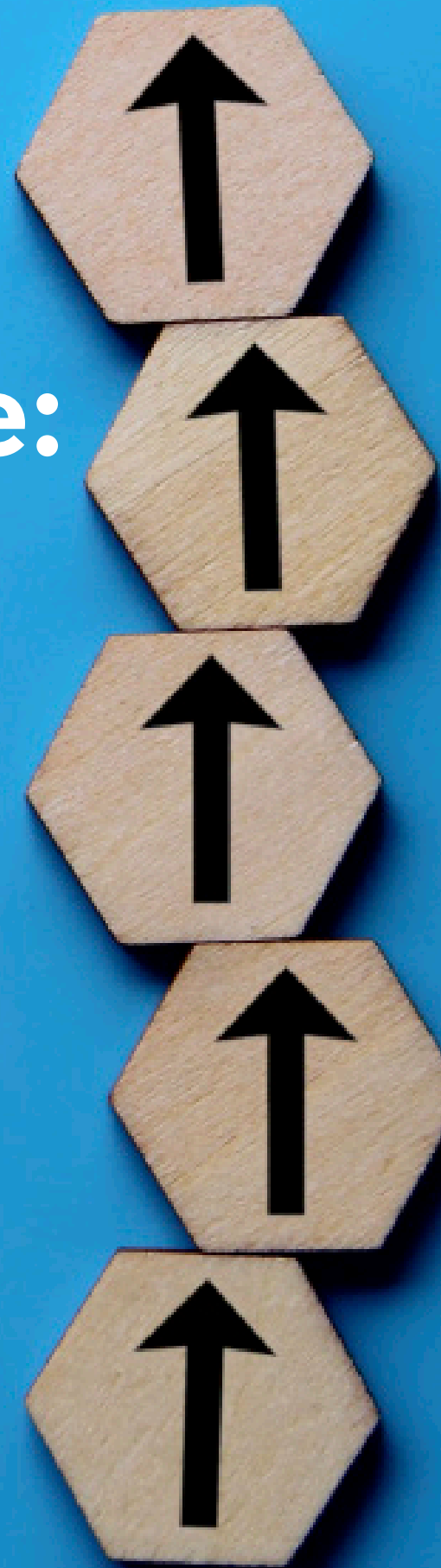


The Allstate Foundation

# Seguir Adelante:

un recurso para  
el empoderamiento financiero



## Acerca de The Allstate Foundation



Fundada en 1952, The Allstate Foundation empodera a las personas y las comunidades para que puedan prosperar.

Durante casi dos décadas, The Allstate Foundation ha invertido más de \$100 millones para empoderar a las sobrevivientes a liberarse del abuso. Junto con socios sin fines de lucro, la Fundación trabaja para cambiar la narrativa en torno al abuso en las relaciones y poner el enfoque en las sobrevivientes, con apoyos que incluyen educación financiera, programas de ahorro equivalentes y de construcción de crédito, y apoyo al campo de

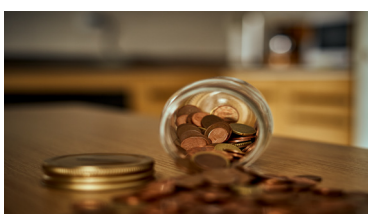
defensores que brindan ayuda a las sobrevivientes. La Fundación también apoya programas que aseguran que los jóvenes tengan el conocimiento y las habilidades para mantener relaciones saludables y prevenir el abuso antes de que comience.

## Objetivos

### Este curso le proporcionará:



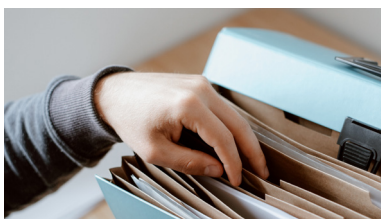
Mayor confianza en su capacidad para tomar decisiones y actuar.



Estrategias para abordar los desafíos financieros y de seguridad, ya sea que usted esté o haya estado en una relación abusiva o esté planeando dejarla



Recursos para afrontar los cambios en la calidad de vida que usted pueda enfrentar.



Pasos a seguir si una persona abusiva o ex pareja abusiva hace mal uso de su información personal.



Pasos prácticos para construir una base financiera sólida, como elaborar un presupuesto, ahorrar, construir crédito y administrar la deuda.

## Usted tiene derechos

Las sobrevivientes de la violencia doméstica a menudo enfrentan desafíos económicos significativos. Usted merece acceso a recursos como vivienda segura, oportunidades laborales y recursos económicos para usted y cualquier miembro de su familia.

