

¿Están usted y su bebé a salvo?



Si usted contesta “Sí” a alguna de estas preguntas, tal vez esté siendo abusada. Usted y sus niños pueden estar en peligro.

¿Su esposo o pareja la maltrata con palabras?

¿El la insulta y le hace sentir inferior?

¿El la menosprecia frente de otras personas?

¿El le hace daño físico?

¿El la empuja, le pega en la cara, golpea, la bofetea, ahorca o la maltrata?

¿El la lastima cuando tienen relaciones íntimas o hace que usted haga cosas íntimas que usted no quiere hacer?

¿El está encargado de todo?

¿El le dice con quién usted puede hablar o ver?

¿El controla todo el dinero de la familia?

¿El la asusta?



¿Se enoja fácilmente, se pone muy celoso o quiebra cosas?

¿El la amenaza con hacerle daño a usted, los niños, mascotas o a sí mismo?

Usted no está sola.

Usted no tiene la culpa.

Usted no “se lo buscó.”

Usted no merece ser abusada.

Existe ayuda.



Si su esposo o pareja la maltrata, también le está haciendo daño a sus hijos.

El abuso empieza o es peor cuando usted está embarazada. Esto puede hacer que usted pierda el bebé. También puede causar infecciones, sangrados, anemia (que tenga poca sangre) y otros problemas para usted y sus bebés.

Si usted está siendo abusada mientras que está embarazada, su bebé puede nacer más pequeño de lo que debería de ser. Bebés que nacen bajo de peso normalmente se enferman más. También puede tener incapacidades o deficiencias físicas.

La mayoría de los hombres que golpean a su pareja, también golpean a sus hijos. Algunos también los abusan sexualmente. Es malo para los niños tener un padre que maltrate a su madre, aunque él no los golpee a ellos. Se enferman más, no duermen bien y se sienten enojados, culpables, miedosos y austeros.

Usted y su bebé no merecen ser tratados así. Usted tiene el derecho de estar a salvo. Existe ayuda para usted.



¿Donde puede buscar ayuda?

Usted puede encontrar ayuda en los lugares mencionados en seguida. Ellos mantendran todo lo que usted les diga en secreto.

Legal Aid tiene intercesoras de víctimas que le pueden ayudar a usted y sus hijos a vivir a salvo. Ellos le pueden ayudar a tener un plan de seguridad, a obtener una Orden de Protección y hasta pueden ir a la corte con usted. Ellos le pueden ayudar a obtener mantenimiento para sus hijos, custodia y le pueden decir de otros lugares que le brindaran ayuda. Un abogado de Legal Aid hasta le puede ayudar a obtener un divorcio. **El teléfono de Legal Aid está atrás de esté folleto.**

Grupos de apoyo le dan la oportunidad de hablar con otras mujeres que han sido abusadas por sus maridos o parejas. Le ayudan en sentirse menos sola y usted puede compartir ideas e información de como mantenerse a salvo.

Muchos programas tiene **consejeros y grupos de apoyo para sus hijos** que les ayudaran a comprender lo que está pasando. Esto les da una oportunidad de hablar de sus sentimientos.

La Policía le puede ayudar a usted y a sus hijos a encontrar un lugar donde se puedan refugiar y estar a salvo en caso de emergencias.

La Corte Familiar y Criminal le ayudaran advirtiendole a su marido/pareja que no la moleste o decidiendo custodia, visitación o mantenimiento.

Muchos condados tienen **casas de refugio** donde usted y sus hijos se pueden quedar y buscar ayuda.

Números de Emergencias son números a donde usted puede llamar y hablar con un consejero por teléfono. Los consejeros le darán información o solamente la escucharan. Ellos también le dirán de lugares cerca de su hogar a donde usted puede llamar o ir para encontrar ayuda, si eso es lo que busca.

No está sola.

No es su culpa.

No “se lo buscó.”

No merece ser abusada.

Existe ayuda.

LEGAL AID SOCIETY
OF MIDDLE TENNESSEE AND THE CUMBERLANDS

1-800-238-1443

This is a free call.

Legal Aid le ofrece ayuda legal **GRATUITAMENTE** a la gente de pocos recursos y a mayores de 60 años. Nosotros le podemos ayudar si usted está siendo maltratada por su esposo, pareja o novio.

Nota: Este folleto no debe de tomar el lugar de un consejo legal. Todos los casos son diferentes y necesitan atención individual.

Tennessee Legal Aid/ Legal Services Offices

Legal Aid Society of Middle Tennessee and the Cumberland

1-800-238-1443

Offices in Clarksville, Columbia, Cookeville, Gallatin, Murfreesboro, Nashville, Oak Ridge, and Tullahoma

West Tennessee Legal Services

Jackson Office 1-800-372-8346

Dyersburg Office (731) 285-8181

Huntingdon Office (731) 986-8975

Selmer Office (731) 645-7961

Memphis Area Legal Services

Memphis Office 1-888-207-6386

Covington Office (901) 476-1808

Legal Aid of East Tennessee

Knoxville Office (865) 637-0484

Johnson City Office 1-800-321-5561

Kingsport Office 1-800-821-1309

Chattanooga Office 1-800-572-7457

Cleveland Office 1-800-445-3219