



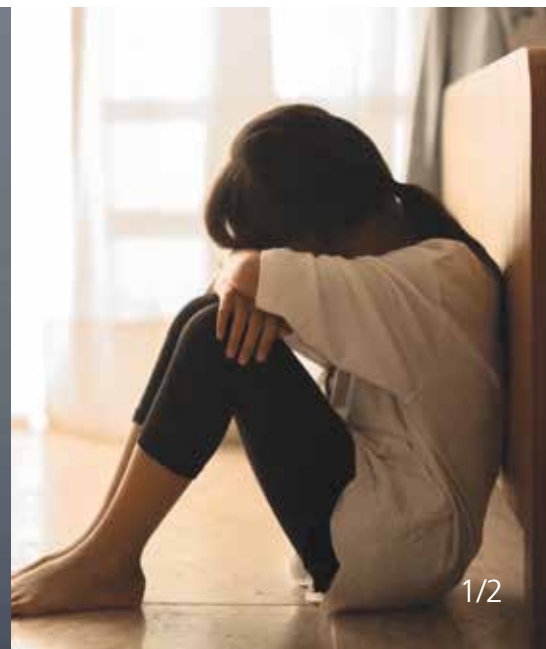
## ¿Está usted en una relación dañina?

Usted no tiene la culpa ni está solo. Si es víctima de maltrato, esto no significa que usted no sea buena persona. Una persona que lo maltrata desea controlar su vida.

Hable con alguien en quien confíe: una amistad, un vecino, un familiar o su trabajador social. Reciba ayuda llamando a uno de los números de teléfono que se mencionan aquí.

### EN UNA RELACIÓN ABUSIVA, LA PAREJA, EL PADRE/LA MADRE O EL CUIDADOR PODRÍA HACER ALGO DE LO SIGUIENTE:

- Comportarse de manera muy celosa o tener mal temperamento.
- Forzar el contacto sexual.
- Golpearlo, patearlo, abofetearlo o empujarlo.
- Alejarlo de su familia y amigos.
- Ignorar la salud y la seguridad de un niño, adulto con discapacidades o un adulto mayor.
- Amenazarlo o echarle la culpa.
- Arrojarle cosas o romper cosas.
- Intentar controlar lo que usted hace, cómo actúa y se siente, y a quién ve.
- Utilizar su dinero o lo que usted posee sin su consentimiento.



## PUEDE RECIBIR AYUDA, REFUGIO SEGURO, CONSEJOS Y PLANEACIÓN EN CUALQUIER MOMENTO.

Llame a uno de los números en este folleto. Estos lugares brindan apoyo tanto a hombres como mujeres. Ellos NO lo juzgarán. Desean ayudarle. No tiene que dar su nombre ni ninguna otra información. Lo que usted diga no se compartirá.

Usted puede solicitar un intérprete si no habla inglés. **Todos los números de teléfono son líneas directas disponibles las 24 horas, a menos que se indique lo contrario. Si está en peligro inmediato, llame al 911.**

<b>Condado de Alameda 2-1-1</b> (remisiones a refugios y viviendas para casos de violencia doméstica)	Línea gratuita: <b>211</b>
<b>Centro de Justicia Familiar del Condado de Alameda,</b> Oakland	Número de teléfono: <b>1.510.267.8800</b> (de lunes a viernes de 8:30 a. m. a 5:00 p. m.)
<b>A Safe Place,</b> Oakland	Número de teléfono: <b>1.510.536.7233</b>
<b>Building Futures,</b> San Leandro	Línea gratuita: <b>1.866.292.9688</b>
<b>Centro Jurídico contra la Violencia Familiar</b>	Línea gratuita: <b>1.800.947.8301</b>
<b>Línea directa nacional contra la violencia doméstica</b>	Línea gratuita: <b>1.800.799.7233</b> <b>www.thehotline.org</b>
<b>Ruby's Place,</b> Hayward	Línea gratuita: <b>1.888.339.7233</b>
<b>S.A.V.E.,</b> Fremont	Número de teléfono: <b>1.510.794.6055</b>
<b>Tri-Valley Haven,</b> Livermore	Línea gratuita: <b>1.800.884.8119</b>

## DENUNCIE EL ABUSO A NIÑOS, ADULTOS CON DISCAPACIDADES O ADULTOS MAYORES.

Si sospecha del abuso a un niño, adulto con discapacidad o adulto mayor, llame a las siguientes líneas directas las 24 horas. No tiene que proporcionar su nombre cuando haga la denuncia.

Child Abuse Reporting Hotline  
Número de teléfono: **1.510.259.1800**

Adult Protective Services  
Línea gratuita: **1.866.225.5277**

### ¿Necesita más ayuda?

Llame a Programas de Salud de Alliance  
De lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 5:00 p. m.

Número de teléfono: **1.510.747.4577**

Línea gratuita: **1.855.891.9169**

Personas con problemas auditivos y del habla  
(CRS/TTY): **711/1.800.735.2929**

**www.alamedaalliance.org**

ALAMEDA  
**Alliance**  
FOR HEALTH

HE\_MBRS\_DV 11/2020  
HED DV-1 REVIEW 10/2020