



Volunteers of America®
There are no limits to caring.®

Residential Reentry Center - Casa Alborada

1606 Avenida Fernández Juncos, San Juan, Puerto Rico 00909
(787) 919-0470 (Cuadro General); (787) 726-6352 (Fax)

MANUAL DEL RESIDENTE

Nombre del Residente: _____

Manejador de Casos: _____

¡Bienvenidos a Casa Alborada ... ¡Un Nuevo Comienzo!

Casa Alborada es el único Centro de Transición para confinados federales en los distritos de Puerto Rico y las Islas Vírgenes, también conocido como Volunteers of America Puerto Rico Residential Reentry Center (VOAPRRRC). El Centro es operado por Voluntarios de América (VOA), una organización sin fines de lucro de base de fe contratada por el Negociado Federal de Prisiones (BOP) y Probatoria Federal (USPO) del distrito de Puerto Rico. VOA ofrece una variedad de programas y servicios en treinta y nueve estados de Estados Unidos, incluyendo a Puerto Rico. VOA es una organización pionera en la transición de confinados por más de 125 años y tiene el compromiso de proveer las herramientas necesarias para que los residentes puedan reintegrarse exitosamente en las comunidades de Puerto Rico.

Todos los servicios y oportunidades en Casa Alborada están disponibles para los residentes sin discriminación alguna por motivos de raza, color, religión, género, etnicidad y nacionalidad, edad, represalia, orientación sexual, afiliación política y discapacidad física o mental. Casa Alborada opera 24 horas al día, 7 días a la semana, por lo tanto, siempre hay un empleado que lo pueda ayudar a cualquier hora del día.

Casa Alborada cree que cada residente es o tiene el potencial de ser una persona responsable y enfocada en su *transición individual*. Las reglas, reglamentos y expectativas serán discutidos con usted en esta orientación inicial y otra vez con su Manejador de Caso durante su primera revisión de casos. De tener alguna pregunta, pida una explicación o aclaración a los empleados del Centro. Usted será responsable de conocer y cumplir con todas las reglas del programa. El incumplimiento de las normas y regulaciones del Centro puede resultar en acciones disciplinarias.

QR CODE

INDICE

Acreditaciones	3	Pases sociales y fines de semana	20-21
Apagado de luces	18	Precauciones universals - Salud	35
Apariencia personal, higiene y vida saludable	33-35	Prison Rape Elimination Act (PREA)	3-5
Armas y herramientas	15	Procedimientos de emergencia y plan de evacuación en caso de incendio	24
Artículos permitidos/no permitidos/ contrabando	15-16	Procedimientos de entrada y salidas	5
Asignación de cama y armario	6	Procedimientos de quejas	23
Bienvenida a Casa Alborada	1	Productos Higiénicos	3
Casa Alborada	1	Programa adultos de edad avanzada	12
Comidas y servicios de alimentos	22	Programas	9-10
Componentes de seguridad	5	Propiedad personal	18
Compras para productos personales y recortes de pelo	21	Pruebas de detección sustancias controladas y alcohol	12
Confraternización (PREA)	23	Recortes de pelo en el Centro	21
Correspondencia	15	Recreación	24
Decoración en área de dormitorios	6	Recursos víctimas de abuso y acoso sexual	5
Detención domiciliaria	11-12	Registros	18
Disciplina: Proceso gradual, actos prohibidos y sanciones disponibles	24-32	Responsabilidad financiera	11
Drogas	42	Ropa de Cama	6
Fumar - Cigarrillos productos tabaco	12	Salud	35-40
Embarazo	42	Servicios legales	47-48
Empleo	10-11	Servicios médicos	6-7
Encendido de luces	18	Suicidio: signos, prevención	42-43
Equipo de audio	19	Tableta de comunicación	21
Evidencia de pago y talonarios	11	Tablón de anuncios	6
Hojas de contacto	21	Tareas	17
Horas de comida	22-23	Tareas adicionales	17-18
Huracanes	43-44	Teléfonos celulares y llamadas	13-15
Identificación (tarjeta)	3	Teléfonos y direcciones electrónicas de interés general	46-47
Inundaciones	44-45	Terremotos	45-46
Lavandería	6	Transacciones ilegales residentes, empleados, voluntarios y contratistas	11
Limpieza dormitorio	23	Transportación - Conducir	7-8
Marihuana sintética	12-13	Transportación - Ruta del Tren Urbano	8-9
Matrimonio	24	Transportación - Uso de bicicletas	8
Movimiento dentro del Centro	18-19	Uso del elevador	23
Pases comunidad	19-20	Visitas	16-17
Pases religiosos	19	Uso de áreas comunes	24

Guía de Recursos para la Reintegración del Negociado Federal de Prisiones:
https://www.bop.gov/resources/pdfs/reentry_handbook.pdf.

PRODUCTOS HIGIENICOS: Si a su llegada a Casa Alborada usted necesita productos de primera necesidad, tales como productos de higiene (jabón, champú, peinilla o cepillo, desodorante, cepillo y pasta de dientes, detergente para la ropa, productos de higiene femenina, o artículos de vestir), el personal le ayudará en la obtención de estos productos. *Esta ayuda es principalmente para los residentes indigentes o que no cuentan con el apoyo de familiares o amigos.*

Usted es responsable de informar a los miembros del personal de sus necesidades lo antes posible o durante el proceso de admisión que se ofrecerá a su llegada al Centro. De necesitar algún producto o ayuda, lo puede comunicar a su Manejador de Casos. Si tiene dificultades para leer o comprender cualquier material que se le proporcione, solicite ayuda a su Manejador de Casos. Favor de proveer todos sus contactos de emergencia a su Manejador de Casos.

IDENTIFICACION: A su llegada a Casa Alborada, durante el proceso de admisión se le entregará una tarjeta de identificación del color asignado a su piso de dormitorio. El segundo piso es blanco, el tercer piso es verde, el cuarto piso es amarillo y el quinto piso es azul. La tarjeta contiene información sobre usted, la asignación de su piso, dormitorio y su Manejador de Casos. La tarjeta de identificación se utiliza para los conteos en Casa Alborada. La tarjeta de identificación debe estar en su poder en todo momento. Es su responsabilidad mantener la tarjeta con usted en todo momento. Si por alguna razón usted pierde su tarjeta, favor de notificarlo inmediatamente a un empleado del Centro.

ACREDITACIONES:

- Casa Alborada está acreditada desde el año 2015 por el “PREA Management Office” establecida por el Negociado de Asistencia de Justicia.
- Casa Alborada está acreditada desde el año 2023 por la “American Correctional Association”.

PRISON RAPE ELIMINATION ACT (PREA): Casa Alborada está acreditada desde el 2015 por el “PREA Resource Center” del Departamento de Justicia de los E.U. con relación a la ley del “Prison Rape Elimination Act (PREA)”.

Ley: El Prison Rape Elimination Act, mejor conocido como PREA, es una ley federal aprobada en 2003, que busca eliminar el abuso sexual y el acoso sexual dentro de las facilidades correccionales, incluyendo los centros de transición y reintegración.

Misión de Casa Alborada: Promover la Cero Tolerancia ante el abuso sexual y acoso sexual. Todo residente tiene el derecho de estar libre de abuso sexual y acoso sexual en Casa Alborada.

Definiciones: Por *abuso sexual* se identifica cualquier intento, amenaza, o *contacto con o sin consentimiento* hacia un residente:

- Contacto con los genitales (el pene, la vulva o el ano), incluyendo penetración,
- Contacto entre los genitales (el pene, la vulva o el ano), incluyendo contacto bucal/oral,
- Penetración del área anal o genital de un residente, utilizando la mano, los dedos, con un objeto o un instrumento con la intención de abusar, despertar o satisfacer un deseo sexual,

- Cualquier contacto intencional, ya sea a través de la ropa a partes íntimas (el área genital, los genitales, el ano, el busto, el pecho, toque entre las piernas o el trasero), o bien algún roce con los genitales.
- Cualquier intento, amenaza o solicitud para comprometerse en actividades de índole sexual,
- Cualquier muestra de partes íntimas hacia algún residente (genitales, busto o trasero),
- Voyerismo - invasión a la privacidad de un residente por razones no relacionadas a las contempladas en su puesto de trabajo, que incluye vigilancia de un residente mientras utiliza el inodoro para sus necesidades, tomar fotografías de las partes íntimas de un residente mientras se encuentra desnudo/a.

Por acoso sexual se entiende:

- Comentarios de índole sexual, peticiones para favores sexuales, sugerencias sexuales, acercamientos, gestos o acciones de naturaleza sexual despectivo u ofensivo por un residente hacia otro residente.
- Comentarios o gestos de naturaleza sexual hacia un residente por un empleado de Casa Alborada, un contratista, voluntario y estudiante que esté laborando en Casa Alborada, incluyendo: referirse hacia un/una residente de forma despectivo/a en referencia a su género y preferencia sexual. Humillar a una persona por su cuerpo o por su ropa, uso de lenguaje obsceno y no verbal con connotaciones sexuales.

Métodos de Reportar:

Como parte de sus responsabilidades si observa o es una víctima de un acto de abuso sexual o acoso sexual debe:

- Reportarlo al director del Centro, o al Coordinador de PREA, Manejador de Casos o cualquier empleado de Casa Alborada,
- Puede escribir al correo electrónico prea@voapr.org,
- Depositar una nota en el buzón de PREA ubicado en el primer piso frente a las máquinas de refrescos,
- Notificarlo a través de una tercera persona.
- Escribiéndole al Administrador de la Oficina de Reintegración del Negociado Federal de Prisiones, Miami Residential Reentry Office, 401 North Miami Avenue, Miami, FL 33128, (412) 395-4783.
- Contactar a la Policía de Puerto Rico al (787) 343-2020.
- Contactar el Centro para Víctimas de Violación, abuso y acoso sexual al (787) 765-2285.
- Contactar al Rape, Abuse or Incest National Network (RAINN) al 1 (800) 656-4637.

Este proceso activará el protocolo de Casa Alborada para la prevención y respuesta ante el abuso sexual y acoso sexual. Igualmente usted está consciente de que no pueden tomar represalias contra usted al reportar un incidente de abuso sexual o acoso sexual.

Repercusiones:

Usted puede ser objeto de investigación y posibles cargos legales federales, si incurre en algún tipo de conducta relacionada a abuso sexual o acoso sexual dentro o fuera de Casa Alborada. Puede enfrentar consecuencias disciplinarias y ser removido del programa.

Certificación:

Por este medio certifico que he sido orientado y adiestrado sobre el protocolo de “*Volunteers of America – Centro de Transición – Casa Alborada*” relacionado a la ley federal PREA, su misión, las definiciones de abuso sexual y acoso sexual, los métodos de reportar cualquier incidente de abuso sexual y acoso sexual incluyendo el no tomar represalias por reportar un incidente de abuso y acoso sexual. Las posibles repercusiones si incurro en un acto de abuso o acoso sexual y comprometiéndome a seguir los estándares de PREA.

RECURSOS PARA VICTIMAS DE ABUSO Y ACOSO SEXUAL:

AGENCIAS	TELEFONOS
Policia de Puerto Rico – Emergencia Policia de Puerto Rico – Cuartel General Policia de Puerto Rico – Línea Orientación Agresión Sexual	(787) 343-2020 (787) 793-1234 (787) 343-2000 Ext. 2556, 2557, 2559, 2560
Hospital Pavía #1462 Ave. Fernández Juncos, San Juan, PR 00909	(787) 641-1616 ¼ miles From RRC
Doctor’s Hospital Sala de Emergencias #1395 Ave. Fernández Juncos, San Juan, PR 00909	(787) 999-7620 ½ miles from RRC
Hospital Presbiteriano #1451 Ave. Dr. Ashford, San Juan, PR 00911	(787) 721-2160 1.5 miles from RRC
CENTRO DE APOYO A VICTIMAS DE VIOLACION – RAPE CRISIS CENTER Departamento de Salud de Puerto Rico	(787) 765-2285, (787) 765-2412 San Juan (787) 745-0809, (787) 765-2929, x 6354, 6355 Arecibo, x 6392, 6390 Fajardo
Rape, Abuse and Incest National Networking (RAINN)	1 (800) 656-4673
Centro de Salud de Justicia Contra la Violencia Sexual	(787) 337-3737
Casa de La Bondad (Refugio) casabondad@hotmail.com	(787) 852-7265, (787) 486-7265 Humacao & Fajardo
Hogar Ruth para Mujeres Maltratadas (Refugio) hogarruth@yahoo.com	(787) 883-1884 (787) 360-3319
Casa Protegida Julia de Burgos (Refugio) casa.julia@hotmail.com	(939) 265-6853 San Juan, (787) 284-4303 Ponce, (787) 891-2031 Aguadilla

PROCEDIMIENTO DE ENTRADAS Y SALIDAS: Los residentes deben firmar al entrar y salir del edificio. Todo el proceso de entrada y salida del Centro se hará de manera electrónica. Sólo estará autorizado a salir del Centro después de recibir autorización de su Manejador de Casos y/o director. Usted no puede salir del edificio hasta que un Monitor en el Control haya completado la firma electrónica. Si usted está en detención domiciliaria, debe de llamar al Centro cada vez que vaya a salir de su hogar ya sea para su trabajo o para un pase comunitario ya previamente aprobado por su Manejador de Casos. Si usted sale sin autorización previa, podría perder ser disciplinado y ser regresado al Centro o a la cárcel federal.

COMPONENTES DE SEGURIDAD: Los componentes de seguridad son Pre-Release (PR), Home Confinement (HC), y CCC componente restringido por 30, 60, o 90 días. Los residentes con el componente CCC tienen un máximo de cinco horas para pases comunitarios diarios. El director es el único que puede remover un CCC de un residente.

ASIGNACION DE CAMA Y ARMARIO: Las asignaciones de camas y armarios son realizadas y autorizadas por empleados del Centro. A ningún residente se le permite cambiar las camas sin la

aprobación del personal.

Todas las solicitudes de cambio deben ser presentadas a la Supervisora de los Monitores. Los cambios de camas serán para los residentes con condiciones médicas que lo amerite y residentes que lleven más tiempo en el Centro.

Cada residente tiene asignado un (1) armario y (1) gaveta. Todos los armarios tienen un candado de combinación. La combinación se le proporcionará a usted a su llegada. Si por alguna razón usted no recibe o pierde su combinación después de que se le ha asignado, usted puede solicitar la combinación a los Monitores en el Control en el primer piso. *Todos los residentes serán responsables de mantener de forma ordenada y segura todas sus pertenencias en todo momento.*

DECORACION EN AREA DE DORMITORIOS: Dentro del armario asignado, los residentes pueden colocar objetos personales, fotos de familiares y calendarios. Está prohibido todo material relacionado con sexo, pornografía, drogas, alcohol, violencia o de una afiliación de organizaciones o gangas.

ROPA DE CAMA: A su llegada, cada residente se le proporcionará una almohada, un colchón, cubre cama, toalla, colchas, y una funda de almohada. Las sábanas se cambian una vez por semana. El cambio de ropa se lleva a cabo todos los jueves o viernes en la mañana. La ropa sucia debe ser entregada a más tardar 7:30 A.M. en el día del cambio y se recoge en el primer piso frente al área de Control. Una excepción se hace para los residentes que trabajan en turnos nocturnos. En este caso, el residente entregará la ropa sucia al final del día. A cambio de sus sábanas sucias, cada residente se le entregará una tarjeta enumerada que se le proporcionará al personal para cambio de ropa de cama limpia.

Está prohibido que los residentes traigan sus propias almohadas, toallas, cualquier pieza de ropa de cama y/o toallas para cubrir los lados de la cama o las ventanas (no se aceptan toldos). El día que termina su sentencia, el residente tiene que llevarse toda su ropa, sus pertenencias y sus medicamentos, incluyendo los que están en control.

LAVANDERIA: Los residentes son responsables por el costo de lavar su ropa. Un sistema de tarjeta de débito se ha establecido para el uso de lavadoras y secadoras. Las instrucciones para utilizar las tarjetas de débito se encuentran en el primer piso, al lado del Control. Residentes indigentes (aquellos que no tienen dinero) o acusados que se encuentren bajo el Programa de la Oficina de Probatoria Federal del Distrito de Puerto Rico e Islas Vírgenes, pueden solicitar y recibir fondos y detergente a través de su Manejador de Casos y el Supervisor de los Monitores. De reportarse daños a la ropa de cama suministrada, usted será responsable y podría ser sancionado. La máquina solo acepta billetes de \$5.00, \$10.00 y \$20.00.

TABLÓN DE ANUNCIOS: Los tabloncillos de anuncios están ubicados por todo el Centro y se utilizan para transmitir información a los residentes. Los tabloncillos principales se encuentran en el primer piso y los tabloncillos más pequeños se encuentran en las unidades de cada piso. Es responsabilidad de los residentes de leer la información publicada en los tabloncillos de anuncios.

