



## ¿Usted o alguien que conoce ha sido:

- Golpeada (empujada, pellizcada, mordida)....
- Amenazada...
- Controlada...
- Aislada...
- Culpada por los problemas o sentimientos de tu pareja...
- Humillada o insultada?

## ¿Es su pareja:

- Celoso...
- Exigente...
- Posesivo...
- Controlador?...

## ¿Sabe :

- Como mantenerse fuera de peligro?
- Donde buscar ayuda?
- Que el abuso no es su culpa?

Llame a este número  
para recibir ayuda...

**(828) 693-3840**

Línea de crisis y telefónica  
24 horas al día  
todos los días

POR FAVOR, si tiene cualquier  
pregunta, necesita ayuda  
o simplemente con quien hablar  
llámenos - para eso estamos aquí.

**Mainstay, Inc.**

133 5th Avenue West  
Hendersonville, NC 28792  
828-693-3840 office  
828-696-8104 fax  
[www.mainstayhelp.org](http://www.mainstayhelp.org)

**¿Usted o alguien  
que conoce no  
tiene un lugar  
seguro para vivir?**

**Llame a este numero  
para más ayuda...**

**828-693-3840**

24 horas al día  
todos los días

**133 Fifth Ave West  
Hendersonville, NC 28792  
[www.mainstayhelp.org](http://www.mainstayhelp.org)**

# ¿Sabías Qué...?

⌘ Violencia doméstica es definida como una repetición de abuso y control utilizados por una persona sobre otra en una relación íntima?

⌘ 50% de todas mujeres y niños sin hogar en este país le están huyendo a la violencia doméstica?

⌘ Cada 15 segundos una mujer es asaltada físicamente dentro de su hogar?



⌘ Mientras la violencia contra mujeres en su hogar llega a ser más severa y más frecuente, los niños son 300% más probable de sufrir violencia física a manos del abusador

masculino?

⌘ La violencia doméstica afecta a personas de todos los caminos de la vida sin consideración al sexo, raza, religión, estatus social o económico?

⌘ Mainstay provee refugio de emergencia a un promedio de 275 mujeres y niños cada año. Estas mujeres y los niños también reciben asesoría gratis, grupos de



## Lo Que Debe Hacer Si Esta Dejando O Va A Dejar La Relación

- Obtener copias de los registros necesarios (incluyendo certificados de nacimiento, fotos, tarjetas de seguro social, licencia de matrimonio, etc)
- Consulte con un abogado
- Separar dinero (luz, agua, servicios públicos, depósito para alquiler ...)
- Conseguir artículos para su nuevo hogar
- Empacar ropa y posesiones de su hogar
- Buscar un trabajo
- Hacer arreglos de cuidado para los niños
- Vaya al Departamento de Salud del Condado de Henderson o al Centro de Salud de Blue Ridge para inscribirse en el programa WIC
- Vaya al Departamento de Servicios Sociales para ayuda mediante el programa Work First, cupones/estampillas de comida, Medicaid
- Busque un lugar para vivir
- Haga arreglos para mudarse (cajas, camiones, personas que ayuden, etc ..)
- Piense sobre explicarle su situación al maestro o consejero de su hijo/hija
- Regístrese para Asistencia de Vivienda (HHA, WCCA la Sección 8.)
- Saque orden de arresto
- Compruebe su fecha de corte

## Servicios de Mainstay

**Todos nuestros servicios son GRATIS para víctimas y sus niños.**

**Línea De Apoyo: 693-3840**  
**24 horas al día todos los días**

### Servicios Para Víctimas

- ✓ Consejería
- ✓ Manejo de Caso
- ✓ Terapia en Grupo
- ✓ Servicios en Español
- ✓ Información
- ✓ Opciones

### Servicios Para Jóvenes

- ✓ Consejería
- ✓ Apoyo para Padres
- ✓ Clases para Padres
- ✓ Cuido De Niños Durante Grupos De Apoyo
- ✓ Educación
- ✓ Referidos

### Refugion de Emergencia

- ✓ Ambiente seguro
- ✓ Albergue para mujeres y sus niños

### Apoyo En La Corte

- ✓ Proveer asistencia a víctimas solicitando órdenes de protección contra la violencia
- ✓ Apoyo en la corte y asistencia

### Abuso Tarde en la Vida

- ✓ Apoyo en la corte y asistencia
- ✓ Opciones
- ✓ Referidos
- ✓ Manejo de Caso

**Compasión y Esperanza**