

# Violencia doméstica

(SERVICIOS DE INFORMACIÓN Y APOYO)



## ¿CÓMO RECONOZCO LA VIOLENCIA DOMÉSTICA?

La violencia doméstica adopta muchas formas, como el abuso físico, verbal, emocional, psicológico, sexual, financiero y espiritual. Puede ocurrir en todos los tipos de relación, desde parejas casadas actuales y anteriores, parejas de hecho y parejas de novios, en relaciones de género diverso y en todas las edades, desde jóvenes hasta adultos mayores. Las víctimas pueden ser sometidas a aislamiento, hostigamiento, humillación, intimidación, amenazas, violencia física y sexual y chantaje emocional. Los niños también son vulnerables. Pueden ser sometidos directamente a abusos o expuestos a la violencia en su hogar, lo que afecta negativamente su salud mental y física ahora y en el futuro.

## CÓMO BUSCAR AYUDA



### VÍCTIMAS

Si usted es o cree que puede ser víctima de violencia doméstica, hay personas que se preocupan y están dispuestas a escucharle, incluso durante esta pandemia. Si usted o sus hijos están en peligro inmediato, llame al 9-1-1.

- Puede contactar con la casa de transición local, servicio de asistencia para la violencia doméstica, servicio de vivienda de segunda etapa o la línea de crisis. Haga clic en el siguiente enlace para obtener información sobre los [servicios de ayuda para víctimas de maltrato](#).
- **La policía puede ayudarle aunque no sea una emergencia.**
- Existen herramientas que pueden ayudarle a estar más segura/o, ya sea que esté saliendo o viviendo en un entorno o relación violenta. Estas herramientas son gratuitas. Haga clic aquí <http://www.legal-info-legale.nb.ca/en/safety-planning>. También puede llamar a uno de los proveedores de servicios que pueden ayudarle a planificar su seguridad con usted por teléfono.
- **Está bien irse de su casa si es lo más seguro para usted. Si es un lugar peligroso, no se espera que se aísle en su casa.**
- Si necesita más ayuda para mejorar su seguridad, puede recurrir a las Órdenes de Intervención de Emergencia son judiciales, son órdenes que las víctimas pueden solicitar en situaciones urgentes y graves. Para más información, visite <http://www.legal-info-legale.nb.ca/en/emergency-intervention-orders>



## NIÑOS

Si eres un niño o adolescente que vive en un hogar donde hay violencia doméstica, la vida en el hogar podría ser incierta, dura o incluso aterradora. **Nos preocupa tu seguridad y bienestar. Hay personas que se preocupan y están dispuestas a escucharte.**

- Si tú u otra persona en tu casa está en peligro, llama al 9-1-1.
- **Hay apoyo para ti. Llama, envía un mensaje de texto o charla en vivo con Kids Help Phone al 1-800-668-6868 o visita su sitio web (<https://kidshelpphone.ca/>) o llama o visita CHIMO ([www.chimohelpline.ca/](http://www.chimohelpline.ca/)), 1-800-667-5005.**
- Si hay una pelea o violencia en tu casa, aléjate de lo que está pasando. **Encuentra un lugar Seguro.**



## TESTIGOS

Si usted es un miembro de la familia, un amigo, un vecino o un compañero de trabajo y conoce o sospecha que alguien es víctima de violencia doméstica, su apoyo es importante. **Escuche sin juzgar. Déjalos que cuente su historia a su propio ritmo, con sus propias palabras. Dígale a la víctima que le cree.** Su familiar, amigo, vecino o compañero de trabajo puede sentir vergüenza, humillación y muy probablemente, miedo. **Su tiempo y atención pueden marcar la diferencia.**

- Si usted o un miembro de su familia, amigo, vecino, compañero de trabajo está en peligro inmediato, llame al 9-1-1. La policía puede ayudarle aunque no sea una emergencia.
- Puede contactar con la casa de transición local, el servicio de asistencia para la violencia doméstica, el servicio de vivienda de segunda etapa o la línea de crisis. Haga clic aquí para obtener información sobre los [servicios de ayuda para víctimas de maltrato](#).
- Para aprender más sobre la violencia doméstica y cómo ayudar, visite la campaña “El amor no debe hacer daño” en [Violence - New Brunswick / Nouveau-Brunswick \(gnb.ca\)](#)
- Haga clic en el siguiente enlace para obtener más información sobre la violencia doméstica, la violencia de pareja o la violencia sexual: [DIVPFactSheet-EN.pdf \(gnb.ca\)](#)



## LIDIAR CON SUS PROPIOS COMPORTAMIENTOS VIOLENTOS

Las personas que han dejado de usar la violencia dicen que la parte más difícil es admitir que necesitaban ayuda para cambiar su comportamiento. **Cambiar su comportamiento requiere coraje pero trae recompensas de por vida.**

- Si su familia le tiene miedo, o si la gente le dice que su comportamiento es aterrador, es posible que deba considerar realizar cambios en la forma en que se comporta.
- El cambio es posible, requiere coraje, esfuerzo y determinación. Hay servicios en Nuevo Brunswick que ofrecen programas y apoyo para que aprenda nuevas formas de comportarse. Vea el sitio web de PLEIS-NB ([Abusive partners Eng.pdf \(legal-info-legale.nb.ca\)](#))