

¿Qué Es La Violencia En El Noviazgo Entre Jóvenes?

- Golpear, arrebatar, empujar o empujones
- Jalones de pelo, abofetear, dar puñetazos o estrangular
- Intimidación (bloqueo de puertas, golpear cosas o arrojar objetos hacia ó cerca de la pareja)
- Cualquier toque ofensivo
- Usar o amenazar con usar armas
- El abuso no tiene que dejar una marca para ser abuso



¿Tienes Un Plan De Seguridad?

- ¿A qué adultos les puedes decir sobre el abuso?
- ¿A qué personas en la escuela les puedes decir para estar a salvo – maestros, director, consejeros, o el personal de seguridad?
- Considera cambiar tu ruta a la escuela.
- Usa un sistema de compañeros para ir a la escuela, clases y actividades extraescolares.
- Si te quedas abandonado/a, ¿a quién podrías llamar para llevarte a la casa?
- Mantén un diario que describa el abuso.
- Cancela ó cambia el número de teléfono celular que el abusador te dio.
- Guarda los números telefónicos de personas que podrían ayudarte, el número del albergue local, (en caso de que el abusador te quite tu teléfono celular) y órdenes de restricción contigo.
- ¿A dónde podrías ir rápidamente para alejarte de una persona abusiva?
- Mantén dinero o una tarjeta de crédito escondida para tu uso.
- Inventa una “frase como señal” y dile a tu familia y amigos que si les llamas con esa frase, tienen que llamar al 911.
- Personaliza la configuración de privacidad en tus páginas de redes sociales para que no te encuentren.

¿Esto Te Describe?

¿TU PAREJA:

- Te llama nombres, te echa para abajo o menosprecia delante de otras personas?
- Revisa tu teléfono celular para ver tus llamadas entradas y salidas/textos?
- Te dice qué tipo de ropa/maquillaje puedes o no puedes usar?
- Se pone celoso o enojado cuando quieres estar con tu familia o amigos por un rato?
- Siempre necesita saber dónde estás y con quién estás?
- Te asusta, te amenaza o te hace que sientas miedo?
- Te obliga hacer cosas que no quieres hacer? Alcohol? Drogas? Sexo?

¿TÚ:

- Te pones celoso o enojado cuando tu pareja quiere pasar el tiempo con otras personas aparte de ti?
- Le dices a tu pareja que esta haciendo una gran cosa de la nada cuando le haces daño? “Yo sólo te empuje.” “Sólo estaba bromeando.” “Sólo estaba jugando.”
- Arrebatas, empujas, golpeas, o le pegas a tu pareja cuando estas enojado/a?
- Culpas a tu pareja cuando la/o abusas? “Tú eres la que me hizo golpearte.”
- Amenazas con dejar a tu pareja si no hace lo que tu quieres?
- Dices cosas como, “Voy a matarme si no vuelves a estar conmigo.”

Los Derechos En Un Noviazgo

TENGO EL DERECHO A:

- Rechazar una cita
- Tener mis propios sentimientos y ser capaz de expresarlos
- Tener mis límites y que respeten mis valores
- Rechazar afecto
- Ser escuchado/a
- Negarme a prestar dinero
- Rechazar relaciones sexuales en cualquier momento, por cualquier razón
- Tener amigos y mi propio espacio aparte de mi pareja

TENGO LA RESPONSABILIDAD DE:

- Determinar mis límites y valores
- Respetar los límites de los demás
- Comunicarme de forma clara y honesta
- Pedir ayuda cuando la necesito
- Ser considerado/a
- Analizar mis acciones y decisiones para determinar si son buenas o malas para mí
- Establecer altas metas para mí

Ayuda A Un/a Amigo/a:

■ NECESITAS HABLAR.

Si escuchas a un amigo/a decir algo grosero ó cruel de otra persona, ó si habla sobre hacer algo violento, intervén y habla por lo que es correcto.

■ INTERVÉN.

Cuando una persona está maltratando a otra persona verbalmente (insultos, groserías), física (empujones o golpes), o emocional (criticar o avergonzar a la otra persona), intervén con cuidado para detener la situación si es seguro hacerlo.

■ HABLA DESPUÉS.

Algunas veces es mejor esperar y hablar con tu amigo/a más tarde, en privado. Él o ella pueden estar dispuestos a hablar más abiertamente si sólo son ustedes dos.

■ HABLA CON UN ADULTO.

Si tu amigo/a no te escucha, puede ser mejor ir con un adulto – un maestro, entrenador, líder juvenil, miembro de la familia en busca de ayuda.

■ ACUDE POR AYUDA.

Si alguien está en peligro real, busca ayuda de inmediato o llama al 911. No trates de involucrarte si alguien tiene un arma o si es una pelea fuera de control.



¿ Quiénes Somos?

El Grupo de Violencia Doméstica del Condado de San Joaquín es una unidad de agencias diseñadas para combatir la violencia doméstica y educar y proporcionar recursos para ponerle un fin al ciclo de la violencia.

¿ A Dónde Ir Por AYUDA?