SERVICIOS MÉDICOS: Durante su estadía en el Centro, el Negociado Federal de Prisiones será responsable por el costo de su atención médica, servicios dentales de emergencia y medicamentos.

Todo residente en el programa de detención domiciliaria será responsable de solicitar el plan

médico del gobierno o un plan privado y será responsable por los costos de su atención médica, servicios dentales y medicamentos. Si su cita médica o dental conflige con el horario de trabajo, asegúrese de que usted proporcione a su empleador una notificación adecuada de su cita (al menos dos días de antelación) o tratar de tener la cita reprogramada en horas no laborales.

Todos los medicamentos recetados se deben mantener en su armario asignado. *Todos los medicamentos controlados deben ser entregados al personal en el Control.* Cada residente será responsable de tomar sus medicamentos según las indicaciones del médico. Los residentes son responsables por comprar sus medicamentos de primera necesidad “over the counter (OTC)”. Para renovación de medicamentos recetados, debe de someter la prescripción a su Manejador de Casos para solicitar aprobación del BOP. Las medicinas sin recetas deben estar en envases apropiados brindados por la farmacia. No se permiten suplementos, vitaminas en polvo o medicamentos en envases inapropiados y sin nombre del residente.

El personal de Casa Alborada está capacitado en primeros auxilios y CPR y abordará de inmediato cualquier emergencia médica que se presente. Tratamiento médico de emergencia adicional será proporcionado a través de los servicios médicos de emergencia local y la comunidad (llamando al 911). Todo equipo de primeros auxilios está ubicado en el 1er piso. A menos de una milla del Centro se encuentran el Hospital Pavía con su sala de emergencias además del Doctor’s Hospital con su sala de emergencias. Estos hospitales están abiertos 24 horas al día, 7 días a la semana.

En caso de que, durante su estadía en Casa Alborada, usted observa o escucha otro residente o miembro del personal que experimente una emergencia médica, usted debe informarlo inmediatamente al personal en el Control. Durante la orientación inicial se le presentará una forma de consentimiento para su revisión y firma. Usted estará autorizando a la administración y su Manejador de Casos de compartir o solicitar información médica para su beneficio.

Los residentes no podrán participar ni dar su consentimiento para participar en experimentos médicos, farmacéuticos o cosméticos, incluyendo condicionamiento aversivo, psico-cirugía, estimulación eléctrica o aplicación de sustancias cosméticas en el cuerpo. De haber un tratamiento nuevo que beneficiaría la condición del residente, el residente someterá una petición al director del Centro y al Negociado Federal de Prisiones (BOP).

En caso de una emergencia médica, los empleados de administración o un Manejador de Casos se comunicará con las personas previamente autorizadas por usted.

TRANSPORTACION - CONDUCIR: Ningún residente podrá conducir un vehículo de motor sin previa autorización del director. Las motocicletas no están permitidas. Los residentes pueden usar bicicletas como un medio de transportación. El vehículo se puede utilizar para trabajar.

Para recibir autorización para conducir, deberá proveer una copia de los siguientes documentos y solicitar autorización a través de su Manejador de Casos:

1. Licencia de conducir válida del residente. Licencia de Puerto Rico. Si tiene licencia de Estados Unidos favor de verificar con el director Asociado.
2. Título de propiedad bajo su nombre o el permiso escrito del propietario registrado el cual debe ser completado en presencia de un empleado del Centro.
3. Registración del auto y copia actual de una póliza de seguro válida y vigente.

Los residentes con antecedentes penales por "conducir bajo la influencia del alcohol" (DUI) o con violaciones serias a las leyes de tránsito *NO* se les permitirá conducir mientras residan en Casa Alborada. Si se le autoriza conducir, es su responsabilidad encontrar estacionamiento. Casa Alborada no ofrece estacionamiento. Conducir sin autorización puede dar lugar a sanciones disciplinarias y/o pérdidas de privilegios. Una vez al mes o cuando sea necesario, su auto será registrado por un empleado del Centro sin previo aviso.

TRANSPORTACION - USO DE BICICLETAS: El residente puede comprar y tener una bicicleta mientras está en Casa Alborada. Hay un área al lado del edificio para acomodar las bicicletas. Las bicicletas tienen que tener luces y el residente tiene que utilizar accesorios de seguridad; un casco, un pito y un chaleco reflector para poder usar la bicicleta. El residente tiene que completar la forma “*Autorización para uso de bicicleta*” y leer los “*Derechos y leyes del Ciclista*”, Ley de Vehículos y Tránsito, Título 9. Su Manejador de Casos le puede brindar ambos documentos.

TRANSPORTACION - RUTA DEL TREN URBANO Y AUTOBUSES:

TREN URBANO	RUTA C22	RUTA C35	RUTA D15	RUTA TRONCAL T21
Horario 5:30 am – 11:30 pm	Estación Sagrado Corazón	Estación Sagrado Corazón	Estación Cupey	Estación Sagrado Corazón
ESTACIONES	Coliseo Jose Miguel Agrelot	Bo. Figueroa/Tras Talleres	Rio Piedras	Santurce/Avenida Ponce de León
Sagrado Corazón	Tribunal Federal	Centro de Convenciones	Calle De Diego Hospital San Francisco	Centro Gubernamental Minillas
Hato Rey	Plaza Las Américas	Miramar	Res. El Prado	Roberto Sánchez Vilella
Avenida Roosevelt	Cuartel General de Policía	Parada 18	Res. Manuel A. Pérez	Sector Condado
Avenida Domenech	RUTA D45	RUTA C36	Ave. Barbosa/Calle Bolivia	Avenida Ashford
Avenida Piñero	Estación Sagrado Corazón	Estación Sagrado Corazón	Estación Hato Rey	Puerta de Tierra/ Calle del Tren
Universidad de Puerto Rico	Calle Sagrado Corazón	Barrio Obrero	Estación Sagrado Corazón	Terminal Autobuses Covadonga, Viejo San Juan
Rio Piedras	Marginal Expreso Baldorioty de Castro	Villa Palmeras	RUTA TRONCAL T2	RUTA TRONCAL T3
Cupey – Universidad Metropolitana	Isla Verde	Residencial Llorens Torres	Estación de Bayamón	Estación de Sagrado Corazón
Centro Medico	Balneario de Carolina	RUTA E10	PR-2/Santa Rosa	Santurce Avenida Ponce de León
San Francisco	Piñones/PR-187	Terminal Covadonga Viejo San Juan	Avenida FD Roosevelt	Centro de Bellas Artes
Las Lomas	CDT Loíza	Puerta de Tierra	San Patricio Las Américas	Miramar/Avenida Ponce de León
Avenida Martinez Nadal	RUTA E20	Estación Sagrado Corazón	Hato Rey/Milla de Oro	Puerta de Tierra/ Calle Tren

Torrimar	Terminal Barrio Campanilla Toa Baja		Estación Sagrado Corazón	Terminal Autobuses Covadonga Viejo San Juan
Jardines	Autopista De Diego			
Complejo Deportivo	Estación de Bayamón			
Bayamón				

PROGRAMAS: Mientras usted reside en Casa Alborada se le puede requerir que usted participe en varios programas para mejorar sus habilidades y aumentar la probabilidad de una vida libre de una conducta criminal una vez que vuelva a la comunidad.

Talleres: Algunos residentes serán elegidos por su Manejador de Casos para participar en los Talleres de “*Responsible Thinking*” “*Pensando Responsablemente*”. Los talleres usualmente se ofrecen por la noche en el Centro o través de una plataforma digital. De ser elegido, su participación es compulsoria y debe completar el programa.

La participación en el Programa de Tratamiento de Transición de Prevención de uso de Drogas será determinada y aprobada por el Negociado Federal de Prisiones. Actividades y programas adicionales pueden ser identificados por su Manejador de Casos y colocado en su Plan de Reintegración.

Reunión con Manejador de Casos: El residente se reunirá con el Manejador de Casos cada 10 a 14 días. Durante sus primeras reuniones se completarán las evaluaciones de PREA, una evaluación de conducta cognitiva y se establecerá su Plan de Reintegración. Durante las reuniones con su Manejador de Casos se establecerán metas a corto y largo plazo, se evaluará su progreso personal, familiar y de empleo, se revisará su horario de pases comunitarios y se discutirá cualquier otro asunto relacionado a su Plan de Reintegración. Adicionalmente, se le brindará una orientación financiera para que puedan abrir una cuenta bancaria de cheque o ahorros y puedan establecer un presupuesto. Las reuniones con su Manejador de Casos son compulsorias y si usted no asiste a su cita se le restringirá la salida y se tomarán medidas disciplinarias. Favor de proveer todos sus contactos de emergencia a su manejador de casos.

Al menos, una vez al mes su caso será revisado por su equipo de transición multidisciplinario (PRT). El equipo incluye Manejador de Caso, Especialista de Empleo, un oficial de probatoria federal y un psicólogo si es parte del programa de prevención de uso de drogas, etc.

Orientación Familiar: Parte del éxito del programa de transición es la participación de los familiares del residente, incluyendo su núcleo de apoyo. Una vez al mes se ofrece una Orientación para la Familia. Esta orientación se ofrece un sábado en la mañana para los familiares de los residentes nuevos. La orientación se ofrece por uno de los Manejadores de Casos.

Remoción del Programa: De usted no tener un buen ajuste en el programa y su conducta es negativa y su progreso no es positivo, el director del Centro puede recomendar su remoción del programa y ser transferido a una facilidad del Negociado Federal de Prisiones (BOP).

Cumplimiento del Programa: Usted estará bajo el programa de Casa Alborada hasta el último día de su sentencia. Ese día usted se reporta al centro y verifica si tiene alguna prueba de orina, o prueba de alcohol pendiente. Firma los papeles de cumplimiento y se reporta a su oficial de

probatoria si tiene tiempo de probatoria asignado.

EMPLEO: Como parte del éxito del Programa de Reintegración, los residentes deben de obtener un empleo. Cada residente tendrá un Especialista de Empleo asignado. Los Especialistas de Empleo de Casa Alborada ofrecerán los Talleres de Empleo que incluye: Orientación básica, búsqueda de empleo, creación de un resume, establecer un correo electrónico, entrevistas de trabajo, retención de empleo, uso básico de computadoras y aplicaciones digitales y talleres de finanzas. Estos talleres serán ofrecidos semanalmente para todos los residentes nuevos. La asistencia y participación en estos talleres es compulsorio. Se espera que todos los residentes inicien una búsqueda de empleo una vez reciban la orientación inicial. Se recomienda que busquen empleo dentro de los primeros 30 días, luego de completada la orientación inicial.

Los residentes deberán utilizar un pase comunitario para buscar empleo y al regresar a la institución deben presentar evidencia de su búsqueda de trabajo (la forma de contacto con empleador o evidencia de la gestión). Los pases comunitarios deberán ser colocados en el sistema electrónico por su Manejador de Casos o Especialista de Empleo. Si vuelve de su búsqueda de empleo sin la evidencia correcta, su salida y las actividades serán restringidas, y puede dar lugar a sanciones disciplinarias.

Usted deberá vestirse apropiadamente para la búsqueda de empleo. El uso de pantalones cortos, gorras, calzado deportivo y pantallas para buscar empleo NO está permitido. Personal de Casa Alborada puede restringir su salida si se entiende que usted no está vestido apropiadamente para la búsqueda de empleo.

Todas las ofertas de empleo deberán ser revisadas, aprobadas y confirmadas por vía telefónica por el Especialista de Empleo. Durante la primera semana y luego una vez al mes, el Especialista de Empleo o un Field Verification Officer visitará su lugar de trabajo. A todos los empleadores se les informará de la situación legal del residente. Si el trabajo es de menos de *15 horas a la semana* o que ganan menos del salario mínimo federal, está sujeta a los procedimientos de revisión y aprobación especial por el director de Casa Alborada. Todas las oportunidades de empleo deben adaptarse a los reglamentos de Casa Alborada y el residente debe ser capaz de ser contactado a lo largo de la jornada de trabajo por el personal.

Los cambios en los horarios de trabajo y lugares de trabajo deberán ser aprobados previamente por los Especialistas de Empleo o Manejadores de Casos.

Todas las solicitudes de horas adicionales deben ser verificados previamente con su supervisor y aprobados por los Especialistas de Empleo o Manejador de Casos. Los Monitores no están autorizados a aprobar las solicitudes de horas adicionales. Si los Especialistas de Empleo o Manejador de Casos no están disponibles, el Monitor deberá contactar al personal administrativo y esperar a que le responda su petición, ya sea para la aprobación o denegación de las horas adicionales.

A los residentes no se les permite cambiar de trabajo sin la autorización de los Especialistas de Empleo y el director del Centro. Se fomentará que el residente siempre entregue una carta de renuncia al terminar sus labores con un empleador.

Los Especialistas de Empleo tienen horarios específicos para entrevistar y reunirse con los residentes y cada residente es responsable de coordinar las entrevistas dentro del horario

establecido.

EVIDENCIA DE PAGO Y TALONARIOS: Si el residente recibe su salario en efectivo, deberá llevarse un formulario de talonario (ubicado en el primer piso) para que su empleador lo complete y lo firme. Los Especialistas de Empleo orientarán a los patronos de como completar los talonarios. Los residentes con empleo tienen que proveer los talonarios de pago y la factura mensual del teléfono. El Manejador de Casos o la Coordinadora de Finanzas emitirá querellas si el residente incumple con este requisito.

RESPONSABILIDAD FINANCIERA: El residente es responsable de las sanciones financieras asignadas por la corte federal, estatal o municipal. Entre su responsabilidad se encuentran: restitución ordenada por la corte; fianzas y gastos relacionados a su caso; evaluaciones financieras especiales; obligaciones de la corte a nivel estatal, municipal y federal y deudas con ASUME. Si tiene que resolver o verificar si tiene alguna deuda pendiente, favor de ver a su Manejador de Caso. Si usted recibe una notificación de la corte o una agencia, favor de comunicarse con su Manejador de Casos y traer el documento para revisarlo y buscar una resolución adecuada para usted.

TRANSACCIONES ILEGALES ENTRE RESIDENTES, EMPLEADOS, CONTRATISTAS Y VOLUNTARIOS: Cualquier transacción financiera entre residentes, residentes con empleados, o residentes y voluntarios deben estar autorizados previamente por la directora del centro. Transacciones no autorizadas se consideran actividades ilegales. De ocurrir estas transacciones el residente se expone a ser eliminado del programa, los voluntarios se exponen a prohibir su participación en futuras actividades en el centro y los empleados se exponen a posibles repercusiones disciplinarias.

DETENCION DOMICILIARIA: Los residentes pueden cualificar para el programa de detención domiciliaria directo o cuando cumplan con su fecha de elegibilidad legal y reciba la aprobación del BOP. Casa Alborada trabajará en estrecha colaboración con el personal del BOP para determinar los residentes apropiados para colocar en detención domiciliaria. Por ley, ningún residente puede ser colocado en detención domiciliaria hasta que se haya llegado a la fecha de elegibilidad.

Por lo general, antes de la colocación en detención domiciliaria, se espera que los residentes reúnan todas las expectativas del programa:

- Un familiar o persona de apoyo debe asistir a la orientación de familia.
- El residente debe obtener empleo.
- El residente deber tener un buen ajuste y buena conducta en el Centro.
- Un Oficial de Probatoria Federal deberá inspeccionar la residencia sugerida para el programa de detención domiciliaria.
- El personal de Casa Alborada también deberá inspeccionar la residencia de detención domiciliaria y comprobar que las personas en la residencia están dispuestas a recibir al residente.
- Tener dos pases de fines de semanas exitosos.
- Luego de reunir lo anteriormente mencionado, se someterán todos los documentos al BOP para para aprobación final en el *Programa de Detención Domiciliaria*.

Todos los residentes en el programa de detención domiciliaria tienen que tener un grillete electrónico.

PROGRAMA DE ADULTOS DE EDAD AVANZADA: Los residentes de 60 años o más cualifican para el Programa de Adultos de Edad Avanzada. El residente recibirá la orientación individual con su Manejador de Casos. El residente tiene que reportarse al Centro una vez a la semana para ver a su Manejador de Casos, proveer una prueba de dopaje o hacerse una prueba de alcohol.

Las normas de Casa Alborada y los Actos Prohibidos del BOP se aplican también a los residentes del Centro y bajo el programa detención domiciliaria.

POLITICA DE NO FUMAR: Casa Alborada es un centro libre de humo. Se prohíbe fumar en cualquier lugar del Centro. Fumar es una violación de las normas del Centro y residentes fumando estarán sujetos a acciones disciplinarias. La introducción de cigarrillos, encendedores y/o fósforos será considerado contrabando, y estos artículos serán confiscados y eliminados adecuadamente. Usted recibirá una acción disciplinaria.

