

---

# JUNE GETS HELP

June is seven years old and loves playing with LEGOs. She has an older brother named Max who is fifteen. Most of the time, Max is okay. But sometimes Max gets really angry.

When Max gets mad, he might yell at June or push her. When that happens, June's heart beats super fast, her shoulders get tight, and her stomach feels heavy and sick.

Some days June feels nervous walking home from school, thinking, *"I wonder if Max will be in a good mood or a bad mood today."*



One afternoon, Max got angry because June accidentally knocked over his video game controller. He yelled at her and pushed her backward. June felt scared and went to her room, hugging her knees tight.

June felt confused. She loved her brother, but she also felt afraid of him sometimes. She wondered, *"Is this normal?"*

Then June remembered something Ms. Lopez, her teacher, had said: *"If anyone ever makes you feel unsafe or scared - even someone in your family - it's okay to tell a grown-up you trust."*

The next morning, June waited until the other kids went to recess. She walked up to Ms. Lopez.

*"Ms. Lopez,"* June whispered, *"sometimes Max gets really mad at me and pushes me. It scares me."*

Ms. Lopez listened carefully and put a gentle hand on June's shoulder. *"Thank you for telling me, June. You are very brave. Let's make sure you get help."*

Ms. Lopez walked with June to see Mr. Rivera, the school counselor.

"I work at Margaret's Place, and I meet with kids like you every week to talk about the things that are making them feel upset," Mr. Rivera explained. "You don't deserve to be treated that way, even by family."

Together, they made a safety plan:

- **At home:** Go to her room, call for mom, use calm breathing
- **If mom isn't home:** Go to Mrs. Chen next door or call grandma
- **At school:** Talk to Ms. Lopez or Mr. Rivera anytime



That afternoon, June's mom came to school. She gave June a big hug and said, "I'm proud of you for telling someone. We're going to get help for our whole family."

June learned important things:

- Kids should never have to feel afraid at home
- Even when we love someone, it's not okay for them to hurt us
- Asking for help doesn't mean you don't love your family

June still felt sad when Max got angry, but now she wasn't alone. She had people who would listen, believe her, and help keep her safe.

## REMEMBER: YOU ARE NOT ALONE

### If you ever feel scared, worried, or unsafe:

- Tell a grown-up you trust
- Keep checking in with safe adults until someone helps you
- It's never your fault
- You deserve to feel safe
- There are always people who want to help you

### Emergency Resources:

- In an emergency, call 911
- Childhelp National Child Abuse Hotline: 1-800-422-4453
- National Domestic Violence Hotline: 1-800-799-7233

Find more resources at [safeathome.org](https://safeathome.org)

# JUNIO RECIBE AYUDA

June tiene siete años y le encanta jugar con LEGO. Tiene un hermano mayor llamado Max, de quince años. La mayor parte del tiempo, Max se porta bien. Pero a veces se enfada mucho.

Cuando Max se enoja, puede gritarle a June o empujarla. Cuando eso sucede, el corazón de June late a mil por hora, se le tensan los hombros y siente un peso y malestar en el estómago.

Algunos días, June se siente nerviosa mientras camina a casa desde la escuela y piensa: "Me pregunto si Max estará de buen o mal humor hoy".



Una tarde, Max se enojó porque June tiró accidentalmente su control de videojuego. Le gritó y la empujó hacia atrás. June se asustó y se fue a su habitación, abrazándose las rodillas.

June se sentía confundida. Amaba a su hermano, pero a veces también le tenía miedo. Se preguntaba: "¿Es esto normal?".

Entonces June recordó algo que había dicho su maestra, la Sra. López: "Si alguien te hace sentir inseguro o asustado, incluso alguien de tu familia, está bien contárselo a un adulto en quien confíes".

A la mañana siguiente, June esperó a que los demás niños salieran al recreo. Se acercó a la Sra. López.

—Señora López —susurró June—, a veces Max se enoja mucho conmigo y me empuja. Me da miedo.

La Sra. López escuchó atentamente y puso una mano suave en el hombro de June. "Gracias por decírmelo, June. Eres muy valiente. Asegurémonos de que recibas ayuda".

La Sra. López caminó con June para ver al Sr. Rivera, el consejero escolar.

"Trabajo en Margaret's Place y me reúno con chicos como tú cada semana para hablar sobre lo que les molesta", explicó el Sr. Rivera. "No mereces que te traten así, ni siquiera en tu familia".

Juntos elaboraron un plan de seguridad:

- **En casa: Ve a su habitación, llama a mamá, usa respiración tranquila.**
- **Si mamá no está en casa: ve con la Sra. Chen, que vive al lado, o llama a la abuela.**
- **En la escuela: Habla con la Sra. López o el Sr. Rivera en cualquier momento.**



Esa tarde, la mamá de June llegó a la escuela. Le dio un fuerte abrazo y le dijo: "Estoy orgullosa de ti por contárselo a alguien. Vamos a buscar ayuda para toda la familia".

Junio aprendió cosas importantes:

- Los niños nunca deberían tener que sentir miedo en casa.
- Incluso cuando amamos a alguien, no está bien que nos haga daño.
- Pedir ayuda no significa que no ames a tu familia

June todavía se sentía triste cuando Max se enojaba, pero ahora no estaba sola. Tenía gente que la escucharía, la creería y la ayudaría a mantenerse a salvo.

## RECUERDA: NO ESTÁS SOLO

**Si alguna vez te sientes asustado, preocupado o inseguro:**

- Cuéntaselo a un adulto en quien confíes
- Sigue contactando con adultos confiables hasta que alguien te ayude.
- Nunca es tu culpa
- Mereces sentirte seguro
- Siempre hay gente que quiere ayudarte

**Recursos de emergencia:**

- En caso de emergencia, llame al 911
- Línea directa nacional de Childhelp contra el abuso infantil:  
**1-800-422-4453**
- Línea Nacional de Atención contra la Violencia Doméstica:  
**1-800-799-7233**

**Encuentre más recursos en [safeathome.org](https://safeathome.org)**