

## ¿Alguna vez sintió temor por usted o sus hijos debido a su pareja o ex pareja?

- ¿Es celoso y crítico?
- ¿Hace cosas para causarle temor, como arrojar objetos, hablar por encima de usted durante las discusiones, amenazarla, hacer gestos o miradas de advertencia?
- ¿Le echa la culpa a usted o a sus hijos por sus sentimientos y su comportamiento?
- ¿Le hace daño físicamente (la empuja, da empujones, agarra fuertemente, abofetea, golpea, estrangula o patear)?
- ¿No respeta sus deseos respecto al sexo y al contacto físico?
- ¿Amenaza con causarle daño a usted o a alguien cercano?
- ¿Le pone apodosos, se burla de usted, le grita, insulta o maldice?
- ¿La llama repetidamente, la controla constantemente o anda a su alrededor?
- ¿Amenaza con quitarle sus hijos?

### Su pareja o ex pareja:

- ¿Menoscaba sus esfuerzos para obtener un empleo, ir a trabajar o al centro educativo, o mejorar su situación económica?
- ¿Le impide desplazarse libremente?
- ¿Controla las decisiones que conciernen al cuidado infantil con el fin de "mantenerla en su lugar"?

**Si usted recibe Ayuda económica para familias necesitadas y una relación abusiva le hace difícil ser económicamente independiente, quizás podamos ayudarla.**

## ¿Cómo me pueden ayudar?

El programa de Ayuda económica para familias necesitadas (FANF) ayuda a las familias con hijos a cargo a volverse autosuficientes. FANF tiene un programa de trabajo y ofrece servicios de apoyo, a la vez que proporciona asistencia económica y médica.

Si recibe FANF, debe participar en el programa de trabajo de FANF que se llama Programa de empleo de New Hampshire ("New Hampshire Employment Program", NHEP). Se cuenta con que encuentre y conserve un empleo.

Sin embargo, si mantiene o mantuvo una relación abusiva, ciertos requisitos del programa se pueden flexibilizar temporalmente si:

- hacen que su hijo corra riesgo de sufrir daño físico o emocional, o
- hacen que le resulte más difícil protegerse o proteger a sus hijos de sufrir daños o amenazas de sufrir daños, o
- castigan injustamente a usted o a sus hijos.

Se le puede permitir:

- Estar eximida temporalmente de participar en NHEP por un período máximo de 6 meses.
- Estar eximida de la cooperación obligatoria con la División de servicios de apoyo infantil.
- Estar habilitada para una ampliación al límite de 60 meses de por vida respecto a la obtención de ayuda económica de FANF.

Estos "requisitos flexibilizados del programa" son lo que denominamos la "Opción de violencia familiar" (FVO, por sus siglas en inglés).

### ¿Debo solicitar la FVO?

Usted decide si desea solicitar la FVO.

Entendemos las necesidades de las personas que han sufrido daños por violencia doméstica. Muchas veces, una pareja o ex pareja abusiva hace más difícil tratar de lograr la independencia económica y la libertad. Otras veces, el mismo

proceso de curación se interpone en la forma en que usted intenta participar satisfactoriamente en NHEP. Comuníquese con su Especialista en servicios a la familia (FSS, por sus siglas en inglés) o su Especialista asesor de empleo (ECS, por sus siglas en inglés) para hablar más al respecto. Pueden ayudarla a decidir si alguna de estas opciones es adecuada para usted.

Eximirla temporalmente de participar en NHEP es una manera de obtener ayuda, pero puede no ser la mejor en su caso. NHEP puede ofrecerle muchos servicios que la ayudarán a lograr sus metas. Por favor, piense en sus necesidades personales y sepa que puede cambiar de opinión respecto a cualquier decisión que tome en cualquier momento.

### ¿Cómo solicito la FVO?

Si desea solicitar consideraciones especiales del programa a través de FVO, debe demostrar que ha mantenido una relación abusiva. Su FSS o ECS pueden explicar lo que necesita suministrar. Si no tiene pruebas de que mantuvo o mantiene una relación abusiva, hable con su FSS o ECS. Es posible recibir la FVO mediante la firma de una declaración jurada si no hay otras pruebas.

Si solicita una ampliación al límite de 60 meses de por vida de FANF debido a violencia doméstica, o estar eximida temporalmente de los requisitos del programa de trabajo de NHEP, debe hablar con un asesor de empleo especializado. Esta persona está capacitada para examinar su situación con usted en privado y hablará con sus asistentes sociales para satisfacer sus necesidades. Puede solicitar esta ayuda en cualquier momento, ya sea con su solicitud inicial de ayuda económica del FANF o cuando se reúna con su ECS.

**Nadie merece ser sometido a maltrato. Tiene derecho a sentirse segura y respetada.**

**Recuerde:** el momento más peligroso para una persona que ha sido sometida a violencia doméstica es cuando deja la relación. Esto incluye cuando la persona se prepara para irse, cuando realmente se va, e inmediatamente después de que se encuentra en un nuevo lugar. Asegúrese de tener implementado un plan de seguridad. Esto le brindará protección a usted y a sus hijos.

