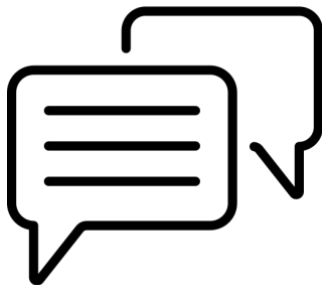


Hoja con Consejos Sobre COVID-19 por C4DP:
*5 Maneras en las que puedes ayudar durante la orden de
"Quedarse en su Sitio"*

Consideraciones especiales durante COVID-19



1. El aislamiento puede ser peligroso.
2. Contactar a otros puede ser peligroso.
3. Estar confinado en el mismo espacio con un abusador es peligroso.



1. Ofrezca mensajes de apoyo a los/as sobrevivientes

"No estás solo/a."

"Otros están lidiando con problemas similares en casa."

"Hay ayuda para ti las 24 horas, los 7 días de la semana."



2. Abra Canales de Comunicación entre usted y el/la Sobreviviente

Inicie una conversación y ofrezca apoyo.

"Cómo prefieres que nos comuniquemos? Por mensajes instantáneos? Correo electrónico? Mensajes de texto? Chatear por medio de un juego por internet?"



3. Conecté a sobrevivientes con C4DP

"C4DP tiene una Línea de Texto que es más segura para muchos/as sobrevivientes durante la orden de quedarse en su sitio. Puedo darte el número?"

- **Línea de texto:** 415-526-2557
- **Línea directa bilingüe:** 415-924-6616
- **Terapia y Manejo de Casos:** 415-526-2553
- **ManKind/WomanKind:** 415-457-6760

4. Use palabras claves y símbolos para comunicarse

"Con una palabra clave, puedo saber que necesitas ayuda"

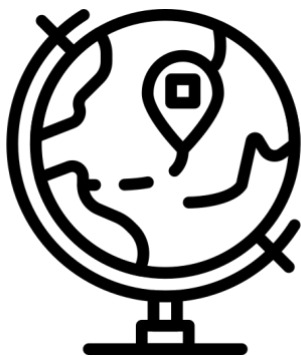
- A. Múltiples **Palabras Claves** o símbolos/emojis para pedir:
 - i. Una llamada de usted a el/ella para interrumpir una situación
 - ii. Una llamada de usted al 911
 - iii. Una llamada de usted a alguien que se ha puesto de acuerdo en ayudarlo (un/a amigo/a, vecino/a, o familiar)
- B. **PRECAUCIÓN:** Nunca deje un mensaje refiriéndose a la seguridad o el abuso de la persona. Cuando los/as abusadores/as escuchan esos mensajes, las víctimas con frecuencia son mas lastimadas.



5. Sugiera una estrategia de escape

"Qué tal una estrategia de escape donde dices que tienes que ir a la farmacia o al mercado, y al llegar ahí, pedir usar el teléfono para llamar a C4DP o al 911 por ayuda?"

- A. Algunas comunidades tienen farmacias o mercados que están establecidos como lugares donde los/as sobrevivientes pueden usar un teléfono para llamar al 911. El/la sobreviviente le dice una palabra clave a un empleado para dejarle saber que están en peligro inmediato.



Recursos Consultados

- Nnedv.org
- Techsafety.org

¡Juntos encontraremos formas seguras de ayudarnos mutuamente!