

¡TOMA ACCIÓN!

Nadie nace violento.

La violencia se elige.

Todos podemos trabajar para crear relaciones basadas en amor, respeto y confianza.

Puedes prevenir la **violencia doméstica** al crear conciencia y tomar acción. Puedes escoger una opción abajo o crear la tuya propia.

¡Crea Conciencia y Previene Violencia!

Actúe. Lea la historia de [Doña Ester](#) (ver recursos y herramientas) y aprenda sobre como acciones pequeñas pueden tener un gran impacto en personas pasando por violencia doméstica.

Facebook o Twitter. Crea conciencia sobre la violencia doméstica al poner la Promesa de Esperanza (www.casadeesperanza.org/es/hope-campaign) — una promesa para vivir una vida libre de violencia — en tu estatus. Aliente a sus amistades a tomar y enviar la Promesa de Esperanza.

Discuta. Comparta el anuncio público de esperanza (www.casadeesperanza.org/es/hope-campaign) con amistades y familiares. Discuta: ¿Esta información es nueva? ¿Qué podemos hacer para cambiar esta escena?

Cambie su página principal. Cambie su página principal a www.goodsearch.com y escriba Casa de Esperanza en el espacio de organización. Cada vez que haga una búsqueda en *Good Search* recaudará un centavo para Casa de Esperanza.

Únase a la Red Nacional Latina para Familias y Comunidades Saludables. La Red Nacional Latina provee la oportunidad de conectar con otr@s Latin@s profesionales, informar política pública y acceder información (www.casadeesperanza.org/es/national-initiatives/).

¡Ayude a una Amiga!

Pregunte. Si sospecha que su amiga está en una relación abusiva pregúntele si puede hacer algo para ayudar. Por ejemplo, usted puede cuidar sus niñ@s por un día.

Escuche. Déjele saber que puede hablar con usted en cualquier momento. Afírmale que no es su culpa y que merece mucho mejor.

Conecte. Conecte a su amiga con recursos como la línea de crisis de 24 horas de Casa de Esperanza 651-772-1611, la línea de violencia doméstica nacional 1-800-799-7233 o www.ndvh.org.

Respete. Usted quizás no esté de acuerdo con la decisión que su amiga tome pero muchas mujeres nos han dicho que l@s amig@s más útiles han sido aquellos que han respetados sus decisiones.

Retete. Si tiene un amigo que está siendo abusivo le puede decir: "Eso no está bien." "¿Qué tal si fuera tu hija o madre?" "Detente."



Photos by Douglas Beasley, douglasbeasley.com

"1 de cada 4 mujeres experimentará violencia doméstica en algún momento de su vida."

"Violencia doméstica le puede pasar a cualquiera"

Violencia Doméstica puede ser:

- Amenazas hacia usted y sus niñ@s
- Insultos
- No permitirle trabajar, aprender inglés, o tener amistades
- Violencia física.

Déjanos saber como estás tomando acción. Envía tus actividades, videos o fotos a info@casadeesperanza.org