

La Coordinadora Paz Para la Mujer, es una coalición de organizaciones fundada en 1989. Realizamos esfuerzos que promuevan la erradicación de la violencia doméstica y la agresión sexual contra las mujeres y contribuyen a formar una sociedad justa, equitativa y de paz.

- ALBERGUES**
- Casa Protegida para Mujeres y Niños (CAPROMUNI) (Arecibo): (787) 880-2272, (787) 879-3300
  - Casa Protegida Julia de Burgos (San Juan): (787) 723-3500
  - Casa de la Bondad (Humacao): (787) 852-2087
  - Casa Protegida Luisa Capetillo (Arecibo): (787) 880-6944, (787) 878-1935
  - Hogar Clara Lalir (Hormigueros): (787) 849-3075, (787) 832-2132, 24 horas (787) 548-0418
  - Hogar Nueva Mujer Santa María de la Merced (Cayey): (787) 263-6473, (787) 263-8980
  - Hogar Ruth (Vega Alta): (787) 883-1805
  - La Casa de Todos (Juncos): (787) 734-5511, (787) 561-3678

- CENTROS DE SERVICIOS**
- Casa Pensamiento Mujer del Centro, Inc. (Albany): (787) 735-4698, (787) 735-3200,
  - Centro de la Mujer Dominicana (San Juan): (787) 777-9251
  - Centro Mujer y Nueva Familia (Barranquitas): (787) 857-4645
  - Oficina de Promoción y Desarrollo Humano, OPDH (Arecibo): (787) 817-6951 (787) 817-6954, (787) 817-6955
  - Proyecto Criando para la Paz (San Juan): (787) 765-7899
  - Taller Salud (Loíca): (787) 876-3440, (787) 256-7496
  - Centro de Ayuda a Víctimas de Violación, CAVV (Isla): (787) 765-2285,
  - RAMA-Programa Asuntos de Mujer Gobierno Municipal Autónomo de Carolina (787)-701-2395
  - Oficina para el Desarrollo Integral de la Mujer, ODIM (San Juan) ODIM (787) 723-5434

- UNIVERSIDADES**
- Programa Prevención de Violencia hacia las Mujeres UPR Humacao (787) 850-0000 x9629
  - Programa de Violencia Doméstica, Clínica de Salud Mental de la Comunidad, Universidad Carlos Albizu (San Juan) -(787) 725-6500 x 1107, 1117-Citos (787) 724-2222/2272
  - Proyecto Apoyo a Mujeres Sobrevivientes de Violencia Doméstica Siempre Vivas, UPR (Mayagüez)-, Profa. Luisa R. Seijo (787) 390-3371, Nancy Toro Carlo (787) 538-0632
  - Proyecto de Ayuda a Sobrevivientes de Violencia Sexual y Doméstica (PASOS) (San Juan)- (787) 765-0615 x368
  - Iniciativa Comunitaria (San Juan)-787-250-8629 x501-503

- OTROS**
- Meta morosis — (787) 412-5251
  - Centro Comunitario LGBTI De Puerto Rico (787) 294-9850
  - Karen Vazquez Chaveras, Psicóloga Educadora Terapeuta Sexual (787) 642-3627

**COORDINADORA PAZ PARA LA MUJER**

Aparado 193008  
San Juan PR 00919-3008  
Tel (787) 281-7579, (787) 777-0738  
Fax: (787) 767-6843  
Correo electrónico: info@pazparalamujer.org

Paz para la Mujer | Fan Page: Paz Mujer  
pazparalamujer.com | @pazmujer's channel

Esta publicación ha sido posible gracias al auspicio del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos ( DHHS), ( Family Violence Services Act) Contrato USDHHS-FVPSA 2013—G991540.