PRUEBAS DE DETECCION DE SUSTANCIAS CONTROLADAS Y ALCOHOL: El consumo de alcohol y drogas está estrictamente prohibido mientras esté en este programa. Esto incluye a los residentes en el programa de detención domiciliaria.

Cada residente tendrá que participar y dar muestras para las pruebas de detección de sustancias controladas y alcohol. Cualquier residente que esté tomando medicina debe informarlo a su Manejador de Casos y presentar la información de la receta de medicamentos. La ingesta de productos que contienen "semillas de amapola – poppy seeds" está prohibida, ya que podría producir resultados positivos de drogas.

Además, fumar, utilizar, introducir marihuana sintética o consumir incienso aromático (comúnmente conocido como K2, Spice, Fake Weed, Blaze, Bombay Blue, Skunk, Dank, Zohai, Mr. Nice Guy, el Sr. Kika-E, Mezcla Herbal Smoke, Dragón Fire u otros) está también prohibido, su uso resultará en su ***terminación del programa***. La introducción o la posesión de este tipo de productos es considerado contrabando y serán confiscados y utilizados como prueba en los procedimientos disciplinarios. *Al llegar a Casa Alborada, sus primeras muestras de dopaje pueden detectar el uso de marihuana sintética y suboxone.* A todos los residentes se les realizan pruebas de alcohol al entrar o salir de las facilidades. Si un residente tiene una prueba de detección de sustancias controladas positiva, será referido al Negociado Federal de Prisiones para terminación del programa y para ser transferido al Centro de Detención Metropolitana en Guaynabo, Puerto Rico (MDC).

MARIHUANA SINTETICA: La marihuana sintética está hecha de hierbas secas y plantas que son rociadas con productos químicos que tratan de imitar los efectos de la marihuana. La marihuana sintética se parece a un montón de plantas y hierbas secas y se vende en paquetes etiquetados "Incienso". La marihuana sintética normalmente se fuma.

Cuando la gente usa marihuana sintética, esperan ser relajados, pero no es así. Los científicos dicen que las sustancias tóxicas en la marihuana sintética causan que las personas se sientan ansiosas, paranoicas y con pánico.

Algunas de las señales que indica el uso de la marihuana sintética son:

- Apareciendo mareado y teniendo problemas para caminar
- Ritmo cardiaco creciente
- Signos de paranoia
- Ataques de pánico
- Vómitos
- Alucinaciones

La marihuana sintética hace daño al cerebro a largo plazo. Las sustancias químicas en la marihuana sintética, también conocidas como “cannabinoides sintéticos”, no son reglamentadas, lo que significa que nadie está a cargo de asegurarse de que los productos químicos no hacen daño. La marihuana sintética es ilegal en algunos Estados y está en proceso de ser prohibida en otros. SU USO ES ILEGAL en Puerto Rico y en Casa Alborada.

TELÉFONOS CELULARES Y LLAMADAS: Todos los residentes deben de leer y completar la forma de autorización para obtener un teléfono celular inteligente o un teléfono celular básico y ser aprobado por su Manejador de Casos. Luego de que la forma esté autorizada debe de someterla al centro de control. Las conversaciones telefónicas deben permanecer a un volumen normal (voz baja), que no es perjudicial o que puede ser fácilmente escuchada por los demás. El uso de celular es un privilegio, el uso indebido e incumplimiento al reglamento del mismo podrá incurrir en la cancelación del uso de celular.

Casa Alborada considera el uso del teléfono celular inteligente un privilegio mientras participe en el programa. Alguna violación al acuerdo firmado por usted puede resultar en la confiscación del teléfono celular inteligente por el resto de su estadía y podrá recibir una sanción disciplinaria de acuerdo a la gravedad de la violación del uso del teléfono.

Las reglas para usar un teléfono celular inteligente o celular básico son:

YO entiendo que solo puedo obtener un teléfono celular inteligente a través de una compra o recibirlo como una donación o como parte de un programa del gobierno. El teléfono puede ser pre pagado, pero no puede tener un contrato ni ningún compromiso de pago de su parte.

YO entiendo que *NO* estoy autorizado a comunicarme con el teléfono celular inteligente a través de texto, correo electrónico o llamada con otro residente varón o fémina o ex residentes de Casa Alborada.

YO entiendo que *NO* estoy autorizado a comunicarme con un empleado de Casa Alborada con mi teléfono celular inteligente a través de texto, correo electrónico o llamada por razones que *NO* sean oficiales.

YO entiendo que *NO* puedo poseer en mi teléfono celular inteligente imágenes o fotos de residentes varones o féminas, exresidentes, empleados de Casa Alborada, fotos de la estructura interna o externa de Casa Alborada o imágenes pornográficas de menores (niños), hombres, mujeres ni de mis familiares o familiares de otros residentes. La determinación de lo que es una imagen pornográfica estará a cargo del director de Casa Alborada o su designado/a.

YO entiendo que *NO* puedo utilizar mi teléfono celular inteligente para grabar videos en Casa Alborada. Esto incluye imágenes de todos los pisos de vivienda, dormitorios, control y oficinas administrativas incluyendo las oficinas de los Manejadores de Casos.

YO entiendo que solo puedo utilizar mi teléfono celular inteligente en el área general de la unidad, mi dormitorio, en el área de recreación en el sexto piso y fuera de Casa Alborada en pases comunitarios autorizados.

YO entiendo que está *PROHIBIDO* y *NO* puedo utilizar mi teléfono celular inteligente en las siguientes áreas del centro:

- Escaleras, y el área de espera de los elevadores.
- Durante las clases de empleabilidad o reuniones de grupo, etc.
- En el **PRIMER PISO** (área de espera, comedor, áreas máquinas de refrescos/dopaje)
- En todas las oficinas del centro (administrativas y Manejadores de Casos)
- En todos los baños del centro, incluyendo los baños en las unidades.

YO entiendo que el uso de Bluetooth en mi teléfono celular inteligente debe estar regulado a las reglas establecidas por Casa Alborada, incluyendo el tiempo y lugar de uso.

YO entiendo que apagaré mi teléfono celular inteligente mientras esté en las áreas prohibidas mencionadas anteriormente. Poner el teléfono en vibración no es aceptable, tengo que apagarlo.

YO entiendo que puedo usar mi teléfono celular inteligente durante las siguientes horas:

Domingo a jueves, desde las 6:00 am hasta las 11:00 pm
Viernes y sábados, desde las 6:00 am hasta las 2:00 am

YO entiendo si utilizo el teléfono celular inteligente en otras horas no autorizadas, puedo recibir una sanción disciplinaria incluyendo la confiscación del teléfono. De recibir una llamada de emergencia, debo ir al primer piso y notificarlo.

YO entiendo que el teléfono celular inteligente va estar en el modo de vibración en todo momento y que los tonos de música no se permiten en el teléfono celular inteligente mientras esté en Casa Alborada.

YO entiendo que los cargadores de los teléfonos y accesorios sin supervisión serán confiscados.

YO entiendo que mi teléfono celular inteligente será sujeto a inspección en cualquier momento cuando un empleado de Casa Alborada lo solicite. De ser solicitado, yo le daré el teléfono celular inteligente al empleado inmediatamente y proveeré el código para abrirlo.

YO entiendo que, si rehúso dar acceso completo de todas mis aplicaciones, historial de textos y llamadas, el teléfono celular inteligente será confiscado. Mis privilegios de uso de teléfonos podrán ser eliminados y podría recibir sanciones disciplinarias.

YO entiendo que, si un empleado de Casa Alborada me confisca el teléfono celular inteligente, me tiene que dar un recibo de confiscación.

YO entiendo que estoy autorizado a un (1) solo teléfono celular inteligente mientras esté en el programa de Casa Alborada y de tener otro, ambos teléfonos celulares inteligentes serán confiscados y recibiré una sanción disciplinaria y podré perder los privilegios de teléfono.

YO entiendo que solo debo tener la tarjeta “SIM” que pertenece a mi teléfono celular inteligente. De tener otra tarjeta “SIM” adicional mi teléfono celular inteligente y las tarjetas “SIM” serán confiscadas, y recibiré una sanción disciplinaria.

YO entiendo que Casa Alborada ni el Negociado Federal de Prisiones es responsable por la pérdida o daños a mi teléfono celular inteligente.

YO entiendo que si abuso y no sigo las reglas del uso del teléfono celular inteligente o no sigo las instrucciones señaladas anteriormente, el teléfono celular inteligente será confiscado y recibiré una sanción disciplinaria.

Personal de Casa Alborada no aceptará mensajes personales a menos que haya una emergencia específica. Si se le confisca un teléfono no autorizado, sin importar el costo del mismo, será devuelto solo en su fecha de salida, esto incluye cualquier teléfono inteligente (“Smartphone”) **NO** autorizado.

CORRESPONDENCIA: Toda correspondencia deberá ser enviada a la siguiente dirección:

Volunteers of America – Casa Alborada
1606 Avenida Manuel Fernández Juncos
San Juan, Puerto Rico 00909
Attn. Nombre del Residente

Toda la correspondencia se abrirá y se registrará por un miembro del personal de Casa Alborada. La correspondencia dirigida a los residentes, se colocará en el área de Control para que se le entreguen al residente. No se aceptará correspondencia con falta de información del remitente o procedentes de una instalación o instituciones correccionales a menos que sea autorizado por el personal de Casa Alborada. En el momento en que termine el programa o sea trasladado de Casa Alborada es su responsabilidad de notificar al personal de su nueva dirección.

ARMAS/HERRAMIENTAS: No se permiten armas de fuego, cuchillos, navajas de barbero o cualquier tipo de herramientas. Un residente necesita permiso de su Manejador de Casos o el director para traer sus herramientas a las instalaciones para el almacenamiento a corto plazo. Casa Alborada no se hace responsable de los objetos perdidos o robados que han entrado al Centro.

ARTICULOS PERMITIDOS Y ARTICULOS NO PERMITIDOS – CONTRABANDO:

ARTICULOS PERMITIDOS	ARTICULOS NO PERMITIDOS-CONTRABANDO
Ropa de trabajo	Ropa con contenido vulgar o violencia
Perfume atomizador	Almohadas
Artículos de higiene personal (jabón, pasta de dientes, crema de afeitar, desodorante (roll on y cepillo de diente)	Maleta
Envase para agua transparente	Herramientas
Suplementos de proteínas en tabletas	Suplementos de proteínas en polvo
Zapatos/chancletas	Ropa de cama (sabana, funda de almohada) y toallas
Máquina para recorte de pelo	Tijeras de recortar pelo

Detergente para lavado de ropa y suavizador para la ropa	Cloro
Dinero en efectivo hasta \$100.00	Dinero en exceso de \$100.00
Sobres y sellos para correspondencia	Cigarrillos/encendedor/fósforos/papel de enrollar
Dulces para residentes con azúcar baja (autorizados y en control)	Comidas y dulces comprados fuera del Centro
Radio AM/FM con audífonos. Sistema MP3, iPod con audífonos con acceso Wifi.	DVD personales (portátiles)
Fotos de familia	Fotos o revistas de contenido pornográfico, gangas o de otro residente
Medicamentos recetados no controlados, jarabe sin alcohol, medicamentos “over the counter” y enjuague bucal sin alcohol	Medicamentos recetados controlados, jarabe con alcohol, enjuague bucal con alcohol, medicamentos sin identificación del residente
Hamper de tela	Hamper plástico
Ganchos de ropa plásticos	Ganchos de ropa de alambre
Celular básico o Smartphone con cámara y acceso a internet	Más de un celular. Cámaras individuales o computadora/laptops
Bolígrafos/lápices y papel	Juguetes de índole sexual (masculino o femenino)

Nota: Residentes encontrados con artículos **NO PERMITIDOS** serán sancionados y los objetos serán confiscados. La Administración se reserva el derecho de determinar cualquier otro objeto NO ES PERMITIDO.

VISITAS: Las visitas están programadas para martes y miércoles de 7:00 PM – 8:00 PM y los sábados y domingos de 1:00 PM - 4:45 PM.

Los residentes que son elegibles pueden hasta seis (6) visitas en el Centro por turno, cada día. Los visitantes elegibles serán familiares directos (hijos, padres, abuelos, hermanos, cónyuges o parejas (la relación debe ser especificada y confirmada)). Los niños menores de doce años no se contarán como una de las seis visitas, pero si deben estar anotados en el sistema. Los visitantes del sexo opuesto deben sentarse frente al residente.

Todos los visitantes deben firmar el registro de visita situado en el ante sala de control y proporcionar una identificación válida. Los visitantes deben de estar preaprobados y colocados en el sistema electrónico por el Manejador de Casos, específicamente en la página asignada para cada residente.

Monederos, bolsos, cámaras de fotos o de vídeo, teléfonos celulares, pagers, armas, armas de fuego, alcohol, drogas o alimentos no serán permitidos dentro de las instalaciones del Centro. Todos los artículos y/o personas estarán sujetos a un registro o búsqueda. No se permitirán visitantes en pantalones cortos, chancletas, ropa ceñida al cuerpo, camisas o blusas sin mangas, faldas cortas o ropa transparente.

Un abrazo y un beso son permitidos. El contacto físico excesivo es motivo para la terminación de la visita. El horario de las visitas es:

- Martes: 7:00 PM – 8:00 PM, los residentes con apellidos A-L.
- Miércoles: 7:00 PM – 8:00 PM, los residentes con apellidos M-Z.

- Sábados y Domingos: 1:00 PM - 2:45 PM, los residentes con apellidos A – L.
- Sábados y Domingos: 3:00 PM a 4:45 PM, los residentes con apellidos M – Z.

Las *visitas legales y religiosas* se deben coordinar con el Manejador de Casos de Lunes a viernes de 8:00 AM – 4:00 PM.

TAREAS: Todas las áreas comunes de los pisos de vivienda serán inspeccionadas diariamente y semanalmente. Cada residente debe hacer su propia cama y guardar sus pertenencias personales en su armario o gaveta. Se espera que cada residente haga por lo menos una tarea diaria para ayudar a mantener el Centro limpio.

Las tareas del Centro deben ser completadas todos los días desde las 7:00 AM a 9:00 AM. Si el trabajo conflige con la tarea, el tiempo de completar la tarea es de 6:30 PM a 8:30 PM. Las asignaciones de tareas se actualizarán cada 15 días, por lo que todos los residentes deben ser conscientes de los cambios en las asignaciones de tareas.

A los residentes se les puede pedir completar tareas de trabajo adicionales dentro de las instalaciones, además de las tareas normales. Todos los residentes desempleados ayudarán a hacer tareas todos los días desde las 6:00 AM a las 9:00 AM. Como parte de una sanción, tareas de mantenimiento se le pueden asignar a los residentes para completar en un tiempo definido.

Los procedimientos apropiados para el uso de productos de limpieza se deben seguir. Los productos de limpieza y químicos en el Centro son limitados. Los productos no deben ser combinados o mezclados entre sí. Puede solicitar a un empleado en el control una canasta con productos de limpieza. Estos productos están autorizados para utilizar en el Centro. En el Control se encuentra disponible la carpeta con las hojas de Datos de Seguridad de Tóxicos (Safety Data Sheets (SDS), por sus siglas en ingles). Esta información está disponible en cualquier momento.

El personal está disponible para ayudar a los residentes en el uso adecuado de agentes y el uso de equipo de seguridad (guantes, mascarillas y gafas de seguridad) de limpieza. Las hojas de Datos de Seguridad de Tóxicos (SDS) están disponibles para todos los productos químicos utilizados en el Centro. Las hojas de seguridad se encuentran en el Control, sótano, el área de mantenimiento, la cocina, y en la oficina del director. Se debe consultar la hoja de seguridad en caso de una emergencia, la ingestión accidental o derrame/salpicadura de algún producto.

TAREAS ADICIONALES: Tareas de limpieza adicionales pueden ser asignadas por violaciones de las normas del Centro, incluyendo, pero no limitado a, negarse a obedecer las órdenes del personal, el uso de lenguaje obsceno, hablar o gritar a las personas en la calle desde los pisos del dormitorio o fumar en el Centro y en áreas restringidas.

Asignaciones de tareas adicionales sólo podrán ser completadas en bloques de 1 a 4 horas al día (es decir, si se le da un total de 10 horas, usted no será capaz de completar esta sanción en menos de 3 días). Usted no podrá hacer cualquier pasatiempo personal u otros privilegios, hasta que su sanción impuesta adicional se haya completado.

Asignaciones de trabajo de servicio adicionales también pueden ser asignadas a los residentes desempleados que no están participando en la actividad de búsqueda de empleo. Negarse a cumplir con una obligación dará lugar a sanciones disciplinarias.

REGISTROS: Personal de Casa Alborada realizará registros y búsquedas de todos los paquetes y la propiedad personal cuando los residentes entren en el Centro.

