



Photo by Ira Silverberg

# ES TIEMPO DE DECIR **NO MÁS**

**A la Violencia Doméstica y la Violencia Sexual:  
¡JUNTOS PODEMOS HACER LA DIFERENCIA!**

## ES DE SU INTERÉS SABER QUE...

La Violencia Doméstica y Sexual (VD/VS) y el acoso no son problemas "personales" que se quedan en casa. Es probable que en su lugar de trabajo, muchos empleados son víctimas, perpetradores o tienen un amigo o miembro de su familia que es víctima

## ¿QUÉ PUEDO HACER?

**SI YO ESTOY EXPERIMENTANDO VIOLENCIA**  
No es su culpa. No está solo (a). La ayuda está disponible.

- Tome una tarjeta de seguridad que se encuentra en todos los hospitales o en el Departamento de Recursos Humanos.
- Consulte la política de UMSJMC sobre VD/VS, la cual se puede encontrar en la intranet.
- Busque ayuda con su supervisor, Departamento de Recursos humanos o con el Programa de Asistencia al Empleado.
- Llame a una organización nacional o local relacionada con VD/VS

**SI SOY UN COMPAÑERO (A) DE TRABAJO**  
No sea un espectador (a). No tiene que ser un experto(a) para hacer la diferencia.

- Reconozca cuando alguien que usted conoce esta frente a una situación difícil. Pregunte como puede ayudar.
- Responda haciéndoles saber que usted está preocupado(a) por ellos. ¡Está bien preguntar!
- Refiérales recursos que puedan ayudar.

## SI SOY UN SUPERVISOR/GERENTE

- Reconozca cuando un empleado está siendo afectado por VD/VS.
- Responda escuchando sus necesidades de trabajo, evitando juzgar y considerando su seguridad.
- Refiérales recursos que puedan ayudarlos.
- Si un empleado(a) es un perpetrador de VD/VS o acoso, por favor comuníquese con el Departamento de Recursos Humanos.

## RECURSOS

**Linea Telefonica Nacional de Violencia Doméstica:**  
800-799-SAFE(7233) / thehotline.org

**Linea de Ayuda Nacional Del Asalto Sexual:**  
800-656-4673 / rainn.org/es (Spanish)

**UMSJMC Recursos Humanos:**  
410-337-1288

**UMSJMC Programa de Asistencia al Empleado:**  
800-437-0911

**TurnAround Linea de Ayuda las 24 horas:**  
443-279-0379

**Casa de Ruth Maryland Linea de ayuda las 24 horas:**  
410-889-RUTH (7884)

Este fue un esfuerzo realizado en conjunto por:  
Futures Without Violence, House of Ruth Maryland, St. Ambrose Housing Aid Center, TurnAround, Inc., and University of Maryland - St. Joseph Medical Center

Copyright © 2016.  
Este proyecto fue financiado por el subsidio N° 2012-TA-AX-K055 otorgado por la Oficina de Violencia contra la Mujer del Departamento de Justicia de Estados Unidos. Las opiniones, resultados, conclusiones y recomendaciones expresadas en esta publicación son las de los autores y no reflejan necesariamente las opiniones del Departamento de Justicia, Oficina de Violencia contra la Mujer

Photo by Ira Silverberg

ES TIEMPO DE DECIR

**¡NO MÁS!**

**A la Violencia Doméstica y la Violencia Sexual:**  
¡JUNTOS PODEMOS HACER LA DIFERENCIA!

**¿Está experimentando Violencia Doméstica (VD),  
Violencia Sexual (VS), o Acoso?**

- ¿Es su relación insegura o con falta de respeto?
- ¿Alguien está amenazando o haciéndole daño a usted o algún miembro de su familia?
- ¿Ha experimentado que le tocan de manera sexual sin su consentimiento?
- ¿Alguien le ha estado siguiendo, acosando o haciendo sentir temor?

**Si ha respondido SI a alguna de estas preguntas, hay ayuda disponible de manera gratuita y confidencial.**

**¿Está la violencia o el abuso impactando su trabajo?**

- ¿Ha llegado tarde al trabajo o ha perdido el día de trabajo debido a la violencia o el abuso?
- ¿Ha tenido que perder el día de trabajo por tener que hablar con la policía, ir a la corte, ver al doctor o por alguna otra razón relacionada con la violencia?
- ¿Encuentra difícil poder concentrarse en el trabajo?
- ¿Ha recibido acoso o amenazas a través de email, llamadas o textos en su lugar de trabajo?
- ¿Su perpetrador ha acudido a su lugar de trabajo?
- ¿Hay otras razones por las que se siente inseguro (a) en su trabajo, o viajando hacia o desde ahí?