HABLA

- Padres, Amigos o Adulto de Confianza
- Policía
- Maestro o Consejero Escolar
- Agente de Libertad Condicional Escolar

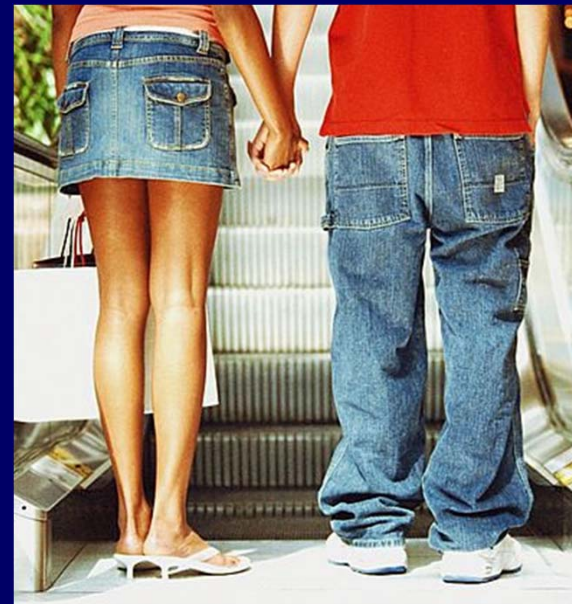
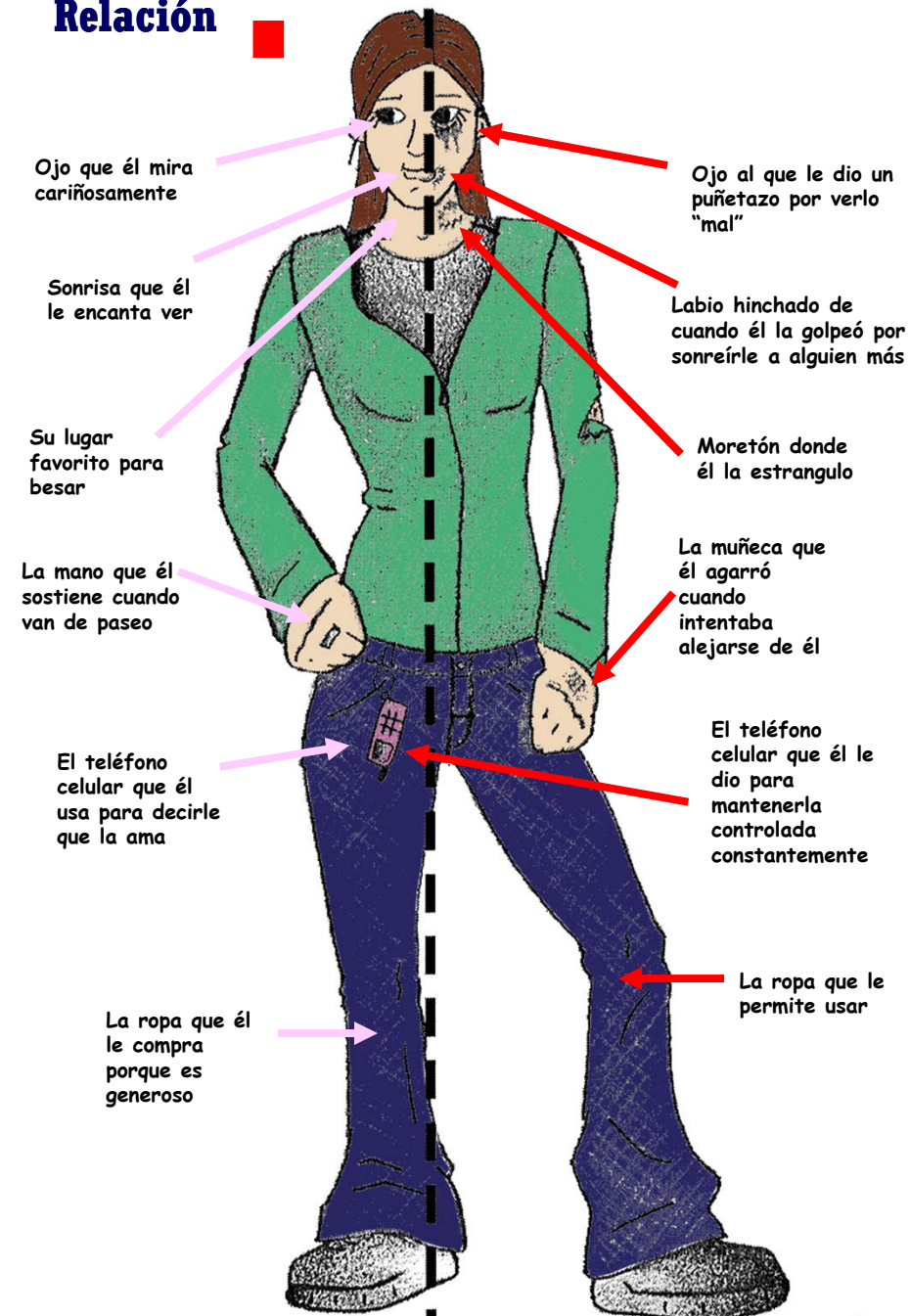
NAVEGA

- www.thatnotcool.com
- www.loveisrespect.org
- www.loveisnotabuse.com
- www.breakthecycle.org
- www.seeitandstopit.org
- www.thesafespace.org

LLAMA

- 209-937-8377
Departamento de Policía de Stockton
- 209-333-6727
Departamento de Policía de Lodi
- 209-239-8425
Departamento de Policía de Manteca
- 209-831-4550
Departamento de Policía de Tracy
- 209-599-2102
Departamento de Policía de Ripon
- 209-838-7093
Departamento de Policía de Escalon
- 209 858-5551
Departamento de Policía de Lathrop
- 209-468-4400
Oficina del Sheriff
- 209-468-2500
Departamento de Víctimas y Testigos
- 209-468-2400
Oficina del Fiscal del Distrito de San Joaquín
- 209-941-2611
Centro de la Mujer
- 1-800-799-7233
Línea Directa Nacional de Violencia Doméstica
- 1-866-SAFEYOUTH
Prevención Nacional de Violencia Juvenil

¿Cómo Es Tu Relación?



La
DECISIÓN
ES **TUYA**