (208) 345-7273**

**(Para refugios de emergencia, consejería, y órdenes de protección)**

Esta tarjeta proporcionada por el Women's & Children's Alliance

## Refugio de emergencia

WCA Crisis Center Hotline..... 343-7025  
Hays Casa Abrigo (jóvenes entre las  
edades de 9 a 17)..... 322-6687  
Interfaith Sanctuary..... 343-2630  
Río de vida Misión de Rescate  
(para los hombres)..... 389-9840  
Ciudad de luz (para las mujeres).... 368-9901

## Asesoramiento - Víctimas

Centro de Crisis WCA..... 343-7025  
Salud y Provecho..... 454-8632

## Las órdenes de protección

Centro de Crisis WCA..... 343-7025  
Línea de Asesoramiento Jurídico DV  
Idaho (Ayuda Legal)..... 1-877-500-2980

## Línea nacional

Línea Nacional sobre Violencia Doméstica  
..... 1-800-799-7233  
(seguro)

## Plan de seguridad:

- Planificar de antemano un refugio o albergue donde puedes ir.
- Decidir cómo llegar allí.
- Tener una bolsa empaquetada con los siguientes elementos:
  - Uno a dos días de ropa.
  - Documentos importantes (certificados de nacimiento, tarjetas de seguridad social, etc.).
  - Claves adicionales.
  - Pequeña cantidad de dinero en efectivo.
  - Medicamentos de prescripción.
  - Otros temas de importancia.
- Saber dónde llamar para obtener ayuda. Consulte el listado en esta tarjeta.
- Dejar cuando eres consciente del peligro o la amenaza de ser herido.