Un centro de crisis le puede ayudar a idear un plan de seguridad. También tienen los servicios siguientes:

- **Grupos de apoyo** – donde puede hablar con otras personas a las que les pasan las mismas cosas que a usted.
- **Planificación de seguridad** – le ayuda a entender cuáles son sus necesidades y sus opciones para la seguridad personal y familiar.
- **Defensoría jurídica** – aprenda cómo pueden ayudar el sistema judicial y la policía.
- **Defensa de los servicios sociales** – le ayuda a utilizar los diferentes servicios que usted y su familia tienen a su disposición.
- **Línea telefónica durante las 24 horas** – puede llamar en cualquier momento. Si no encuentra de inmediato alguien que la pueda ayudar, le devolverán su llamada en 7 minutos.
- **Refugio** – posiblemente esté disponible cuando se necesite una vivienda segura.

**SE OFRECE APOYO CONFIDENCIAL GRATUITO**

**Línea directa durante las 24 horas en todo el estado para violencia doméstica y acoso: 1-866-644-3574**

**Línea directa durante las 24 horas en todo el estado para abuso sexual: 1-800-277-5570**

Centros de crisis de NH:
<b>Berlin, Colebrook, Lancaster</b> RESPUESTA a violencia sexual y doméstica: Línea de crisis: 866-662-4220 Oficina de Berlin: 603-752-5679 Oficina de Groveton: 603-636-1747
<b>Claremont, Newport</b> Línea de crisis: 1-800-639-3130 Oficina de Claremont: 603-543-0155 Oficina de Newport: 603-863-4052
<b>Concord</b> Crisis Center of Central New Hampshire (Centro de crisis de Central New Hampshire) Línea de crisis: 1-866-649-6229 Oficina de Concord: 603-225-7376
<b>Conway, Ossipee</b> Starting Point (Punto de partida): Servicios para víctimas de violencia doméstica y sexual: Línea de crisis: 1-800-336-3795 Oficina de Conway: 603-447-2494 Oficina de Ossipee: 603-539-5506
<b>Durham</b> Programa de prevención de acoso sexual y violación (SHARPP, por sus siglas en inglés): Línea de crisis: 1-888-271-SAFE (7233) Línea de crisis local: 603-862-7233 Oficina de Durham: 603-862-3494
<b>Keene</b> Centro de prevención de la violencia Monadnock Línea de crisis (número gratuito): 1-888-511-6287 Línea de crisis local: 603-352-3782 Oficina de Keene: 603-352-3782 Oficina de Peterborough: 603-209-4015
<b>Laconia</b> New Beginnings (Nuevos comienzos) Línea de crisis de violencia doméstica: 1-866-644-3574 Línea de crisis de abuso sexual: 1-800-277-5570 Oficina de Laconia: 603-528-6511
<b>Lebanon</b> WISE Línea de crisis: 1-866-348-WISE (9437) Línea de crisis local: 603-448-5525 Oficina de Lebanon: 603-448-5922
<b>Littleton, Woodsville</b> Support Center at Burch House (Centro de apoyo en la Casa Burch) Línea de crisis: 1-800-774-0544 Oficina de Littleton: 603-444-0624
<b>Manchester, Derry</b> YWCA Crisis Center (Centro de crisis de YWCA) Línea de crisis: 603-668-2299 Oficina de Manchester: 603-625-5785
<b>Nashua, Milford</b> Bridges (Puentes) Línea de crisis: 603-883-3044 Oficina de Milford: 603-672-9833 Oficina de Nashua: 603-889-0858
<b>Plymouth:</b> Voices Against Violence (Voces contra la violencia) Línea de crisis: 603-536-1659 Oficina de Plymouth: 603-536-5999
<b>Portsmouth, Rochester, Salem</b> HAVEN Línea de crisis: 603-994-7233 Oficina principal: 603-436-4107

Formulario DFA 243(Sp)  
06/16  
DFA SR 16-12

## ¡PUEDE HABER AYUDA! LA OPCIÓN DE VIOLENCIA FAMILIAR (FVO)

¿Esto le parece o suena conocido?



Se ofrece en cooperación con el Departamento de Salud y Servicios Humanos de New Hampshire, División de ayuda a la familia, y la Coalición contra la violencia doméstica y sexual de NH

[www.aardvarc.org/dv/states/nhdv.shtml](http://www.aardvarc.org/dv/states/nhdv.shtml)

El NHCADSV y los programas de sus 13 miembros no discriminan en función del sexo, la edad, el estado de salud (inclusive VIH positivo), capacidad física, mental o emocional, orientación sexual, identidad/expresión de género, condición socio económica, raza, nacionalidad, condición migratoria, filiación política ni religiosa.