Registros y búsquedas de la propiedad de los residentes (incluyendo los vehículos si un residente está aprobado para conducir), los armarios y toda la unidad o habitación, también se llevarán a cabo para prevenir la introducción y la posesión de contrabando. Estos registros no se harán en presencia del residente. El personal de Casa Alborada también llevará a cabo registros físicos a residentes (pat searches) cuando sea necesario y cuando los residentes están regresando al Centro de actividades en la comunidad.

Durante los registros de las unidades, los residentes que estén presentes en el Centro se enviarán al primer piso hasta que termine el registro. De encontrarse algún objeto cuestionable, se entrevistará al residente que resida en el área. El incumplimiento de un registro se considera una grave violación de las reglas del programa y dará lugar a sanciones disciplinarias.

ENCENDIDO DE LUCES: Durante los días de la semana, de lunes a viernes, todas las luces en las unidades de dormitorio deben estar encendidas a las 5:30 AM. Todos los residentes están obligados a despertar a tiempo y arreglar sus camas. Salvo autorización especial (turnos de trabajo de noche o excusa médica) no se les permite a los residentes estar en sus camas durante las horas de trabajo o durante el día. Las áreas compartidas, como los baños deben mantenerse limpios de acuerdo a los estándares y reglamentos de Casa Alborada y el BOP. Nadie puede estar durmiendo después de las 7:30 AM, con la excepción de los residentes que trabajan de noche.

APAGADO DE LUCES: Durante los días de semana, las luces se apagan en todas las áreas compartidas a las 11:30 PM. Todos los televisores en los pisos de residentes se apagarán a las 11:30 PM y todas las actividades deben cesar luego de esa hora. Esto incluye el uso de teléfonos celulares inteligentes, el acceso al área del vestíbulo, etc. Durante los fines de semana y días festivos este horario puede ser modificado, pero sólo con la aprobación de la administración del Centro y cuando el funcionamiento ordenado del Centro no se vea afectada.

PROPIEDAD PERSONAL: Casa Alborada o cualquier agencia que tenga contrato con Casa Alborada no serán responsables por artículos perdidos o robados. Los residentes no deben traer artículos de alto valor o dejarlos en Casa Alborada. Los residentes pueden tener en el Centro hasta \$100.00 en efectivo. Se promueve que los residentes abran una cuenta de cheque y ahorros. Los siguientes artículos están prohibidos, joyas (excepto lo que es razonable para su uso personal y de las actividades relacionadas con el empleo), y ropa de valor que no se requiere para el empleo. La lista completa de artículos permitidos y prohibidos está disponible adjunto a este manual.

Las excepciones a las normas de propiedad personal sólo podrán ser aprobadas por el director o por la persona designada. Cualquier propiedad personal que usted deje una vez termine o sea transferido debe ser reclamada dentro de 30 días o será desechada. Es su responsabilidad notificar a la persona que haya designado para recoger su propiedad. Esa información usted la provee cuando llega al Centro. Las horas de recogido son por cita solamente, y entre las 8:00 AM – 4:00 PM de lunes a viernes.

MOVIMIENTO DENTRO DEL CENTRO: Los residentes no están autorizados a salir de sus respectivos dormitorios a menos que él/ella tenga permiso del personal.

Cualquier movimiento de un piso a otro requiere el permiso del Monitor. Esto incluye ir al sexto

piso para las reuniones, orientación, talleres, etc., incluye ir al primer piso para las comidas, descansos y uso de máquinas de refrescos y meriendas. Los residentes no están permitidos en las áreas comunes que no sean de su área de residencia asignada. La única excepción a esto es cuando un residente está trabajando.

EQUIPO DE AUDIO: El equipo electrónico permitido es un radio AM/FM, MP3, IPOD y su celular inteligente o básico. Sólo se permiten aparatos con audífonos. No se permiten bocinas. Cualquier cargador dejado desatendido será confiscado.

UN PASE ES UN PRIVILEGIO, NO UN DERECHO

PASES RELIGIOSOS: Los pases para servicios religiosos, serán concedidos, pero requieren la aprobación de su Manejador de Casos. Por lo general se aprueban tres (3) horas una vez por semana y se concederán en función de la denominación y la duración del servicio religioso, más el tiempo de viaje. Los residentes deben asistir a los centros religiosos cerca de Casa Alborada. Tiempo adicional solo será autorizado por el director. Los pases deberán presentarse al Manejador de Casos durante su revisión de casos o los viernes antes de la 1:00 PM.

PASES DE LA COMUNIDAD: Todas las actividades fuera del Centro requieren un pase comunitario. Todos los pases presentados deben ser aprobados por personal administrativo de Casa Alborada, director, director Asociado, Manejador de Caso o Especialista de Empleo. No puede esperar que su pase comunitario sea aprobado si usted no lo sometió dentro del tiempo correspondiente. No se autorizarán pases comunitarios para el mismo día, a menos que sea una emergencia o de seguimiento.

Todo pase comunitario debe ser recomendado por el Manejador de Caso o Especialista de Empleo previo a su aprobación. El tiempo máximo a conceder será de cinco (5) horas que dependen de la actividad a realizar, la ubicación, y el método de transporte que se utilizará.

Los pases para búsqueda de empleo no podrán extenderse por un máximo de ocho (8) horas al día. Residentes con restricciones y la designación de CCC solo cualifica para pases de cinco (5) horas. Mientras esté de pase en la comunidad debe llamar a la llegada y salida del destino, cada dos (2) horas si su estancia en ese lugar se prolonga. Deberá solicitar las extensiones o cambios de destino, antes de regresar a Casa Alborada. Las extensiones serán aprobadas por los supervisores del Centro.

Mientras se encuentra en la comunidad usted deberá comunicarse con Casa Alborada cada vez que cambie de lugar. A su llegada, se le exigirá que presente evidencias de los lugares que visitó.

Preguntas específicas sobre estos procedimientos se puede tratar con su Manejador de Casos o el Especialista de Empleo. Si su actividad está tomando más tiempo de lo esperado, o en caso de una emergencia, debe comunicarse al Centro inmediatamente para solicitar una extensión de tiempo.

El número de teléfono del cuadro general del Centro es **(787) 919-0470**. Todas las extensiones de pases comunitarios deben ser solicitadas 30 minutos antes de la expiración del plazo autorizado. El personal de la administración decidirá si se concede la extensión a la luz de la información recibida. Los residentes serán responsables de informar los cambios aprobados a los monitores en el área de control lo antes posible.

Solo se concederán pases para búsqueda de empleo o búsqueda de vivienda durante los fines de semana si es previamente confirmada la entrevista de trabajo por el Manejador de Caso o Especialista de Empleo.

Todos los residentes deberán presentar la hoja de pases comunitarios semanal a su Manejador de Caso, no más tarde de la 1:00 PM del viernes de la semana anterior o durante su revisión de casos.

Pases Religiosos y solicitudes de pases de fin de semana se deben presentar al Manejador de Caso.

PASES SOCIALES (VISITAS SOCIALES Y DE FIN DE SEMANA): Las normas de Casa Alborada y los Actos Prohibidos del BOP se aplican también a residentes que participan de pases. Los residentes deben haber completado un mínimo de dos semanas en el empleo, 40 horas de trabajo y el pago de subsistencia o aprobado la documentación antes de ser elegible para recibir un pase de fin de semana.

No se autorizarán pases de fin de semana o pases de actividad social hasta que estos requisitos se hayan cumplido. Es necesario que un oficial de probatoria federal y el personal de Casa Alborada visiten su residencia propuesta para el pase, la residencia debe ser aprobada y las personas que viven en la residencia deben estar de acuerdo con que usted tome pases para ese lugar. *El teléfono en la residencia propuesta para el pase no puede tener las siguientes características y equipos: teléfonos inalámbricos, máquinas contestadoras, conexiones de Internet dial-up, transferencia de llamada o identificación de llamadas.*

Antes de la aprobación del pase, el residente debe proveer copia de la primera y segunda página de la factura de teléfono, o copia del recibo de instalación. Para seguir haciendo pases en ese lugar, las facturas de teléfono deben presentarse *MENSUALMENTE* durante la revisión de casos.

Todos los pases sociales deben ser presentados al director o director Asociado para aprobación. Las actividades dentro del pase de fin de semana deberán ser sometidas con anticipación, por escrito, a su Manejador de Caso. Los residentes son responsables de verificar si el pase fue aprobado antes de salir de Casa Alborada.

Todos los residentes de pases de fin de semana deben presentar un número de teléfono alterno (familiares, vecinos, etc.) que se puede utilizar para establecer contacto con usted mientras que usted está de pase o en caso de una falla en la línea telefónica o de emergencia.

Los pases se concederán exclusivamente para el lugar de residencia aprobada. Cualquier ausencia de su ubicación aprobada exige la notificación y aprobación por parte del personal administrativo. Cambio de lugar requiere dirección del próximo destino y número de teléfono. Si un número de teléfono no está disponible, un número de contacto se debe proporcionar a su llegada a la ubicación en caso de una emergencia médica.

Si ocurre cualquier cambio en la ubicación, el residente debe llamar a Casa Alborada. Al regresar del pase, deberá presentar evidencia de todas las gestiones que realizó.

Autorización para ampliar las actividades de itinerario no debe exceder de 4 horas y extensiones requerirá justificación. Mantener contacto con las llamadas telefónicas durante las visitas sociales son obligatorias (cada cambio de lugar de llegada/salida). Cualquier violación de los requisitos de

pases puede resultar en acción disciplinaria. Hora de llegada de los pases de fin de semana es hasta las 9:00 PM.

Mientras el residente esta de pase de fin de semana, el personal de Casa Alborada podrá hacer llamadas al azar. Los empleados de Casa Alborada también pueden hacer visitas sin previo aviso a su residencia del pase aprobado, con el fin de verificar el cumplimiento de los procedimientos.

Si tiene alguna emergencia durante su pase, deberá comunicarse inmediatamente con los empleados de Casa Alborada. Al notificar la emergencia, el residente debe proporcionar información, incluyendo la naturaleza de la emergencia y la ubicación en que se encuentre. Además, durante la emergencia se requerirá que el residente llame al Centro cada dos (2) horas. Luego tiene que presentar un informe sobre el estado de la emergencia. La evidencia escrita y/o documentación de la emergencia tiene que ser presentado a su regreso a los Monitores de turno.

El incumplimiento de estas condiciones puede dar lugar a la imposición de medidas disciplinarias y/o cancelación de los privilegios de pase. Si un residente no puede ser contactado durante su pase, una vez que el contacto se ha restablecido el residente será instruido para volver a Casa Alborada inmediatamente. El no poder permanecer en contacto con Casa Alborada mientras que usted se encuentra de pase será considerado como “escape” y el residente está sujeto a acciones disciplinarias hasta e incluyendo el retorno a una institución correccional.

COMPRAS PARA PRODUCTOS PERSONALES Y RECORTES DE PELO: Pases de compra serán aprobados durante la segunda o cuarta semana del mes.

Si utiliza este privilegio a principios del mes, no se le permitirá solicitar el mismo privilegio a finales de mes. Los pases para los cortes de pelo se aprobarán una vez al mes y solo se autorizan 2 horas y 30 minutos para este pase, incluyendo el tiempo de viaje. El programa de pases de compras, higiene y corte de pelo está sujeto a cambios, y si se cambia, será anunciado de antemano por escrito.

Los residentes que trabajan podrán utilizar estos privilegios durante los días no laborables. A su regreso de todas las actividades tendrá que presentar una evidencia válida de que estuvo en el lugar autorizado. *Residentes sin empleo no podrán participar de este privilegio de pases de compras o recortes durante los fines de semana o días festivos.* No se hará excepción a esta regla.

POLÍTICA DE RECORTES DE PELO EN EL CENTRO: Los residentes no están autorizados a cortar pelo (facial o cabeza), no están autorizados a proveer estilo de pelo, color u ondulación permanente al pelo de otro residente. No se permiten productos de cáñamo o productos que contengan cáñamo.

HOJAS DE CONTACTO: Los residentes deben tener una hoja de contacto completa para todos los pases de búsqueda de empleo y las entrevistas realizadas. Si no se proporciona una hoja de contactos completado o no se completa correctamente, no se le autorizará el pase comunitario.

TABLETA DE COMUNICACION: Un kiosko con una tableta se encuentra en el primer piso para que los residentes puedan comunicarse con sus manejadores de casos y especialistas de empleo a través de un correo electrónico. Estos empleados enviaran una respuesta lo más pronto posible dentro de su horario regular.

COMIDAS Y SERVICIO DE ALIMENTOS: Casa Alborada ofrece tres comidas balanceadas y calientes al día para todos los residentes. Las comidas y el menú son evaluadas una vez al año por una nutricionista certificada o dietista licenciada. Todas las comidas se sirven de acuerdo con el horario de comidas publicado.

Los residentes serán llamados por piso y deben presentar su tarjeta de identificación del Centro. Una vez el residente haya terminado de comer debe abandonar el comedor para permitir a los otros residentes comer. Tertulias y conversaciones no autorizadas están prohibidas en el comedor.

Residentes que estén trabajando pueden ser llamados a comer primero. Los residentes no podrán esperar para ser llamados a comer en el elevador o en las escaleras en el primer piso. Todos los alimentos deben ser consumidos en el comedor. Por razones de seguridad e higiene, no se permite comida en los dormitorios, ni almacenar alimentos en los armarios.

Alimentos (bolsas de almuerzo, etc.) no podrán regresar al Centro una vez es despachado. Los residentes que requieren de bolsas de almuerzo deben firmar la *Solicitud de Almuerzo* situado en el área de control antes de las 10:00 AM del día anterior. El almuerzo para llevar no puede ser solicitado el mismo día. Todas las bolsas de almuerzo no reclamadas serán recogidas, y no se otorgará almuerzo luego de las 3:30 PM.

Las bebidas sólo se servirán durante las horas de comida. Las solicitudes de dietas especiales (médicas, dentales, terapéuticas y religiosas) y religiosas se deben hacer con el director Asociado, con la documentación médica u otra necesaria adjunta a su solicitud de dieta especial. Residentes que requieren una dieta religiosa, deben someter una petición por escrito que siga las leyes dietéticas religiosas.

Máquinas de refrescos, café y meriendas están disponibles en el primer piso. Los artículos comprados en las máquinas sólo se pueden consumir en el comedor. Ordenar comida de un restaurante local es un privilegio que sólo se permitirá durante los fines de semana o días festivos según lo autorizado por el personal administrativo. No se permite recibir bebidas en general con su comida. Los pedidos deberán entregarse no más tarde de las 10:00 PM. Estos alimentos serán inspeccionados por los monitores y deben ser consumidos en el comedor del primer piso. Pedidos de comida debe ser entregado por un empleado del restaurante o centro de servicio de alimentos debidamente uniformados o con identificación del lugar. No se les permite a familiares, amigos o exresidentes traer comida a Casa Alborada en ningún momento. Para evitar plagas, no se permite mantener comida o frutas en el área de vivienda. Los residentes que trabajan y llegan con comida de afuera, deben consumirla en el lobby antes de entrar al Centro.

HORAS DE COMIDA:

Desayuno:	5:30 AM a 6:30 AM, lunes a viernes 8:00 AM a 9:00 AM, sábados, Domingos, Días Feriados
Almuerzo:	11:30 AM a 12:30 PM, lunes a Domingos
Cena:	5:00 PM a 6:00 PM, lunes a Domingos

* Las comidas se mantienen en el área de la cocina. Si usted viene después del trabajo, favor de pedir su comida al Monitor en Control.

En el área del comedor (primer piso) los empleados y residentes pueden usar los servicios sanitarios (baños).

PROCEDIMIENTO DE QUEJAS: Los residentes, que tengan una queja válida, deben completar la forma de *Quejas del Ofensor*. El formulario está disponible en la oficina de la directora Asociada o el Supervisor de los Monitores. Toda queja presentada será investigada y respondida a su debido tiempo. El residente será informado de la situación y las decisiones en todas las etapas de la investigación. Si el residente no está satisfecho con la respuesta a su queja recibida por parte del personal puede optar por presentar su queja al Negociado Federal de Prisiones. Este es su derecho.

USO DEL ELEVADOR (PREA): El elevador es para uso de los residentes y empleados. **Hombres y mujeres residentes NO PUEDEN MONTARSE JUNTOS EN EL ELEVADOR EN NINGUN MOMENTO.** Residentes masculinos serán responsables de esperar hasta que las residentes mujeres hayan salido del elevador. Todas las residentes mujeres están obligadas a utilizar las escaleras a menos que tengan una condición médica o tienen la necesidad de visitar el sexto piso. Un residente no puede utilizar el elevador con un empleado, contratista, estudiante, o voluntario de Casa Alborada. *Solo se permiten 4 personas en el elevador a la vez.*

CONFRATERNIZACION (PREA): Residentes del sexo opuesto tienen prohibido todo tipo de contacto físico o comunicación. La prohibición de confraternización entre residentes varones y residentes mujeres incluye dentro de las instalaciones (vestíbulo, áreas comunes, durante los programas o talleres), o mientras están fuera de la comunidad.

