

Domestic Violence

Violencia Doméstica



Information and Services
Información y servicios

24-Hour Crisis Line

Línea en Caso de Crisis las 24 Horas

860-482-7133

Susan B. Anthony Project

SAFETY • HEALING • GROWTH

www.sba-project.org

What is Domestic Violence?

Domestic violence is a pattern of abusive and controlling behaviors that some individuals use against their intimate partners or former partners.

It may include any of the following:

Physical Abuse:

Hitting, slapping, punching, kicking, choking, using weapons or other objects to cause injury.

Sexual Abuse:

Forcing a partner to engage in unwanted sexual activity; treating a partner like a sex object.

Emotional Abuse:

Name-calling or put-downs, jealousy, denying or shifting blame, threatening to harm self or others, lying, abusing children or pets, stalking.

Property/Economic Abuse:

Withholding money or basic needs such as food, shelter, or medical treatment; stealing or destroying belongings or money; interfering with or sabotaging a partner's job or education.

Isolation:

Being secluded from friends and family; limiting outside involvement; not allowing use of car, phone, or other method of communication.

Electronic Abuse:

Using digital technology such as GPS (Global Positioning Systems), phones, computers, e-mail, and social networks to harass, monitor, and control.

Is Your Relationship Abusive?

- Have you stopped spending time with friends or family because of your partner's jealousy?
- Are you forced to explain and justify every place you go, everything you do, and every person you see to avoid making your partner angry?
- Does your partner ridicule, criticize, belittle, or insult you?
- Are you afraid to disagree with your partner?
- Has your partner ever hit, slapped, shoved, kicked, or thrown things at you?

If you answered yes to any of these questions, you may be involved in an abusive relationship.

Often people do not realize they are being abused, especially if there is no physical violence. You may feel that the abuse is your fault and that you are responsible for the problems in the relationship. You cannot make someone hurt you — they make a choice to do it.

If you have been a victim, help is available.

A domestic violence counselor can offer support, answer questions, help you develop a safety plan, offer shelter, and provide advocacy.

- 24 hour crisis line
- Day and evening appointments
- Emergency shelter
- Help obtaining restraining orders
- Medical and legal support and advocacy
- Counseling for survivors and their families
- Transitional living
- Support groups

ALL SERVICES ARE FREE AND CONFIDENTIAL

*Remember — No one deserves to be abused.
Abuse is never the victim's fault.*

¿Es Su Relación Abusiva?

- ¿Ha dejado de juntarse con amigos o familiares por los celos de su pareja?
- ¿Está obligada(o) a explicar y justificar a donde va, que hace y cada persona que ve para evitar que se enoje su pareja?
- ¿Su pareja le critica, insulta, ridiculiza o le hace sentir inferior?
- ¿Tiene miedo de no estar de acuerdo con su pareja?
- ¿Alguna vez su pareja le ha pegado, abofateado, empujado, pateado o le ha tirado cosas?

Si usted ha respondido que sí a cualquiera de estas preguntas, puede que este en una relación abusiva.

Muchas veces las personas no se dan cuenta de que están siendo abusadas, especialmente si no existe violencia física. Puede que usted sienta que el abuso es por su culpa y que es responsable de los problemas en la relación. Usted no puede obligar a alguien a que la/lo lastime — la otra persona toma la decisión de hacerlo.

Si usted ha sido víctima la Ayuda está Disponible

Un consejero sobre violencia doméstica puede ofrecerle apoyo, responder sus preguntas, ayudarle a elaborar un plan de seguridad, ofrecerle albergue y proporcionarle consejería.

- Línea en caso de crisis las 24 horas
- Citas de día y de noche
- Albergue de emergencia
- Ayuda para obtener ordenes de restricción
- Apoyo y consejería para asuntos legales y de salud
- Consejería para los sobrevivientes y sus familias
- Vivienda temporal
- Grupos de apoyo

TODOS LOS SERVICIOS SON GRATUITOS Y CONFIDENCIALES

*Recuerde —Nadie merece ser agredido
El abuso nunca es culpa de la víctima.*

¿Qué es la Violencia Doméstica?

La violencia doméstica es un patrón de comportamientos agresivos y de control que algunas personas usan contra su pareja íntima o parejas anteriores.

Puede incluir cualquiera de las siguientes:

Agresión Física:

Golpear, abofetear, dar puñetazos, patear, asfixiar, utilizar armas u otros objetos para causar lesiones.

Abuso Sexual:

Obligar a la pareja a participar en actividades sexuales no deseadas; utilizando a su pareja como un objeto sexual.

Abuso Emocional:

Insultando o humillando, celando, negando o culpando a otros, amenazando con hacerse daño a si mismo o a otras personas, mintiendo, abusando a los hijos o mascotas, acechando.

Abuso Económico/Bienes:

Negando dinero o necesidades básicas como comida, vivienda o cuidados médicos; robando o destruyendo pertenencias o dinero; interfiriendo o sabotando el trabajo o la educación de la pareja.

Aislamiento:

Aislándola(o) de amigos y familiares; limitando la participación fuera de casa; no permitiendo el uso de automóvil, teléfono u otro medio de comunicación.

Abuso Vía Electrónica:

Utilizando tecnología digital tal como GPS (Sistema de Posicionamiento Global), teléfonos, computadoras, correo electrónico (e-mail) y redes sociales para acosar, vigilar y controlar.

*To get help or for more information,
call the Susan B. Anthony Project*

*Para obtener ayuda o mayor información,
llame al Proyecto Susan B. Anthony*

24-Hour Crisis Line

Línea en Caso de Crisis las 24 Horas

860-482-7133

888-774-2900 toll free

Susan B. Anthony Project

179 Water Street

Torrington, CT 06790

Office: 860-489-3798

www.sbaproject.org

info@sbaproject.org