Sobrevivir día a día, luchar para llegar a fin de mes, experimentar abusos y empezar de nuevo puede ser aterrador. Confíe en su derecho a estar segura y en la sabiduría y el ingenio que le han ayudado a sobrevivir.

## Hay apoyo

Usted es la experta en su vida. Y no tiene que hacerlo sola. Defensores capacitados, organizaciones comunitarias, organizaciones culturalmente específicas e instituciones financieras pueden apoyarla y abogar por usted.

Si usted es un defensor u otro profesional que necesita más información sobre Moving Ahead o la justicia económica en general, puede comunicarse con NNEDV.

## Acerca de Seguir Adelante

Moving Ahead está diseñado para personas sobrevivientes de violencia doméstica. Encontrará orientación y herramientas para tomar decisiones financieras importantes y trabajar en pos de lograr seguridad y estabilidad financiera a largo plazo.

La información cubierta abarca desde principios básicos de gestión del dinero hasta estrategias avanzadas de planificación financiera a largo plazo.

## Limitaciones de este plan

Nuestras opiniones sobre el dinero están moldeadas por una variedad de creencias y no todos tienen los mismos ideales o medidas de éxito financiero. Seguir Adelante intenta abordar una amplia gama de sistemas de valores.

Seguir Adelante también ofrece información sobre recursos comunitarios y cómo acceder a ellos. Desafortunadamente, la discriminación basada en raza, etnia, ingresos, género, estado migratorio, orientación sexual, discapacidad, religión y fe, entre otros factores, puede impactar el acceso a los recursos.

La información contenida en Seguir Adelante es una representación razonablemente precisa de las leyes y políticas públicas a la fecha de publicación. A medida que avanza en la información, le sugerimos que también consulte con proveedores de servicios locales, ya que las leyes y políticas pueden haber cambiado.

## Gracias

Un agradecimiento especial a las sobrevivientes y defensores de todo el país que compartieron sus historias y experiencias con nosotros.

Su dedicación, resiliencia, coraje e ingenio son verdaderamente heroicos e inspiradores. Sin su asombrosa contribución, esta revisión no habría sido posible.

## Nota para las sobrevivientes

A las sobrevivientes que están leyendo este plan, sepan que no están solas. Es posible recuperarse del abuso financiero y le apoyamos para dar este paso hacia la independencia financiera.

Al aumentar su conocimiento financiero, está construyendo un futuro mejor para usted, los miembros de su familia, su familia elegida o sus seres queridos y dando ejemplo a otras personas que han enfrentado luchas similares.

## Agradecimientos

Seguir Adelante fue creado por y para sobrevivientes y está dedicado a las sobrevivientes en todas partes. Un agradecimiento especial a las sobrevivientes y defensores que ayudaron a reinventar Seguir Adelante. Los contribuyentes incluyeron:

### Facilitadora experta

**Tonya Lovelace** - Lovelace Consulting Services, Inc.

### Grupo de trabajo

#### **adé Oni**

**Amanda Gould** - Instituto Nacional LGBTQ sobre Violencia en la Pareja - Centro LGBT de Los Ángeles

**Ann Lizakowski** - YWCA Cass Clay

**Caitlin Toliver** - YWCA Central Virginia

**Cierra Hart** - New Jersey Coalition to End Domestic Violence

**Jennifer Riley** - YWCA Lubbock

**Jessica Marcum** - Indiana Coalition Against Domestic Violence, Inc.

**Nicole Blackburn** - Indiana Coalition Against Domestic Violence, Inc.

**Lee Heflebower** - Nebraska Coalition to End Sexual and Domestic Violence

**Mona Kafeel** - Texas Muslim Women's Foundation

**Monica Daye** - StandUp SpeakOut de North Carolina

# Introducción

**Sarahi Mateo** - Esperanza United

**Shan Huang** - WOMANKIND | New York Asian Women's Center

**Stephanie N. Mathis** - Abused Deaf Women's Advocacy Services

**K. Tony Korol-Evans** - Maryland Network Against Domestic Violence

**Zakia Afrin** - Maitri

## Grupo Asesor

**Lisalyn Jacobs** - Just Solutions

**Laura Johnson** - Temple University

**Kim Pentico** - National Network to End Domestic Violence

**Sarah Khan** - Asian Pacific Institute on Gender-Based Violence (API-GBV)

## Otros contribuyentes

**Heather Jarvis** – Experta en préstamos estudiantiles

# The Allstate Foundation

# Seguir Adelante

un recurso para el empoderamiento financiero

Un versión en línea a su propio ritmo está disponible en  
[www.TheLearningCommunityToEndViolence.org](http://www.TheLearningCommunityToEndViolence.org)

