



# ¿Necesita ayuda para mantener su seguridad y la de su familia?

Cualquiera de nosotros puede necesitar ayuda en algún momento, si necesita consejo todas estas organizaciones son completamente confidenciales, no juzgan y pueden ayudarle a tomar algunas decisiones o cambios para que sentirse segura(o).

**Athena**  
Run by Refuge  
Working in Lewisham to end gender-based violence  
Llame al: 0800 112 4052  
email: lewishamvawg@refuge.org.uk



Are you a man suffering from domestic abuse?  
You are not alone  
Llame al: 01823 334

**childline**  
ONLINE, ON THE PHONE, ANYTIME  
childline.org.uk | 0800 1111



**WOMEN & GIRLS NETWORK**  
Llame al: 0808 801 0660  
Lunes-Viernes de 10 h a 16 h, miércoles de 18.00 h a 21.00 h  
O email: advice@wgn.org.uk



**THE DEAF HEALTH CHARITY SIGNHEALTH**  
Text 007800 003421  
email: da@signhealth.org.uk



**Refuge**  
Llame al: 0800 112 4052  
National Domestic Abuse Helpline



**galop**  
Línea de ayuda frente al maltrato doméstico y LGBT:  
0800 999 5428



**women's aid**  
until women & children are safe  
women's aid (ayuda para las mujeres) hasta que las mujeres y los niños estén protegidos  
Chat en directo y soporte por email:  
www.womensaid.org.uk/information-support/



**Respect**  
Contra el abuso y la violencia  
www.respect.uk.net/pages/18-contact-us



**SI NECESITA AYUDA INMEDIATA**  
PREGUNTE POR ANI  
O NUESTRA CONSULTA ESTÁ ABIERTA SI NECESITA UN ESPACIO SEGURO SI ESTÁ SUFRIENDO MALTRATO DOMÉSTICO, ESTAMOS AQUÍ PARA APOYARLE.  
Solicite usar el espacio seguro o pregunte por ANI en el mostrador de salud.  
Pregunte por ANI al personal de la farmacia (se pronuncia Annie).  
El personal le dedicará un espacio privado y hablará con usted si desea avisar a la policía o acudir a una línea de ayuda contra el maltrato doméstico.  
Si lo hace, ellos usarán su teléfono para protegerle.



**Hestia**  
CELEBRATING 50 YEARS OF LIFE BEYOND CRISIS



La APP y el sitio web de Bright Sky ofrecen apoyo práctico e información sobre la respuesta al maltrato doméstico para cualquier persona que lo sufra o que le preocupe que lo esté sufriendo otra persona.  
Por favor, descargue la aplicación solo si es seguro para usted y si está seguro(a) de que su teléfono no está siendo espiado.

**AVA**  
Against Violence & Abuse  
www.breathingspace-ava.org.uk/



**NHS** working together  
**Lewisham Children and Family Centres**  
www.lewishamcfc.org.uk