**Si ha respondido SI a alguna de estas preguntas, hay pasos que puede tomar para protegerse a sí mismo, su trabajo y la seguridad de todos en su lugar de trabajo.**

## Conozca sus Derechos

**Si usted es víctima de un delito que involucre violencia doméstica o sexual, usted tiene derecho a:**

**Ser tratado con dignidad y justicia**

**Ser protegido**

**A la privacidad**

**Ser informado**

**Ser escuchado**

**Hablar con los fiscales**

**Estar presente**

**Ser recompensado**

Este fue un esfuerzo realizado en conjunto por:  
Futures Without Violence, House of Ruth Maryland, St. Ambrose Housing Aid Center,  
TurnAround, Inc., and University of Maryland - St. Joseph Medical Center

## Plan de Seguridad

- Si se encuentra en peligro inmediato, por favor llame al 911 y/o a la Seguridad del hospital.
- UMSJMC tiene una política (en la intranet) para apoyar y ayudar a los empleados afectados por VD/VS.
- Considere obtener una Orden de Paz o una Orden de Protección a través de la Corte y que incluya su lugar de trabajo en la orden.
- Si es posible, cambie su horario de trabajo, lugar de estacionamiento y/o número de teléfono del trabajo.

**La situación de cada persona es diferente. Hablar con un defensor de VD/VS puede ayudarle a decidir la mejor manera de mantenerse seguro.**

## Recursos Nacionales

Línea telefónica Nacional de Violencia Doméstica

**800-799-SAFE (7233) / thehotline.org**

Red Nacional de Violación Sexual, Abuso e incesto

**800-656-4673 / rainn.org/es**

## Recursos Locales

UMSJMC Recursos Humanos: **410-337-1288**

UMSJMC Programa de Asistencia al Empleado: **800-437-0911**

TurnAround Línea Telefónica de 24 horas: **443-279-0379**

House of Ruth Maryland Línea Telefónica de 24 horas:

**410-889-RUTH (7884)**

Copyright © 2016.

Este proyecto fue financiado por el subsidio N° 2012-TA-AX-K055 otorgado por la Oficina de Violencia contra la Mujer del Departamento de Justicia de Estados Unidos. Las opiniones, resultados, conclusiones y recomendaciones expresadas en esta publicación son las de los autores y no reflejan necesariamente las opiniones del Departamento de Justicia, Oficina de Violencia contra la Mujer



Photo by Ira Silverberg

ES TIEMPO DE DECIR  
**NO MÁS**

**A la Violencia Doméstica y la Violencia Sexual:**  
¡JUNTOS PODEMOS HACER LA DIFERENCIA!

Este fue un esfuerzo creado en conjunto por:  
Futures Without Violence, House of Ruth Maryland, St. Ambrose Housing Aid Center,  
TurnAround, Inc., and University of Maryland - St. Joseph Medical Center

Copyright © 2016.  
Este proyecto fue financiado por el subsidio N° 2012-TA-AX-K055 otorgado por la Oficina de Violencia  
contra la Mujer del Departamento de Justicia de Estados Unidos. Las opiniones, resultados, conclusiones  
y recomendaciones expresadas en esta publicación son las de los autores y no reflejan necesariamente las  
opiniones del Departamento de Justicia, Oficina de Violencia contra la Mujer



Photo by Ira Silverberg

ES TIEMPO DE DECIR  
**NO MÁS**

**A la Violencia Doméstica y la Violencia Sexual:**  
¡JUNTOS PODEMOS HACER LA DIFERENCIA!

**RECURSOS NACIONALES**

**Línea telefónica Nacional de Violencia Doméstica:**  
800-799-SAFE (7233) / thehotline.org  
**Red Nacional de Violación Sexual, Abuso e Incesto:**  
800-656-4673 / rainn.org/es

**RECURSOS LOCALES**

**UMSJMC Recursos Humanos:**  
410-337-1288  
**UMSJMC Programa de Asistencia al Empleado:**  
800-437-0911  
**TurnAround Línea Telefónica de 24 horas:**  
443-279-0379  
**House of Ruth Maryland Línea Telefónica de 24 horas:**  
410-889-RUTH (7884)



Photo by Ira Silverberg

ES TIEMPO DE DECIR  
**NO MÁS**

**A la Violencia Doméstica y la Violencia Sexual:**  
¡JUNTOS PODEMOS HACER LA DIFERENCIA!

**RECURSOS NACIONALES**

**Línea telefónica Nacional de Violencia Doméstica:**  
800-799-SAFE (7233) / thehotline.org  
**Red Nacional de Violación Sexual, Abuso e Incesto:**  
800-656-4673 / rainn.org/es

**RECURSOS LOCALES**

**UMSJMC Recursos Humanos:**  
410-337-1288  
**UMSJMC Programa de Asistencia al Empleado:**  
800-437-0911  
**TurnAround Línea Telefónica de 24 horas:**  
443-279-0379  
**House of Ruth Maryland Línea Telefónica de 24 horas:**  
410-889-RUTH (7884)