Llamadas telefónicas entre residentes del sexo opuesto están prohibidas. El uso del área de recreación en el sexto piso entre residentes del sexo opuesto está prohibido. Si se detecta residentes varones y mujeres juntos en el área de recreación se procederá a cerrar el sexto piso. Violar las reglas de confraternización puede resultar en una restricción y sanción disciplinaria.

LIMPIEZA DORMITORIO: Los empleados del centro estarán conduciendo inspecciones de saneamiento y seguridad una vez a la semana.

Un alto nivel de limpieza se debe mantener en las áreas compartidas en todo momento. Ningún artículo puede ser almacenado o colocado en la parte superior de los armarios. Se permite agua en sólo recipientes transparentes. No se pueden dejar artículos personales en la cama o en los alrededores. Todos los artículos personales deben permanecer en el armario y bajo llave o seguro, excepto tres pares de zapatos debajo de la cama perfectamente alineados debajo de la litera asignada.

Su cama debe hacerse en todo momento, excepto cuando está autorizado para estar en la cama. Normas para el mantenimiento de su cama y zona de literas se publican en el tablón de edictos de cada dormitorio y en el tablón de anuncios en el vestíbulo principal.

Para evitar problemas de plagas, no se permite comida ni frutas acumuladas en los armarios. La basura será recogida por el municipio varias veces a la semana. Los empleados estarán realizando una inspección semanal de saneamiento y de seguridad en todas las unidades. El exterminador estará en el centro cada dos semanas o dos veces al mes para fumigar y dar servicios de exterminación en todas las áreas del centro.

USO DE AREAS COMUNES

Los residentes están asignados a diferentes unidades durante su participación en el programa. En las áreas comunes de la unidad va encontrar una sala con muebles para sentarse y un televisor. También habrá una mesa y sillas para uso personal. En el primer piso también se encuentran sillas y mesas para consumir sus alimentos, participar de charlas y estudiar. Es bien importante que los residentes mantengan todas las áreas comunes limpias y libres de basura.

PROCEDIMIENTOS DE EMERGENCIA Y PLAN DE EVACUACION EN CASO DE INCENDIO: Cuando se active la alarma contra incendio, todos los residentes saldrán del edificio y se reunirán en el primer piso o en el estacionamiento ubicado en la calle Víctor López, por la vía más accesible. Los residentes no pueden esperar a terminar de bañarse o recoger sus pertenencias. Una vez en la zona de encuentro, se tomará un conteo oficial de todos los residentes. En un caso de emergencia, *NO DEBE DE UTILIZAR EL ELEVADOR, DEBE BAJAR POR LAS ESCALERAS O LAS ESCALERAS DE EMERGENCIAS UBICADAS EN LA PARTE EXTERIOR DEL EDIFICIO.*

Como parte del protocolo de seguridad y procedimientos de prevención de incendios, se llevarán a cabo simulacros de emergencia mensuales. Todos los residentes presentes en la instalación participarán plenamente en simulacros de emergencia. No participar conlleva medidas disciplinarias.

RECREACIÓN: Todas las áreas de vivienda tienen una sala común donde hay juegos de mesa y televisión para fines de recreación. Además, el sexto piso tiene equipo básico para hacer ejercicios que se puede utilizar dentro del horario previamente establecido.

Los residentes que utilizan la zona de recreo en el sexto piso, deben comportarse de acuerdo a las reglas en todo momento. Conducta impropia, como gritar a la gente en la calle o violar cualquier otra estipulación de las instalaciones dará lugar a medidas disciplinarias. El director o su designado pueden ordenar el cierre del sexto piso sin previo aviso.

Durante los fines de semana y días festivos, los residentes se les permiten usar el reproductor de DVD que se encuentra en el primer piso hasta las 1:00 AM. Los residentes pueden traer películas para ver y sentarse todos juntos (mismo sexo), siempre que se mantengan el orden. Las mujeres tienen su DVD en el segundo piso. No se admiten películas extremadamente violentas, sexualmente explícitas o películas piratas. El uso del DVD es un privilegio, de no usarla como corresponde o no cumplir con las normas del Centro, puede resultar en la cancelación de este privilegio.

Gimnasio: Si el residente trabaja, se le puede permitir ir a un gimnasio. El residente es responsable de pagar por el uso del gimnasio. Si el residente vive en Casa Alborada, el gimnasio tiene que estar ubicado cerca del Centro. Si el residente está en Detención Domiciliaria, el gimnasio debe estar ubicado cerca de la residencia del residente. El residente no se puede matricular o registrar en un gimnasio sin la autorización del Manejador de Caso y el director del Centro.

MATRIMONIO: Si un residente está interesado en casarse debe ver a su Manejador de Caso. La autorización final será del director de Casa Alborada y del BOP.

DISCIPLINA: Casa Alborada tiene un proceso gradual de disciplina. La intención de la disciplina es modificar la conducta. *El Negociado Federal de Prisiones (BOP) decide que residente*

permanece o no en Casa Alborada luego de cometida la violación. Favor de revisar la tabla adjunta. El Sistema de sanciones será utilizado gradualmente con el propósito de modificar conducta y comportamiento de los residentes de Casa Alborada.

VIOLACION	1RA VIOLACION	2DA VIOLACION	3RA VIOLACION	4TA VIOLACION
Amenaza	Referir y consultar con BOP RRM.	Referir y consultar con BOP RRM.	Referir y consultar con BOP RRM.	Referir y consultar con BOP RRM.
Desobedecer ordenes de los empleados	3-5 horas de trabajo adicionales	6-10 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	12-15 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	Referir y consultar con BOP RRM.
Dstrucción de propiedad (menor a moderado)	3-5 horas de trabajo adicionales	6-10 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	12-15 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	16-20 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.
Insolencia hacia un empleado (menor a moderado)	3-5 horas de trabajo adicionales	6-10 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	12-15 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	16-20 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.
Violación a los procedimientos de contabilidad (menor a moderado)	3-5 horas de trabajo adicionales	6-10 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	12-15 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	16-20 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.
Abuso sexual y acoso sexual (PREA)	Referido al BOP RRM. Remover del Programa.			
Posesión de un celular ajeno y de otro residente	3-5 horas de trabajo adicionales	6-10 horas de trabajo adicionales.	Cancelación de privilegios.	Referir y consultar con BOP RRM.
Ausencia o tardanza a un Programa. Violación a las condiciones de trabajo	3-5 horas de trabajo adicionales	6-10 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	12-15 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	16-20 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.
Uso de cigarrillos, o productos derivados del tabaco.	3-5 horas de trabajo adicionales	6-10 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	12-15 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	16-20 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.
Posesión de cigarrillos o productos derivados del tabaco.	3-5 horas de trabajo adicionales	6-10 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	12-15 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	16-20 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.
No completar las tareas asignada	3-5 horas de trabajo adicionales	6-10 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	12-15 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	16-20 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.
No seguir las reglas de seguridad (Conteo, fire drills, etc.)	3-5 horas de trabajo adicionales/ Cancelación de privilegios.	6-10 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	12-15 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	16-20 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.

No seguir las reglas sanitarias en el dormitorio (camas, lockers, etc.)	3-5 horas de trabajo adicionales	6-10 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	12-15 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	16-20 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.
Posesión de artículos no permitidos.	3-5 horas de trabajo adicionales	6-10 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	12-15 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	16-20 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.
No seguir el código de vestimenta.	3-5 horas de trabajo adicionales	6-10 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	12-15 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	16-20 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.
Interferir con las tareas de un empleado (menor a severo).	3-5 horas de trabajo adicionales	6-10 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	12-15 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	16-20 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.
Fraternización (PREA)	3-5 horas de trabajo adicionales	6-10 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	12-15 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	16-20 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.
Interrumpe o interfiere con la seguridad y el orden del Centro.	3-5 horas de trabajo adicionales/Referir y consultar con BOP RRM.	6-10 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.	12-15 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.	16-20 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.
Contacto físico NO Autorizado. (PREA)	Referir y consultar con BOP RRM.	Referir y consultar con RRM BOP.	Referir y consultar con RRM BOP.	Referir y consultar con RRM BOP.
Conduciendo un negocio en el Centro.	Referir y consultar con BOP RRM.	6-10 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.	12-15 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.	16-20 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.
Conducir un vehículo sin autorización del Centro.	Cancelación de privilegios	6-10 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios.	16 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.	20 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.
Conducir un vehículo sin autorización del Centro y sin una licencia de conducir vigente.	Cancelación de privilegios.	6-10 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.	16 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.	20 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.
Conducir un vehículo sin autorización del Centro y con historial de negligencia o uso de alcohol.	Referir y consultar con BOP RRM.	6-10 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.	16 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.	20 horas de trabajo adicionales. Cancelación de privilegios. Referir y consultar con RRM BOP.

Cancelación de Privilegios incluye cancelación del uso de celular, ir de compras, recorte de pelo, pases de fin de semana, cancelación de detención domiciliaria, visitas familiares y otros privilegios autorizados por el director.

ACTOS FROHIBIDOS Y SANCIONES DISPONIBLES ACTOS FROHIBIDOS CON CATEGORÍA DE GRAVEDAD EXTREMA

100, Asesinato.

- 101, Agredir a cualquier persona, o un asalto a mano armada en el perímetro vigilado de la institución (un cargo por agredir a cualquier persona en esta categoría sólo será usado cuando ha habido tentativa de ocasionar o se ocasionó una lesión corporal grave).
- 102, Fuga de una escolta; fuga de una institución con mayor seguridad o con seguridad mínima, lo que incluye confinamiento comunitario; fuga de un programa o actividad sin escolta en la comunidad; fuga afuera de una institución con seguridad.
- 103, Causar un incendio (sólo se acusa con este acto en esta categoría cuando se determina que el acto es una amenaza mortal o amenaza ocasionar daño corporal grave o se hace para promover un acto prohibido de gravedad Extrema, p. ej., para promover un disturbio o fuga; de lo contrario el cargo se clasifica adecuadamente mediante el Código 218, o 329).
- 104, Posesión, fabricación, o introducción de una pistola, arma de fuego, arma, instrumento afilado, cuchillo, químico peligroso, explosivos, municiones, o cualquier instrumento usado como arma.
- 105, Disturbios.
- 106, Instar a otros a participar en disturbios.
- 107, Toma de rehén(es).
- 108, Posesión, fabricación, introducción, o pérdida de una herramienta peligrosa (herramientas con mayor posibilidad de ser usadas en una fuga o intento de fuga o a ser utilizadas como armas capaces de ocasionar grave daño corporal a otras personas; o que ponen en peligro la seguridad institucional o personal; p. ej., hoja para segueta, armadura corporal, mapas, sogas elaboradas a mano, u otros artículos elaborados para fugarse, teléfono portátil, localizador de personas, u otros aparatos electrónicos).
- 109, (No puede ser usado).
- 110, Rehusarse a dar una muestra de orina; rehusarse a respirar en un alcoholímetro; rehusarse a tomar parte en otras pruebas para detectar el abuso de drogas.
- 111, Introducción o elaboración de cualquier narcótico, marihuana, drogas, alcohol, estupefacientes, o artículos relacionados al consumo de drogas, que no le han sido recetados al individuo por el personal médico.
- 112, Consumo de cualquier narcótico, marihuana, drogas, alcohol, estupefacientes, o artículos relacionados al consumo de drogas, que no le han sido recetados al individuo por el personal médico.
- 113, Posesión de cualquier narcótico, marihuana, drogas, alcohol, estupefacientes, artículos relacionados al consumo de drogas, que no le han sido recetadas al individuo por el personal médico.
- 114, Agresión sexual a cualquier persona, incluyendo tocar sin consentimiento por la fuerza o con amenaza de hacerlo por la fuerza.
- 115, Destruir y/o deshacerse de cualquier artículo durante un registro o tentativa de registro.
- 196, Uso de la correspondencia para un propósito ilícito o para cometer o promover un acto prohibido en la categoría de gravedad Extrema.
- 197, Uso del teléfono para un propósito ilícito o para cometer o promover un acto prohibido en la categoría de gravedad Extrema.
- 198, Interferir con un miembro del personal en el desempeño de sus deberes en forma más parecida a otro acto prohibido de gravedad Extrema. Este cargo debe usarse únicamente cuando otro cargo de gravedad Extrema no resulta ser preciso. El cargo a la conducta ilícita debe formularse como "más parecido" a uno de los actos prohibidos de gravedad Extrema.
- 199, Conducta que perturba o interfiere con la seguridad o el funcionamiento ordenado de la institución o de la Agencia Federal de Prisiones que sea más parecida a otro acto prohibido de gravedad Extrema. Este cargo debe usarse únicamente cuando otro cargo de gravedad Extrema no resulta ser preciso. El cargo por la conducta ilícita debe formularse como "más parecido" a uno de los actos prohibidos de gravedad Extrema.

SANCIONES DISPONIBLES PARA ACTOS PROHIBIDOS CON CATEGORÍA DE GRAVEDAD EXTREMA

- A. Recomendar la anulación o demora de la fecha para libertad condicional.
- B. Pérdida o anulación del crédito a la sentencia por buena conducta dispuesto por la ley y/o al tiempo por buena conducta no adquirido (hasta del 100 por ciento del tiempo) o a eliminar o anular el tiempo adicional por buena conducta. (No se puede suspender una sanción que remueva tiempo adicional por buena conducta o que remueva tiempo de buena conducta dispuesto por la ley).
- B.1. Se deniega generalmente entre 50 por ciento y 75 por ciento (27-41 días) del crédito por buena conducta disponible por año (no se puede suspender una sanción que remueva tiempo de buena conducta dispuesto por la ley).
- C. Segregación disciplinario (hasta 12 meses).
- D. Hacer indemnización económica.
- E. Multa pecuniaria.
- F. Pérdida de privilegios (p. e.), visitas, teléfono, comisariato, películas, actividades de esparcimiento).
- G. Cambio de vivienda (alojamiento).
- H. Remoción de actividades y/o programas de grupos.
- I. Pérdida de empleo.
- J. Incautación de la propiedad privada del reo.
- K. Confiscación de contrabando.
- L. Restricción a permanecer en su alojamiento.
- M. Tareas adicionales

ACTOS PROHIBIDOS CON CATEGORIA DE GRAVEDAD MAYOR

200 fugarse de una cuadrilla de trabajo, de una institución con seguridad mínima, o de otro confinamiento con seguridad mínima, incluyendo confinamiento comunitario, con regreso voluntario a la custodia de la Agencia Federal de Prisiones dentro de cuatro horas.

201, Pelearse con otra persona.

202, 210, 214, 215, 222, 223 (No pueden ser usados).

203, Amenazar a otro con daño corporal o con cualquier otro delito.

204, Extorción; chantaje; protección; exigir o recibir dinero o cualquier cosa de valor a cambio de protección contra otros, para evitar daño corporal, o por estar amenazado de ser informante.

205, **PREA**, Participar en actos sexuales.

206, Hacer propuestas o amenazas de índole sexual a otros.

207, Utilizar un disfraz o máscara.

208, Posesión de cualquier artefacto o implementos de cerraduras, o ganzúas para abrir cerraduras, o tratar de manipular u obstruir cualquier artefacto o implementos de cerradura (incluyendo a laves), o destruir, alterar, interferir, hacer uso indebido, u ocasionar daños a cualquier dispositivo, mecanismo o procedimiento de seguridad.

209, Adulterar cualquier comida o bebida.

211, Poseer ropa de cualquier oficial o miembro de personal.

212, Participar en, o promover, una manifestación de grupo.

213, Animar a otros a rehusarse a trabajar, o a participar en un paro en labores.

216, Dar u ofrecer soborno o cualquier cosa de valor a un oficial o miembro del personal.

217, Dar o recibir dinero de una persona con el propósito de introducir contrabando o por cualquier otro propósito ilícito o prohibido.

218, Destruir, alterar, u ocasionar daños a propiedad del gobierno, o a la propiedad de otra persona, que tenga un valor de más de \$100.00, o destruir, alterar, u ocasionar daños a dispositivos para proteger la vida (p. ej., alarma contra incendios) sin importar su valor económico.

219, Hurto; robo (incluyendo datos obtenidos mediante el uso no autorizado de un dispositivo de comunicaciones, o acceder datos de manera no autorizada de discos, cintas informáticas, o documentos con datos en computadora u otro equipo automatizado en el que se almacenan datos).

220, Hacer demostraciones, prácticas, o uso de artes marciales, boxeo (excepto por el uso del saco de arena), lucha libre olímpica o deportiva, u otras formas de lucha, u otros ejercicios o marchas militares (excepto por los ejercicios o marchas militares autorizados por el personal). Estar en un área no autorizada con una persona del sexo opuesto sin permiso del personal.