Las opiniones expresadas en esta publicación son de las/os autoras/es y no reflejan las opiniones del DHHS

**PLAN DE ESCAPE**  
en situaciones de violencia doméstica

COORDINADORA PAZ PARA LA MUJER

Coalición Puertorriqueña Contra la Violencia Doméstica y la Agresión Sexual  
**No más Violencia**

### Plan de Escape en Situaciones de Violencia Doméstica

Un plan de escape puede ayudarle a usted y a sus hijas/os a salir de una situación peligrosa. Por ejemplo, al estar en peligro inminente de ser golpeada(o) o amenazada (o) de muerte. Estos son algunos de los pasos que puede seguir:

#### 1. Prepare una maleta con:

- Pertencencias de primera necesidad o la que no desea dejar, fácil de guardar y cargar.
- Medicinas habituales.
- Artículos de aseo personal.
- Artículos de bebe o para las/los niñas/os.
- Mudras de ropa para usted y las/los niñas/os.
- Juguetes o artículos especiales de sus niñas/os.

2. En una caja o sobre aparte recopile y tenga a la mano documentos personales importantes suyos, como también el de sus hijas/os. Deje dichos documentos en el mismo lugar que la maleta o dentro de esta, o en la casa de una persona de total confianza.

- Tarjeta de Seguro Social o cualquier documento similar.
- Certificado de Nacimiento y/o Pasaporte.
- Certificado de Matrimonio si está casada(o) con la persona agresora.
- Licencia de Conducir y Registro del automóvil.
- Tarjeta Electoral.
- Tarjetas médicas o sus equivalentes.
- Medicinas o recetas de medicinas que pueda necesitar.
- Dinero en efectivo.
- Libretas de ahorros, chequeras, tarjetas de crédito y números de cuentas.
- Si es posible, cree una cuenta de banco a su nombre que solo usted conozca para crear un fondo de emergencia.
- Expedientes médicos.
- Recibos de pagos importantes.
- Copias de llaves de la casa y carros.
- Documentos escolares de los/as niñas/os.
- Fotos suyas y de sus hijo/as.
- Foto del agresor/a.
- Evidencia de maltrato recibidos.

3. Guarde la maleta en casa de un/a vecino/a, familiar o amistad cercana de total confianza.



#### 4. Considere la transportación y la forma de salir de la casa.

- Piense en cómo y con quién va a salir de la casa: policía, taxi, transportación pública, en el auto de amistades o familiares, etc.
- Decida de antemano a dónde va a ir e informarlo a la persona que escogió, de esta manera estará sobre aviso cuando llegue ya sea de día o de noche, en caso de una emergencia.
- Tenga una palabra clave. Identifique y comparte una palabra clave que pueda decirle o su persona de ayuda cuando esté en o situación de emergencia y le llames.

#### 5. Tenga a la mano una libreta con los teléfonos importantes:

- Médicas/os.
- Policía.
- Albergues y oficinas de servicios a sobrevivientes de violencia.
- Instituciones de ayuda emocional.

#### 6. Cambie sus contraseñas y perfiles en Bancos, Cooperativas, redes sociales, correos electrónicos y celulares.

#### 7. Llame a la policía

- Dígame que está en una situación de violencia doméstica. Ofrezca los detalles e información completa.
- Anote el número de placas y el nombre de todas/os las/los policías y personal que investigue su caso.
- Anote el número de querrela y pida copia de ésta.
- Solicite escolta de la policía y/o acuda a la Sala de investigaciones del Tribunal más cercano a solicitar una orden de protección y sus medidas provisionales.
- Visite la oficina más cercana de Servicios Legales.
- Pregunte en los Tribunales por las Intercorras Legales en Violencia Doméstica.

#### 8. Utiliza recursos de ayuda:

- Si ha sido agredida(o) física o sexualmente, vaya a una sala de emergencias, aunque sus golpes o heridas no sean visibles. Informale al personal de la sala que está en una situación de violencia doméstica. Pida una copia de su expediente médico, esto le ayudará en caso de que decida radicar cargos criminales contra la persona agresora.
- Pregunte en su trabajo cuál es el protocolo de Violencia entre Pareja, informale a alguien su situación.

#### 9. Consigue a alguien de confianza con quien dejar las mascotas que posee.