

# Únase para Empoderar a los Sobrevivientes de Violencia Doméstica o Asalto Sexual en Nuestra Comunidad

## ¿CÓMO PUEDO AYUDAR?

### Sea Voluntario

Ofrecemos una variedad de oportunidades para voluntarios, ya sea que prefiera apoyar directamente a los sobrevivientes o si gusta contribuir a las operaciones de la agencia.

Para más información visite: [ResilienceMI.org/volunteer](https://ResilienceMI.org/volunteer)

### Si Prefiere Donar

Para cambiar vidas y fomentar la resiliencia en nuestra comunidad.



Done en línea en [ResilienceMI.org/donate](https://ResilienceMI.org/donate) o escaneando este código QR:

### Para Empresas

Oficina del Programa de Holland  
411 Butternut Dr., Holland, MI 49424  
Línea de Negocio: 616-392-2829

La misión de Resilience es responder, reducir y prevenir la violencia doméstica y sexual en los condados de Ottawa y Allegan.

# RESILIENCE

ADVOCATES FOR ENDING VIOLENCE™



**RESILIENCE**  
ADVOCATES FOR ENDING VIOLENCE™

**ESPACIO SEGURO  
PARA TODOS**

**Línea de Ayuda las 24 Horas en Español:**  
**1-866-728-2131** o en Inglés 1-800-848-5991  
Asistencia Multilingüe Disponible

**Asistencia sin Cita Disponible**  
de Lunes a Viernes de 9AM-5PM  
411 Butternut Dr., Holland, MI 49424

# Apoyamos la Resiliencia de los Supervivientes y Abogamos por la Prevención

## PARA VÍCTIMAS Y SUPERVIVIENTES

### Los Servicios Son Gratuitos y Confidenciales

#### Ayuda para la Violencia Doméstica y Sexual

Nuestros servicios ampliamente incluyen: apoyo individual e información, referencias a recursos comunitarios, un albergue de emergencia seguro y un programa para apoyar los costos de vivienda.

#### Exámenes de Agresión Sexual se Brindan 24 Horas los 7 Días de la Semana

Nuestro equipo dedicado provee exámenes médicos gratuitos, atención continua, apoyo individual y terapia para sanar si así lo desea.

#### Apoyo Legal y Planificación de Seguridad

Nuestro personal ayuda a desarrollar una estrategia personalizada para minimizar riesgos. Le ofrecen ayuda para: prepararse para el proceso de corte, asistirle en la tramitación de órdenes de protección personal, ayudarle a saber cómo navegar el sistema legal y educarle sobre los derechos de las víctimas y sobrevivientes de violencia doméstica, agresión sexual y acecho.

#### Terapia para Adultos y Niños

Los terapeutas trabajan con sobrevivientes adultos y adolescentes de violencia doméstica y sexual utilizando intervenciones apropiadas para la edad de los niños que son afectados por la violencia doméstica. Nuestro objetivo es ayudar a los sobrevivientes a aumentar la sensación de seguridad, reducir los síntomas del trauma e identificar estrategias de afrontamiento positivas.

#### Grupos de Apoyo y Talleres

Ofrecemos varios grupos de apoyo y talleres gratuitos para los sobrevivientes. Visite el sitio web de Resilience o llame a la línea de ayuda para conocer lo que está disponible.

## INICIATIVAS COMUNITARIAS

### La Prevención es Posible

#### Para los Supervivientes

Nuestro Consejo de Sobrevivientes empodera a los sobrevivientes de violencia doméstica y sexual si gustan contribuir para mejorar los programas, servicios, estrategias y esfuerzos de participación comunitaria de Resilience. Todos los sobrevivientes son bienvenidos.

#### Para los Jóvenes

Nuestro programa juvenil Campeones de Hombría Saludable enseña a los hombres y a los niños jóvenes habilidades cruciales para la vida. Centrado en tres currículos nacionales, este programa incorpora lecciones basadas en evidencia que han demostrado promover actitudes y comportamientos saludables. Diseñado específicamente para los niños entre 10 -18 años, ofrecemos 8 clases de lecciones o 24 lecciones en diseño de club. El contenido se centra en el respeto, la salud mental, la prevención de la violencia, el desarrollo del liderazgo y las relaciones saludables.

La Junta de Liderazgo Juvenil amplifica las voces de estudiantes locales para convertirse en la próxima generación de líderes para prevenir la violencia.

#### Para Hombres

Nuestro programa de Campeones de Hombría Saludable crea un espacio para que hombres locales se unan, conecten y crean alianzas para modelar y promover una masculinidad saludable. Los proyectos incluyen podcasting, eventos, y mentoría para hombres y niños jóvenes de nuestras escuelas y universidades locales. Las relaciones que creamos, las historias que compartimos y el impacto que tenemos en la comunidad hacen de esta una experiencia única y transformadora.



**Ayuda Multilingüe Está Disponible  
24 Horas los 7 Días de la Semana**

En Español: **1-866-728-2131**

En Inglés: **1-800-848-5991**

Visite nuestro sitio web para obtener información y recursos actualizados en:

**ResilienceMI.org**