224, Agredir a cualquier persona (se usa un cargo en esta categoría cuando el reo ha intentado o logrado tener contacto u ocasionado una lesión corporal de menor gravedad).

225, Acechar a otra persona a través de la reincidencia en conducta que acosa, asusta, o molesta a la persona, luego de haber sido advertido de abandonar dicha conducta.

226, Posesión de propiedad robada.

227, Rehusarse a participar en una prueba o examen físico obligatorio que no esté relacionado a las pruebas para detectar el consumo de drogas (p. ej., ADN, VIH, tuberculosis).

228, Hacerse tatuajes o automutilarse.

229, **PREA**, Agresión sexual a cualquier persona, incluyendo tocar sin consentimiento por la fuerza o con amenaza de hacerlo por la fuerza

296, Uso de la correspondencia para cometer abusos de índole no criminal, los cuales eluden los procedimientos para monitorear la correspondencia (p. ej., usar la correspondencia para cometer o promover un acto prohibido con categoría de gravedad Mayor; abusar la correspondencia especial; escribir cartas con mensaje en clave; enviar o mandar a otros a enviar, o recibir una carta o correspondencia a través de medios no autorizados; enviar la correspondencia de otros reos sin autorización; enviar la correspondencia a una dirección particular con instrucciones o con la intención de que se envíe la correspondencia a una persona no autorizada; y usar una dirección al remitente ficticia para tratar de enviar o recibir correspondencia no autorizada).

297, Uso del teléfono para cometer abusos no relacionados a actividades ilícitas que eluden la capacidad del personal para monitorizar la frecuencia de uso del teléfono, el contenido de las llamadas, o el número de teléfono que fue llamado; o para cometer o promover un acto prohibido con categoría de gravedad Mayor.

298, Interferir con un miembro del personal en el desempeño de sus deberes parecido a otro acto prohibido de gravedad Mayor. Este cargo debe usarse únicamente cuando otro cargo de gravedad Mayor no resulta ser preciso. El cargo por la conducta ilícita debe formularse como "más parecido" a uno de los actos prohibidos de gravedad Mayor.

299, Conducta que ocasiona disturbios o interfiere con la seguridad o el funcionamiento ordenado de la institución o de la Agencia Federal de Prisiones más parecido a otro acto prohibido de gravedad Mayor. Este cargo debe usarse únicamente cuando otro cargo de gravedad Mayor no resulta ser preciso. El cargo por la conducta ilícita debe formularse como "más parecido" a uno de los actos prohibidos de gravedad Mayor.

SANCIONES DISPONIBLES PARA ACTOS PROHIBIDOS CON CATEGORÍA DE GRAVEDAD MAYOR

A. Recomendar la anulación o demora de la fecha para libertad condicional.

B. Pérdida o anulación del crédito por buena conducta dispuesto por ley o del tiempo por buena conducta no adquirido de hasta: 50 por ciento o hasta 60 días, cual sea menor, y/o a eliminar o denegar el tiempo adicional por buena conducta (no se puede suspender una sanción contra tiempo adicional por buena conducta o contra tiempo de buena conducta dispuesta por ley).

B.1 Se anula generalmente entre 25 por ciento y 50 por ciento (14-27 días) del crédito por buena conducta disponible por año (no se puede suspender una sanción que remueva tiempo de buena conducta dispuesta por ley).

- C. Segregación disciplinaria (hasta 6 meses).
- D. Hacer indemnización económica.
- E. Multa pecuniaria.
- F. Pérdida de privilegios (p. ej., visitas, teléfono, comisariato, películas, actividades sociales).
- G. Cambio de vivienda (alojamiento).
- H. Remoción de actividades y/o programas de grupos.
- I. Pérdida de empleo.
- J. Incautación de la propiedad privada del reo,
- K. Confiscación de contrabando.
- L. Restricción a permanecer en su alojamiento.
- M. Tareas adicionales.

306, Exhibicionismo.

301, 322, 323 (No pueden ser usados).

302, Uso indebido de medicamentos autorizados.

303, Posesión de dinero o divisas, a menos que se lo autorice en específico, o en exceso de la cantidad autorizada.

304, Prestar propiedad o cualquier cosa de valor para ganancia o mayor rentabilidad.

305, Posesión de cualquier cosa no autorizada que es retenida o recibida por el reo, y que no se le ha expedido mediante los conductos regulares.

306, Rehusarse a trabajar o a aceptar una asignación de programa.

307, Rehusarse a obedecer una orden de algún miembro del personal (el cargo puede ser clasificado y formulado en función de mayor gravedad, según la orden que sea desobedecida, p. ej. El cargo de no obedecer una orden que luego promueve un disturbio sería formulado como código 105, Disturbios; rehusarse a obedecer una orden que luego promueve una pelea sería formulado como un cargo bajo el código 201, Pelearse con otra persona; rehusarse a proporcionar una muestra de orina cuando se ordena como parte de una prueba para detectar el consumo de drogas sería formulado como un cargo bajo el código 110).

308, Violar una de las condiciones de un permiso de salida temporal,²⁶

309, Violar una de las condiciones de un programa comunitario.

310, Ausentarse sin excusa del trabajo o de una asignación de programa.

311, No realizar su trabajo según las instrucciones del supervisor.

312, Insolencia a un miembro del personal.

313, Mentir o dar declaraciones falsas a un miembro del personal.

314, Falsificar, duplicar, o reproducir sin autorización cualquier documento, artículo de identificación, de dinero, o de seguridad, o documentos oficiales (puede ser colocado en una categoría en función de mayor gravedad conforme a la naturaleza del artículo reproducido, p. ej., falsificación de documentos de excarcelación para ocasionar una fuga, Código 102).

315, Participar en una reunión o concurrencia no autorizada.

316, Estar en un área no autorizada sin la autorización del personal.

317, No cumplir con los reglamentos de seguridad o salubridad (incluyendo reglamentos de seguridad, instrucciones sobre sustancias químicas, herramientas, hojas de MSDS, normas de OSHA).

318, Usar cualquier equipo o maquinaria sin la autorización del personal.

319, Usar cualquier equipo o maquinaria contrario a las instrucciones o los avisos sobre normas de seguridad para su uso que están difundidos en la institución.

320, No presentarse para el recuento de residentes.

321, Interferir con el recuento de residentes.

324, Hacer apuestas.

325, Preparar o realizar quinielas o botes de apuestas.

326, Posesión de artículos para hacer apuestas.

327, Contactos no autorizados con el público.

328, Dar dinero o cualquier cosa de valor, o aceptar dinero o cualquier cosa de valor de algún reo o de cualquier persona sin autorización del personal.

329, Destruir, alterar, o causar daños a la propiedad del gobierno, o a la propiedad de cualquier otra persona, que tenga un valor de \$100.00 o menos.

330, Falta de higiene o estar desaliñado; no mantener su persona o alojamiento conforme a las normas avisadas.

331, Posesión, fabricación, introducción, o pérdida de una herramienta, equipo, suministros no peligrosos, o de otros artículos de contrabando no peligrosos (herramientas con poca posibilidad de ser usadas para fugarse o en un intento de fuga, con poca posibilidad de ser usadas como armas capaces de ocasionar grave daño corporal a otros, o que no sean peligrosas a la seguridad institucional o personal) (entre otros artículos de contrabando no peligrosos incluyen artículos tales como alimentos, cosméticos, suministros de limpieza aparatos para usar tabaco y el tabaco en cualquier forma según esté prohibido, y suplementos nutricionales o dietéticos).

332, Fumar en áreas prohibidas.

333, Completar un examen de aptitud vocacional de forma fraudulenta o engañosa ej., copiarse en un GED, en otros exámenes educativos o de aptitud vocacional).

334, Realizar un negocio; realizar u ordenar una transacción de inversiones sin la autorización del personal.

335, Comunicar su afiliación a una ganga o pandilla; participar en actividades relacionadas a gangas o pandillas; poseer artículos que indiquen afiliación a una ganga o pandilla.

336, Circular una carta de petición.

396, Uso de la correspondencia para cometer abusos de índole no criminal que no eluden los procedimientos para monitorear la correspondencia; o uso de la correspondencia para cometer o promover un acto prohibido con categoría de gravedad Moderada.

397, Uso del teléfono para cometer abusos no relacionados a actividades ilícitas que no elude la capacidad del personal para monitorizar la frecuencia de uso del teléfono, el contenido de las llamadas, o el número de teléfono que fue llamado; o para cometer o promover un acto prohibido con categoría de gravedad Moderada.

398, Interferir con un miembro de personal en el desempeño de sus deberes parecido a otro acto prohibido de gravedad Moderada. Este cargo debe usarse únicamente cuando otro cargo de gravedad Moderada no es acertado. El cargo por la conducta ilícita debe formularse como "más parecido" a uno de los actos prohibidos de gravedad Moderada.

399, Conducta que ocasiona disturbios o interfiere con la seguridad o el funcionamiento ordenado de la institución o de la Agencia Federal de Prisiones más parecido a otro acto prohibido de gravedad Moderada. Este cargo debe usarse únicamente cuando otro cargo de gravedad Moderada no resulta ser preciso. El cargo por la conducta ilícita debe formularse como "más parecido" uno de los actos prohibidos de gravedad Moderada.

SANCIONES DISPONIBLES PARA ACTOS PROHIBIDOS CON CATEGORÍA DE GRAVEDAD MODERADA

A. Recomendar la anulación o demora de la fecha para libertad condicional.

B. Pérdida o anulación del crédito por buena conducta dispuesto por ley o del tiempo por buena conducta no adquirido de hasta 25 por ciento o hasta 30 días, cual sea menor, y/o a eliminar o anular el tiempo adicional por buena conducta (no se puede suspender una sanción que remueva tiempo adicional por buena conducta o que remueva tiempo de buena conducta dispuesto por la ley).

B.1 Se deniega generalmente hasta 25 por ciento (1-14 días) del crédito por buena conducta disponible por año (no se puede suspender una sanción que remueva tiempo de buena conducta dispuesto por la ley).

- C. Segregación disciplinaria (hasta 3 meses).
- D. Hacer indemnización económica.
- E. Multa pecuniaria.
- F. Pérdida de privilegios (p. ej., visitas, teléfono, comisariato, películas, actividades sociales).
- G. Cambio de vivienda (alojamiento).
- H. Remoción de actividades y/o programas de grupos.
- I. Pérdida de empleo.
- J. Incautación de la propiedad privada del reo.
- K. Confiscación de contrabando.
- L. Restricción a permanecer en su alojamiento.
- M. Tareas adicionales.

ACTOS PROHIBIDOS CON CATEGORIA DE GRAVEDAD MENOR

- 400, 401, 403, 405, 406, 408 (No pueden ser usados).
- 402, Hacerse el enfermo, fingir enfermedad.
- 404, Uso de vocabulario insultante u obsceno,
- 407, Conducta con visitante en violación de los reglamentos de la Agencia.
- 409, Contacto corporal no autorizado (p. ej., besarse, abrazarse).
- 498, Interferir con un miembro de personal en el desempeño de sus deberes parecido a otro acto prohibido de gravedad Menor. Este cargo debe usarse únicamente cuando otro cargo de gravedad Menor no resulta ser preciso. El cargo por la conducta ilícita debe formularse como "más parecido" a uno de los actos prohibidos de gravedad Menor.

499, Conducta que ocasiona disturbios o interfiere con la seguridad o el funcionamiento ordenado de la institución o de la Agencia Federal de Prisiones más parecido a otro acto prohibido de gravedad Menor. Este cargo debe usarse únicamente cuando otro cargo de gravedad Menor no resulta ser preciso. El cargo por la conducta ilícita debe formularse como "más parecido" a uno de los actos prohibidos de gravedad Menor.

SANCIONES DISPONIBLES PARA ACTOS PROHIBIDOS CON CATEGORIA DE GRAVEDAD MENOR

B.1 Se deniega generalmente hasta 12,5 por ciento (1-7 días) del crédito por buena conducta dispuesto por ley disponible por año (a usarse únicamente cuando se declara que el reo cometió una segunda infracción del mismo acto prohibido en un plazo de 6 meses); Se deniega generalmente hasta 25 por ciento (1-14 días) del crédito por buena conducta dispuesto por ley disponible por año (a usarse únicamente cuando se declara que el reo cometió una tercera infracción del mismo acto prohibido en un plazo de 6 meses) (no se puede suspender una sanción que remueva tiempo adicional por buena conducta).

- D. Hacer indemnización económica.
- E. Multa pecuniaria.
- F. Pérdida de privilegios (p. ej., visitas, teléfono, comisariato, películas, actividades sociales).
- G. Cambio de vivienda (alojamiento).
- H. Remoción de actividades y/o programas de grupos.
- I. Pérdida de empleo.
- J. Incautación de la propiedad privada del reo.
- K. Confiscación de contrabando.
- L. Restringido a permanecer en su alojamiento.
- M. Tareas adicionales.

MÁS SANCIONES DISPONIBLES PARA REINCIDENCIA DE ACTOS PROHIBIDOS EN LA MISMA CATEGORIA DE GRAVEDAD

Categoría de Gravedad del Acto Prohibido	Período de Tiempo por Delitos Anteriores (del mismo código)	Frecuencia en Reincidencia de Delitos	Sanciones Adicionales Disponibles
Gravedad Menor	6 meses	2.º delito	1. Segregación Disciplinaria (hasta 1 mes).

(Categoría 400)		3er delito o más delitos	2. Anulación del crédito por buena conducta dispuesto o tiempo por buena conducta no adquirido de hasta 10 por ciento o hasta 15 días, cual sea menor, y/o eliminar o anular el tiempo adicional por buena conducta (no se puede suspender una sanción que remueva tiempo adicional por buena conducta). Cualquier sanción en la categoría de gravedad Moderada disponible. (Categoría 300)
Gravedad Moderada (Categoría 300)	12 meses	2.º delito 3er delito o más delitos	1. Segregación Disciplinario (hasta 6 meses). 2. Pérdida del crédito por buena conducta dispuesto por la ley o tiempo por buena conducta no adquirido de hasta 37.5 por ciento o hasta 45 días, cual sea menor, yo eliminar o anular el tiempo adicional por buena conducta (no se puede suspender una sanción que remueva tiempo adicional por buena conducta). Cualquier sanción en la categoría de gravedad Alta disponible (Categoría 200).
Gravedad Mayor (Categoría 200)	18 meses	2.º delito 3ºr delito o más delitos	1. Segregación Disciplinaria (hasta 12 meses). 2. Pérdida del crédito por buena conducta dispuesta por la ley o tiempo por buena conducta no adquirido de hasta 75 por ciento o hasta 90 días, cual sea menor, y lo eliminar o anular el tiempo adicional por buena conducta (no se puede suspender una sanción que remueva tiempo adicional por buena conducta). Cualquier sanción en la categoría de gravedad Extrema (Categoría 100).
Gravedad Extrema (Categoría 100)	24 meses	2.º delito o más delitos	Segregación Disciplinaria (hasta 18 meses).

APARIENCIA PERSONAL, HIGIENE Y VIDA SALUDABLE: Los residentes deben estar completamente vestidos en cualquier momento. Solo se permite el uso de camisillas dentro del baño. En ningún momento los residentes pueden estar sin camisa en el Centro. Ropa o cualquier artículo con vulgaridad, insinuaciones sexuales, publicidad de drogas ilícitas o alcohol, la violencia o las armas no están permitidos. No se permiten los pantalones caídos, no se permiten pantalones cortos de spandex, “daisy dukes”, shorts o pantalones legging tipo motorista.

Las mujeres deben usar un sostén en todo momento y no deben usar ropa reveladora. Todas las camisas deben tener mangas, zapatos cerrados deben ser usados o calcetines deben ser usados con sandalias. Todos los residentes deben mantener una buena higiene personal. Casa Alborada utiliza una fuente de agua potable que es sanitaria y aprobada por el sistema de acueductos y alcantarillados de Puerto Rico. Los residentes tienen acceso a duchas con agua caliente y agua fría con temperaturas controladas entre los 100 y 120 grados “Fahrenheit”. Se recomienda que los residentes se bañen al menos una vez al día.

Recuerde lavarse las manos:

- Al utilizar los servicios sanitarios
- Después de cada toma de pruebas de dopaje
- De estar expuesto a fluidos corporales
- Después de haber manejado artículos contaminados como desperdicios, sábanas, vendajes, jeringuillas, etc.
- Cada vez que sus manos estén sucias
- Antes y después de comer

¿Cómo lavarse las manos?

