

Maltratar a tu esposa o pareja...

- lastima a las personas que amas.
- hiera a tus hijos y les enseña un comportamiento abusivo.
- aleja a tu familia.
- termina controlando tu vida.

Cambiar tu comportamiento puede parecer imposible, pero no lo es. Aunque parezca que nadie puede ayudarte, nosotros sí podemos hacerlo.

JUNTOS, PODEMOS DETENER LA VIOLENCIA DOMÉSTICA

Made possible by a grant from The California Endowment. All characters depicted are models.
©2000

Si estás maltratando a tu esposa o pareja, habla con tu Proveedor de Servicios de Salud.

Podemos ayudarte.

Tú puedes cambiar tu comportamiento.



Para encontrar ayuda en tu área, llama al Servicio Nacional de Ayuda Contra la Violencia Doméstica:

**1-800-799-7233 o
1-800-787-3224 (TTY)**

¿Estás maltratando a tu esposa o pareja?



Tú puedes obtener ayuda.

¿Estás maltratando a un ser querido? Llámanos, podemos ayudarte.

¿Alguna vez...

- has insultado a tu esposa o pareja?
- le has dicho qué debe hacer y a quién puede ver?
- la has amenazado con hacerle daño?
- la has empujado, golpeado o forzado a tener relaciones sexuales?
- le has prometido no volverlo a hacer y no has podido cumplir con tu promesa?

Si contestaste “sí” aunque sea una vez, puede que seas un abusador.

Los Proveedores de Servicios de Salud pueden ayudarte. Comunícate con nosotros y haznos saber si estás maltratando a tu esposa o pareja.

Podemos:

- ayudarte a encontrar alguien con quien hablar.
- ponerte en contacto con personas que pueden ayudarte a detener este comportamiento.
- conseguir ayuda para tu esposa, pareja o hijos.

Esta es la manera de empezar a cambiar tu comportamiento:

- Recuerda que puedes irte por un rato.
- Asume la responsabilidad por el daño y el temor que puedas estar causando.
- Habla con alguien sobre lo que estas haciendo.
- Presta atención a situaciones que provocan tu comportamiento agresivo.
- Llama al 1-800-799-7233 para recibir ayuda inmediata.

Juntos podemos detener la violencia doméstica.