

**SAFE  
HORIZON**

## Stop the Abuse

**You don't deserve to be in an abusive relationship. There is a way out. But you have to take the first step.**

**You may be in an abusive relationship if your partner:**

- Constantly criticizes or insults you.
- Calls you names.
- Is extremely jealous.
- Threatens to hurt you or your children, your pets, family or friends.
- Keeps you from seeing family or friends.
- Breaks your things.
- Takes your money.
- Punches, slaps, kicks or shoves you.
- Stops you from going out.
- Forces you to have sex.
- Constantly calls you at work.

**You are not alone.**

- If you feel trapped and afraid, call Safe Horizon's 24-hour Domestic Violence Hotline.
- Counselors will help you protect yourself and your family. They can help you find a safe place for you and your children as well as legal assistance and day care.

TDD 800.810.7444

Safe Horizon's 24-hour Domestic Violence Hotline

**800.621.HOPE**

**SAFE  
HORIZON**

## Detenga el abuso

**Usted no se merece estar en una relación abusiva. Hay una salida. Pero usted tiene que dar el primer paso.**

**Usted puede estar en una relación abusiva si su compañero/a:**

- Le critica e insulta constantemente.
- Le llama por nombres denigrantes.
- Es extremadamente celoso.
- Amenaza con lastimarla a usted o a sus hijos, mascotas, familiares o amigos.
- Impide que usted vea a sus familiares o amigos.
- Destruye sus pertenencias.
- Le quita su dinero.
- Le golpea, le da cachetadas, patadas o la empuja.
- Le impide salir.
- Le forza a tener relaciones sexuales.
- Le llama constantemente al trabajo.

**Usted no está solo/a.**

- Si se siente atrapada y atemorizada, llame a la Línea de Emergencia para víctimas de la violencia doméstica de Safe Horizon, disponible las 24 horas del día.
- Consejeros le informarán cómo puede protegerse y proteger a su familia. Pueden ayudarle a encontrar un lugar seguro para usted y su familia, así como asistencia jurídica y cuidados de guardería.

Las personas con problemas auditivos deben llamar al 800.810.7444.

Safe Horizon's 24-hour Linea de Emergencia de Violencia Domestica

**800.621.HOPE**