- Busque el área adecuada. Esta debe tener agua, jabón, papel toalla y un zafacón.
- Remueva reloj de muñeca, sortijas o pulseras de modo tal que pueda lavar sus manos libremente.
- Deje el agua fluir libremente en la temperatura más alta que usted tolere. Use abundante agua y jabón.
- Lave sus manos extendiendo el lavado hasta el área de los codos. Preste mayor atención a las áreas de las uñas, nudillos, lados de las manos y entre los dedos (use cepillo de ser necesario).
- Luego de haber lavado ambos lados de las manos, enjuégalas bien con mucha agua.
- Cierre la perilla del agua usando papel toalla y luego descarte el mismo en el zafacón.

Finalmente, siga los siguientes hábitos de higiene que incluyen:

- Mantener el cabello limpio
- Mantener uñas limpias y cortas
- Usar ropa limpia diariamente

Higiene Dental: Cepillado adecuado - Ayuda a remover la placa de las superficies exteriores, interiores y de masticación de sus dientes.

Cómo cepillarse los dientes: Aparte de los dientes frontales y posteriores, sujete el cepillo de dientes en un ángulo y colóquelo donde los dientes y encías se juntan. Mueva el cepillo con movimientos circulares pequeños (cepillándose suavemente) y use un cepillo SUAVE. Dentro de los dientes posteriores, siga cepillándose con los mismos movimientos circulares para remover la placa de la parte interior de los dientes posteriores, superiores e inferiores.

Dentro de los dientes frontales, incline el cepillo hacia arriba y hacia abajo y cepille con movimientos circulares pequeños en la parte interior de los dientes superiores e inferiores.

En la superficie de masticación, sujete el cepillo derecho y use un movimiento de cepillado para remover la placa de las superficies superiores o de masticación de todos los dientes posteriores, superiores e inferiores.

Vida Saludable:

Manténgase en buena forma Física: La cantidad adecuada de descanso y ejercicio le hace a usted más fuerte, más saludable y con más energía, para que pueda lucir y sentirse de lo mejor. Si tiene sobrepeso, más de 40 años o un problema médico crónico empiece suave y aumente poco a poco.

Duerma: Trate de dormir de 8 a 9 horas todas las noches (requerimientos de sueño bajan con la edad) para que su cuerpo recupere fuerzas.

Relájese: Haga ejercicios simples de relajación todos los días. Estire los brazos, piernas, espalda y pecho.

¡Haga ejercicio! Para sudar, camine, corra, etc. por lo menos 3 veces a la semana. Comience suave y aumente a poco a poco.

Nutrición: **La buena nutrición es esencial para su buena salud general y buena apariencia.**

Un nutricionista planea su dieta y comidas e incluye alimentos de cada uno de los grupos alimenticios básicos:

Carne/legumbres - El grupo de carnes proporciona proteínas, minerales, grasas y vitamina B. Incluye carnes rojas, pescados, aves, arvejas secas, frijoles, lentejas, mantequilla de maní y nueces. Estos alimentos ayudan al cuerpo a usar energía y forma tejidos del cuerpo.

Frutas/verduras - El grupo frutas/verduras proporciona vitaminas A y C, minerales y fibra para ayudar a disminuir el colesterol y su riesgo de enfermedad cardiaca. Se incluye a las naranjas, tomates, brócoli, zanahorias, verduras de hoja verde, papas y camotes.

Pan/granos - El grupo pan/cereal proporciona carbohidratos, proteínas, vitaminas y minerales. Se incluye granos (trigo, centeno, trigo sarraceno, y arroz), panes, cereales, avena, sémola, harina de maíz, y fideos. Estos alimentos nos ayudan a digerir los alimentos.

Leche - El grupo de leche proporciona calcio, fósforo, proteínas, vitamina A y riboflavina. Estos ayudan a formar huesos y dientes fuertes.

Lo que elija comprar en la tienda/cantina puede hacer una gran diferencia en su salud y sus necesidades nutritivas.

- Trate de comprar alimentos que sean bajos en sal y grasa (por ejemplo: pescado envasado en agua, nueces, arroz y legumbres).
- Evite comprar alimentos altos en grasas o sal (por ejemplo: pescado envasado en aceite, chips, panes de miel y el paquete saborizante de las sopas)

SALUD - PRECAUCIONES UNIVERSALES: Es un sistema que se utiliza para protegerse de cualquier posible contagio. Es un sistema que debe utilizar todo individuo indistintamente de su condición de salud. Bajo precauciones universales normales la sangre y ciertos fluidos corporales (lágrimas, saliva, cerumen, orina, secreciones nasales) de todos los residentes serán considerados potencialmente infecciosos (HIV, Hepatitis B, Hepatitis C y otras infecciones virales).

Las barreras protectoras previenen el riesgo de exposición a los trabajadores de la salud y/o trabajadores que requieran entrar en contacto con los fluidos antes mencionados. Ejemplos de estas barreras protectoras incluyen: guantes, mascarillas, batas y protectores de los ojos (gafas).

Hay un plan de contingencia de exposición (Esposare Control Plan) en Control, Oficina del director, Oficina del director Asociado y Oficina de Recursos Humanos.

INFECCIONES: Las siguientes condiciones deben estar presentes para formar los “Eslabones de la Cadena de Infecciones”:

- Un agente - microorganismo que puede causar infección.
- Portador - una persona que cargue microorganismo.
- Vía de transporte - vía para que el microorganismo viaje, ya sea a través del aire, contacto físico directo, a través de manos contaminadas, toallas, sábanas, vendajes o instrumentos contaminados.
- Puerta de salida - una vía para que el microorganismo puede salir del portador, por ejemplo, estornudo, tos, fluidos corporales y sangre.
- Vía de entrada - El microorganismo debe encontrar una manera para entrar a la otra persona, como tragando, respirando o herida o cortadura de la piel.
- Un receptor - Una persona susceptible a la infección.

Portal de entrada: vías por las cuales el agente causal puede entrar al huésped:

- Tracto respiratorio
- Tracto genitourinario
- Tracto gastrointestinal

Nota: Mediante un buen lavado de manos podemos prevenir el transporte de gérmenes causantes de infecciones a nosotros mismos, nuestros compañeros y hasta nuestros familiares e hijos. Es nuestro deber eliminar la posibilidad de adquirir o transportar enfermedades. Aunque creamos que es tonto, podemos adquirir un sinnúmero de enfermedades por el simple hecho de no lavarnos las manos. Se debe dedicar de uno a tres minutos en cada lavado de manos para que este sea efectivo. Puedes lavarlas cuantas veces creas necesario. Como ejemplo de esto, un lavado adecuado de manos previene posibles brotes de meningitis y MRSA.

Consejos adicionales:

- Reciba la inmunización adecuada (ejemplo: vacuna contra influenza, Hepatitis, COVID-19)
- Hágase pruebas de tuberculosis, hepatitis u otras infecciones que usted pueda contraer y transmitir.
- Mantenga una salud adecuada consumiendo una dieta balanceada, haciendo ejercicios y descansando.

CORONAVIRUS (COVID-19): El coronavirus es un virus que se propaga principalmente de persona a persona, especialmente entre las personas que están en contacto cercano (a una distancia de menos de 6 pies). Se puede propagar a través de las gotas respiratorias que se producen cuando una persona infectada tose, estornuda o habla. Estas gotas pueden llegar a la boca o la nariz de las personas que se encuentren cerca o posiblemente entrar a los pulmones al respirar. El virus se puede propagar por personas que no muestren síntomas.

Prevención: Lávese las manos a menudo. Use un desinfectante de manos que contenga alcohol. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca. Utilice una mascarilla cuando vaya al médico o un hospital. Desinfecte todos los días las superficies que utilice con frecuencia en su hogar y en su trabajo.

Síntomas comunes: Fiebre, tos, falta de aliento o dificultad para respirar, dificultad al respirar, escalofríos, cansancio, dolores en el cuerpo o músculos, dolor de cabeza, pérdida reciente del gusto o del olfato, dolor de garganta, congestión nasal o moqueo, náuseas, vómitos o diarrea.

Si se contamina con el coronavirus y su prueba es positiva:

- Quédese en su casa, no vaya a trabajar ni a la escuela o universidad.
- Monitoree sus síntomas, de sus síntomas empeorar, debe llamar a un proveedor médico
- Descanse y manténganse hidratado (tome mucha agua o líquidos hidratantes)
- Si tiene una cita, llame a la persona responsable e indíquele que tiene COVID-19
- Si tiene una emergencia médica, llame al 911
- Al toser y estornudar, cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable o en la parte interna del codo
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón o límpieselas con un desinfectante con alcohol
- Manténgase aislado en una habitación específica y alejado de las personas con las que vive para evitar su contagio
- Evite compartir artículos personales
- Limpie todas las superficies que usa frecuente
- Use guantes y productos desechables

Vacunas disponibles: Actualmente, existen tres tipos de vacunas autorizadas por el CDC (Pfizer, Johnson & Johnson and Moderna). Se recomienda que usted se vacune lo más pronto posible. Consulte con su Manejador de Casos para coordinar la primera, segunda vacuna y las vacunas de refuerzo.

TUBERCULOSIS (TB) Examen y Prevención: La tuberculosis (TB) es una enfermedad infecciosa potencialmente grave que afecta principalmente a los pulmones. Aun cuando la tuberculosis es contagiosa, no es fácil de contraer.

1. La TB se disemina cuando una persona con una TB activa tose, canta o habla y otra persona respira el aire contaminado con gérmenes de TB.
2. Los gérmenes llegan a nuestros pulmones y de ahí van a otras partes del cuerpo.
3. Su cuerpo lucha contra el germen de la TB.
4. Usualmente los gérmenes se van a dormir en su cuerpo. Esto se llama infección de TB latente. Cuando uno tiene la infección de TB latente, tiene un examen de la piel positivo, no se siente enfermo y no puede pasarles la TB a terceros.
5. Hay medicamentos que puede tomar para evitar que su TB cambie de TB latente a TB activa. Si no se toma los medicamentos, en algunas personas, en especial aquellos con sistemas inmunológicos débiles, los gérmenes de la TB pueden despertarse y atacar los pulmones y diseminarse a otras partes del cuerpo. Esto se llama TB activa.
6. Señales y síntomas de la TB activa incluyen: Pérdida de peso inexplicable, fatiga, fiebre, Sudor nocturno, escalofríos y falta de apetito.
7. El personal médico le ayudará a decidir si el tomar medicamentos para prevenir la TB activa tiene sentido para usted.

HEPATITIS A: La hepatitis A se contagia de persona a persona por objetos contaminados, comida, bebidas en la boca o agujas infectadas. El virus se puede tardar hasta 50 días luego de estar expuesto al virus.

Los síntomas son fiebre, pobre apetito, náusea, dolor abdominal, piel amarillenta, orina oscura y heces fecales clara. La hepatitis A se encuentra en las heces fecales de las personas que tienen hepatitis A.

HEPATITIS B: La hepatitis B es una enfermedad contagiosa del hígado que resulta de la infección con el virus de la hepatitis B.

¿Cómo se contagia la Hepatitis B?: La hepatitis B se propaga normalmente cuando la sangre, el semen, y flujo vaginal de una persona infectada con el virus de la hepatitis B entran en el cuerpo de alguien que no está infectada. Esto puede ocurrir al tener relaciones sexuales con una pareja infectada, al compartir agujas, jeringuillas o parafernalia de drogas inyectables, o por contacto directo con las llagas de sangre o abiertas de una persona infectada. La hepatitis B también puede transmitirse de una madre infectada a su bebé al nacer. La hepatitis B no se contagia a través de la leche materna, ni al compartir utensilios para comer, abrazarse, besarse, tomarse de las manos, toser o estornudar. A diferencia de algunas formas de hepatitis, la hepatitis B tampoco se contagia por medio de comida o agua contaminadas.

¿Cuáles son los síntomas de la Hepatitis B?: Muchas personas con hepatitis B no tienen síntomas y no saben que están infectadas. Los síntomas de la hepatitis B puede tomar hasta 30 años en desarrollarse. Cuando los síntomas aparecen, a menudo son un signo de enfermedad hepática avanzada y pueden incluir fiebre, fatiga, dolor abdominal e ictericia.

¿Estoy en riesgo de infección con Hepatitis B?: Usted puede estar en riesgo de infección con hepatitis B si alguna vez se inyectó drogas o tenido sexo con una pareja infectada. Hable con un profesional de la salud sobre los riesgos de infección que le afecta personalmente.

¿Cómo puedo prevenir el contagio de la Hepatitis B, mientras estoy en la cárcel?

- No tenga relaciones sexuales con otros reclusos, las drogas disparar, o conseguir un tatuaje o perforación corporal.
- No comparta cepillos de dientes, maquinillas de afeitar, limas de uñas o un cortaúñas, u otros artículos personales que puedan tener sangre en ellos.

¿Cómo puedo evitar dar la Hepatitis B a los demás si estoy infectado?

- En primer lugar, recuerde que usted puede transmitir la infección, incluso si se siente bien.
- No se inyecte drogas o tener relaciones sexuales con nadie.
- No comparta artículos personales que puedan tener su sangre sobre ellos, tales como cepillos de dientes, cortaúñas o tijeras, o máquinas de afeitar.
- Cubrir los cortes y heridas en la piel para mantener la sangre entre en contacto con otras personas.
- Si usted está siendo pesto en libertad, hablar con un profesional de la salud acerca de las formas específicas que pueden reducir el riesgo de propagación de la infección a otros. Por ejemplo, además de las precauciones que usted ya está tomando, no done sangre, semen u órganos del cuerpo.

¿Cómo se trata la Hepatitis B?: Hable con un profesional de la salud a entender mejor su nivel de riesgo de enfermedad hepática y para discutir su plan de tratamiento.

HEPATITIS C: ¿Qué es la hepatitis? Hepatitis simplemente significa inflamación del hígado. Hay varios virus que causan la hepatitis y también puede ser causada por otras cosas tales como beber demasiado alcohol.

¿Qué causa la hepatitis C? La hepatitis C o Hep C es causada por el virus de la hepatitis C (HCV). Causa una infección continua o crónica. La hepatitis C es una causa principal de la enfermedad renal continua o crónica, incluyendo cirrosis y cáncer del hígado. Estos problemas médicos graves se forman especialmente después de que una persona haya estado infectada por 10, 20, 30 años o más.

¿Cómo se trasmite la hepatitis C? El virus de la hepatitis C NO es aerotransportado. El virus debe entrar al cuerpo a través de la piel o de una membrana mucosa. NO se disemina de estas maneras:

- Estornudando ni tosiendo
- Dándose la mano o abrazándose
- Besando en la mejilla o con un beso con la boca cerrada
- Usando el mismo baño
- Comiendo del mismo plato con alguien esté infectado con HCV

El virus SE encuentra en la sangre de una persona infectada. La hepatitis C se disemina o transmite por contacto sanguíneo. En otras palabras, la sangre infectada con hepatitis C de una persona tendría que entrar en el flujo sanguíneo de otra persona.

La hepatitis puede diseminarse al usar algo que tenga sangre infectada como, por ejemplo:

- Navajas de afeitar o cepillos de dientes.
- Agujas para tatuajes o perforaciones corporales.
- Agujas para drogas endovenosas ilegales.

Hay muchas maneras para prevenir contagiarse o contagiar con hepatitis C otra persona incluyendo:

- No comparta agujas ni parafernalia para drogas.
- La transmisión sexual es rara, pero puede ocurrir.
- No comparta artículos personales como navajas de afeitar o cepillos de dientes.
- No se haga un tatuaje ni una perforación corporal mientras esté adentro.

¿Cuáles son los síntomas de la Hepatitis C? Aproximadamente 4 millones de personas en los EE.UU. están infectados crónicamente. Muchos no saben de la infección y no tienen síntomas. El síntoma más común es el sentirse cansado. Otros síntomas que la gente con hepatitis C tiene son náusea, dolor en el área alrededor del estómago, dolor en los músculos y articulaciones, sentirse deprimido con frecuencia y una variedad de síntomas llamados "disfunción cognoscitiva". Algunas personas dicen que se sienten como si se tuviera un caso leve de gripe.

¿Qué hay acerca del tratamiento? La mayoría de personas con hepatitis C llevan vidas normales y es posible que no necesite tratamiento. Hable con su médico o enfermera a ver si necesita tratamiento o no.

Evalúe su propio riesgo - Si alguna vez compartió alguno de los artículos antes mencionados con alguien aun cuando haya sido hace 10, 15, o 20 años, puede haber estado expuesto a la hepatitis C y deberá someterse a un análisis del virus. Si alguien le dice que tiene hepatitis C, está usted más seguro sabiendo "qué hacer" y "qué no hacer" que si no supiera que está infectado.

VIRUS DE LA INMUNODEFICIENCIA HUMANA (VIH)

V, Virus, un virus es un ser extremadamente pequeño que algunas veces hace copias de sí mismo apoderándose de las células humanas y convirtiéndolas en fábricas de virus.

I, Inmunodeficiencia, El sistema inmunológico es esa parte de nuestro cuerpo que lucha contra las enfermedades e infecciones. Deficiencia quiere decir que no está funcionando de manera adecuada. El VIH acaba con el sistema inmunológico de manera que no funciona de manera adecuada y el cuerpo no puede luchar contra las enfermedades ni contra las infecciones.

H, Humana, Solamente les puede dar a los humanos. Los insectos y otros tipos de animales no lo portan. Necesita un cuerpo humano para vivir.

SIDA - El Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirido es una enfermedad que le da a uno cuando el VIH destruye el sistema inmunológico de su cuerpo. Normalmente, su sistema inmunológico le ayuda a luchar contra las enfermedades. Cuando el sistema inmunológico falla, uno puede ponerse muy enfermo y se puede morir.

Se puede encontrar el VI en fluidos corporales incluyendo: sangre, semen, fluidos vaginales y leche de pecho.

El **VIH** se contagia de una persona a otra:

- Teniendo relaciones sexuales (vaginales, anales, u orales) con una persona que tenga VIH
- Compartiendo agujas
- Durante el embarazo, nacimiento, o lactancia si la madre tiene VIH
- Compartiendo navajas de afeitar o cepillos de dientes

Prevención: Abstenerse de tener (no tener) relaciones sexuales es la manera más efectiva de prevenir la transmisión del VIH. Hay varias maneras de protegerse a uno mismo o de prevenir la transmisión del VIH durante las relaciones sexuales vaginales, orales o anales si uno elige tener relaciones:

- Hacerse los análisis del VIH y conocer el estatus de VIH suyo y el de su compañero
- Ser fiel a su compañero sexual
- Usar preservativos u otras barreras de látex durante las relaciones sexuales vaginales, orales o anales y nunca volver a usar ni los mismos preservativos ni las mismas barreras de látex.

Transmisión: El VIH no puede transmitirse por contacto casual. He aquí la información:

- No puede contraer el VIH por darle la mano o abrazar a una persona que tenga VIH/SIDA
- No puede contraer el VIH por usar un teléfono, bebedero, o baño público
- No puede contraer el VIH por compartir una bebida
- No puede contraer el VIH porque una persona con VIH/SIDA le haya tosido o estornudado
- No puede contraer VIH por una picadura de mosquito

La transmisión del VIH es posible cuando se hace un tatuaje o perforación corporal, pero se puede prevenir mediante:

- Instrumentos de un sólo uso (se usan una vez y luego se desechan) que penetran la piel.
- No tatuarse ni hacerse ninguna perforación corporal mientras esté interno.

¿Cómo saber si tengo VIH o SIDA? La única manera de saber a ciencia cierta si está infectado es sometiéndose a los exámenes.

AUTOEXAMEN DE LOS TESTÍCULOS: Los hombres deben revisarse los testículos todos los meses a partir de su adolescencia. El cáncer de testículos frecuentemente se puede curar si se detecta a tiempo.

Pasos:

- El mejor momento para el autoexamen es después de un baño caliente o una ducha cuando la piel del escroto está relajada.
- Use ambas manos para palpar cada testículo, de a uno por vez. Ponga los dedos debajo de cada testículo con los pulgares en la parte superior.
- Suavemente haga movimientos circulares en cada testículo entre sus pulgares y los dedos. Busque cualquier bulto. Usted no debe sentir ningún dolor cuando haga esto. Sentirá una estructura suave con forma de tubo detrás de los testículos que almacena y transporta los espermatozoides. Repita del otro lado.

Visite a su médico de inmediato si tiene:

- un bulto;
- un testículo que ha crecido o se ha encogido;

- una sensación de pesadez o gran cantidad de líquido en la piel que está alrededor de los testículos;
- dolor en los testículos, ingle o en la parte baja del abdomen;
- sensibilidad y agrandamiento de senos.

AUTOEXAMEN DE LOS SENOS: Las mujeres deben revisarse los senos todos los meses a partir de la adultez. El cáncer de seno frecuentemente se puede curar si se detecta a tiempo. Comienza con una inspección visual de tus senos. Siéntate o párate sin camiseta ni sostén frente a un espejo, con los brazos a los costados. Para inspeccionar visualmente las mamas, haz lo siguiente:

- Mira al frente y observa la presencia de arrugas, hoyuelos o alteraciones en el tamaño, la forma o la simetría.
- Verifica si los pezones están hundidos (invertidos).
- Inspecciona las mamas mientras haces presión sobre tus caderas con las manos.
- Inspecciona las mamas con los brazos levantados sobre la cabeza y las palmas de las manos haciendo presión una sobre otra.
- Levanta las mamas para observar si los pliegues de la base son simétricos.
- Si tienes una discapacidad en los ojos que te dificulta la inspección visual de tus mamas, pídele ayuda a una amiga o un familiar de confianza.
- Luego, usa las manos para examinarte las mamas.

Las formas frecuentes para hacer la parte manual del examen de mamas consisten en lo siguiente:

- Recostada. Elige una cama u otra superficie plana para recostarte boca arriba. Al recostarte, el tejido mamario se desparrama y se vuelve más delgado y fácil de palpar.
- En la ducha. Enjabona los dedos y las mamas para que los dedos se deslicen más suavemente sobre la piel.

Cuando te examines las mamas, ten en cuenta algunos consejos generales:

Utiliza las yemas de los dedos. Para el examen, usa las yemas de los tres dedos del medio, no las puntas de los dedos. Si tienes dificultad para palpar con la yema de los dedos, utiliza otra parte de la mano que sea más sensible, por ejemplo, la palma o el dorso de los dedos. Utiliza diferentes niveles de presión. El objetivo es sentir diferentes profundidades de las mamas al emplear niveles de presión distintos para palpar todo el tejido mamario. Aplica presión ligera para palpar el tejido más próximo a la piel, presión media para palpar un poco más profundo y presión firme para palpar el tejido más próximo al tórax y a las costillas. Asegúrate de utilizar todos los niveles de presión antes de pasar a otra zona. Si no estás segura acerca de cuánta presión debes ejercer, habla con tu médico o con el personal de enfermería. Tómate el tiempo necesario. No te apures. Podrías necesitar varios minutos para examinar con cuidado tus mamas. Sigue un patrón. Utiliza una técnica metódica para garantizar que has examinado la mama completa. Por ejemplo, imagina el cuadrante de un reloj sobre tus mamas o las porciones de un pastel.

EMBARAZO: Si una residente está embarazada, debe trabajar de cerca con su Manejador de Casos para hacer los referidos necesarios para los servicios en la comunidad. Estos referidos incluirán servicios médicos, obstétricos, sociales, talleres de maternidad y paternidad, planificación familiar, servicios psicológicos y otros servicios que sean necesarios. La residente tiene el derecho de tomar la decisión necesaria para su salud.

DROGAS ...Realidad y Ficción Acerca de la Drogadicción

1. La drogadicción es el mal uso de las bebidas alcohólicas, cigarrillos y de fármacos y medicamentos legales ilegales y otras sustancias que alteran el estado de ánimo.
2. Se atribuye una en cuatro muertes en los E.UU. al uso de bebidas alcohólicas, tabaco y fármacos ilegales. Se estima que hay 15.4 millones de adultos que son víctimas del alcoholismo.
3. El desarrollo del alcoholismo en una persona está influenciado por factores genéticos, psicológicos y del entorno.
4. Los usuarios de tabaco corren el riesgo más alto de daño, ya que la mayoría de esas muertes-430,700 anualmente-están asociadas al fumar. Es altamente adictivo.
5. Hay 16,000 muertes anuales debido al uso de fármacos ilegales, pero este estimado es conservador ya que el abuso de fármacos está asociado de manera indirecta con muertes de enfermedades tales como el VIH/SIDA, hepatitis, tuberculosis, homicidios y otros crímenes violentos y lesiones incidentales.
6. La drogadicción endovenosa puede llevar a la hepatitis C y a una enfermedad avanzada del hígado (cirrosis). Los afro-americanos, hispanos, indios americanos y los oriundos de Alaska tienen tasas de mortalidad más altas por cirrosis del hígado en relación con la población total.
7. Las tasas de mortalidad por alcohol son más altas para los hombres afro-americanos, aun cuando el uso del alcohol tiende a ser más moderado para los afro-americanos que para los blancos o hispanos.
8. La marihuana es la droga más diseminada y frecuentemente usada en la nación. El fumar marihuana deteriora la memoria de corto plazo, la concentración, percepción y habilidades motoras, y de inmediato acelera los latidos del corazón.
9. La cocaína y anfetaminas son estimulantes altamente adictivos. Su uso aumenta el ritmo cardíaco, el ritmo respiratorio, la presión arterial, la temperatura corporal y la falta de apetito. Su uso puede causar ataques al corazón y puede desencadenar convulsiones. El aumento de la presión arterial puede reventar los vasos sanguíneos causando accidentes cerebro-vasculares.
10. Los alucinógenos tales como el LSD pueden hacer que el toxicómano tenga alucinaciones y le sea imposible pensar o actuar normalmente.
11. El tratamiento por abuso de estupefacientes incluye: admitir que hay un problema; ingresar a un programa de desintoxicación o terapia incluyendo programas tales como Alcohólicos Anónimos (AA), Narcóticos Anónimos (NA), Cocaína Anónimos (CA), y otros y tener como objetivo mejorar su autoimagen y fomentar una vida saludable sin drogas.

SUICIDIO, SIGNOS, SINTOMAS Y PREVENCIÓN: El suicidio es el acto de quitarse la vida. Es rara la vez que alguien decide suicidarse sin pensarlo de antemano.

Señales y síntomas: Estado de depresión o abandono, comportamiento temerario, poner orden en los asuntos y regalar posesiones de valor, un cambio radical en el comportamiento, actitud o apariencia. Abuso de drogas o alcohol. Sufrir una pérdida importante o cambio de vida. Una persona que ha amenazado o hablado sobre hacerse daño o matarse. Desesperación, sentirse sin esperanza, aislarse de sus amistades, sentir furia, tener ira fuera de control, agitación, perder la razón de vivir o de valorar su vida.

Las tasas de suicidio aumentan dramáticamente año tras año en la población mundial, razón por la cual es un asunto que no podemos ignorar.

La semana del 12 agosto se conmemora el Día Nacional para la Prevención del Suicidio en afirmación de la política pública que promueve la salud, la seguridad, el bienestar y la calidad de vida del pueblo de Puerto Rico.

En 1999 se aprueba la Ley 227 para la implantación de la Política Pública para la Prevención del Suicidio. Muchas muertes por suicidio pueden evitarse en la medida que podamos identificar de forma temprana para intervenir y manejar las situaciones. Es urgente concienciar a la comunidad y es preciso establecer alianzas con los medios de comunicación para ampliar la educación sobre el tema.

CORRE LA VOZ PARA PREVENIR EL SUICIDIO. Si notas que un ser querido deja de comer, no se toma sus medicamentos y expresa que se siente solo o que es una carga, es posible que esté pensando en suicidarse. Todos somos responsables y parte del esfuerzo para prevenir el suicidio: ***“TODOS PODEMOS AYUDAR A SALVAR VIDAS”***.

¿DONDE BUSCAR AYUDA 24 HORAS?

988 (Texto) - LINEA PAS 1-800-981-0023

HURACANES: Plan de Emergencia en Caso de Huracán

- En caso inminente que un huracán azotara la isla, el Negociado Federal de Prisiones exige que los residentes se queden en el Centro. El Centro es un lugar aprobado y certificado como refugio.
- Si el residente estuviera en el trabajo o de pase, debe llamar al Centro para recibir instrucciones.
- Si es necesario que la familia tenga que refugiarse en otra casa o en un refugio el residente TIENE QUE COMUNICARSE con el Centro, para notificar donde se encuentra. Si no hay comunicación telefónica, se comunicará con la Agencia para el Manejo de Emergencias o el Cuartel de la Policía de su área, donde solicitará que se comuniquen a la Comandancia de Santurce (Calle Hoare) al teléfono (787) 724-5921, e informen su paradero.
- Si es posible el residente se comunicará al Centro a diario por la mañana y por la noche (entre 8:00 PM y 9:00 PM)
- Cuando haya pasado la emergencia y las carreteras estén abiertas al tránsito todo residente regresará al Centro.

Consejos útiles para la temporada de Huracanes

Al empezar la temporada de Huracanes:

- Entre los meses de junio a noviembre, haga una reevaluación de sus provisiones de madera, herramientas, baterías, alimentos enlatados que no requieren refrigeración y cualquier otro equipo que usted pueda necesitar si un huracán azotará su localidad.
- Haga un plan de acción o tome nota de la ruta del huracán y los planes a largo plazo en caso de que azote un fenómeno.

Cuando se emiten avisos de huracán o tormenta:

- Mantenga la calma, no preste atención a rumores.
- No haga llamadas telefónicas innecesarias.

- Almacene en sitio seguro los objetos sueltos que hay alrededor de su casa, tales como tientos, zafacones, muebles de balcón, implementos de jardín, etc.
- Provéase de alimentos que no requieran cocción en cantidad suficiente para no menos de tres días y una reserva adecuada de agua potable.
- Asegure sus pertenencias y documentos de valor, lámparas de gas, linternas o velas y fósforos.
- Revise el equipo que funciona con baterías y provéase de baterías nuevas. Un radio transistor de baterías es útil. Facilidades de emergencias para cocinar, luces y linternas de baterías pueden ser esenciales si se interrumpe el servicio eléctrico.
- Provéase de gasolina para su automóvil.
- Refuerce las ventanas, puertas y techo de su casa.

Durante la tormenta tropical y/o huracán:

- No salga a la intemperie.
- Suprima el uso de bebidas alcohólicas.
- Mantenga la calma.
- En caso de que utilice linternas, lámparas o velas deberá tomar precauciones para evitar incendios.
- La succión creada por la diferencia en la presión atmosférica dentro y fuera de su casa puede hacer volar una ventana o puerta. Para evitar esto, no cierre su casa herméticamente, abra una puerta o ventana en el lado contrario al viento.
- Si el ojo o centro de la tormenta o huracán pasa por su localidad, habrá una calma temporera en los vientos. Eso no quiere decir que el peligro ha pasado. Luego viene la virazón o la segunda mitad de la tormenta. Manténgase en el refugio hasta que la tormenta haya pasado en su totalidad y se emita el aviso del fin de la emergencia.

Pasado el Huracán:

- En caso de enfermedad o accidente procure atención médica inmediatamente.
- No toque líneas eléctricas. Informe sobre las averías a las autoridades pertinentes ya sea a través de la Defensa Civil o la compañía de electricidad de su localidad.
- Aléjese de las áreas de desastre; a menos que usted este cualificado para prestar ayuda, su presencia como novelero puede entorpecer la labor de rescate y primeros auxilios.
- Use las reservas de agua potable que tenga y no se deshaga de éstas hasta tanto tenga la seguridad de que los servicios regulares de agua hayan sido reestablecidos. Al restablecerse el servicio, hierva el agua que va a consumir.
- No consuma alimentos cocidos que hayan estado largo tiempo fuera del refrigerador ni aquellos enlatados que hayan permanecido abiertos por largo tiempo.
- Si tiene que usar su automóvil, hágalo con sumo cuidado. En las carreteras a lo largo de la costa y de los ríos deberá tomar precauciones especiales ya que el subsuelo puede haber sido socavado y la superficie pavimentada puede ceder al peso del automóvil.

INUNDACIONES: Cómo proteger su vida y la de su familia

1. Esté atento a los pronósticos diarios que emite el Servicio Nacional de Meteorología.
2. Esté atento a los avisos e instrucciones que brinde la Defensa Civil y la Policía de su localidad.
3. Si usted vive en áreas cercanas a ríos o lagos y no ha recibido información en cuanto a posibles inundaciones, pero se ha percatado de fuertes y prolongados aguaceros y ríos crecidos, prepárese para moverse a lugar seguro adoptando las medidas de precaución

pertinentes. Comunique a sus vecinos la situación. Si vive en zona montañosa y observa las condiciones indicadas, notifique a la Defensa Civil o la Policía.

4. Si es advertido sobre posibles inundaciones en el área que reside, prepárese para una posible e inmediata orden de evacuación. Recoja y asegure todas sus pertenencias, valores y documentos importantes trasladándose a lugares más seguros.

Cómo actuar durante una inundación:

1. No trate de cruzar ríos crecidos o áreas inundadas, bien sea a pie, a caballo o en su automóvil.
2. Si es sorprendido por un golpe de río, tome precauciones contra rocas, árboles u otros objetos o animales.
3. Sea prudente al auxiliar a personas que estén en peligro de ahogarse. Es aconsejable que hasta donde sea posible, la labor de rescate sea ejercida por personal adiestrado.
4. Tenga sumo cuidado al pasar por cuerpos de agua.
5. Si durante la noche es sorprendido por una inundación en la carretera, no siga adelante; diríjase a un lugar alto.
6. Si al pasar por un puente sobre un río crecido, se le daña su vehículo, abandónelo inmediatamente y diríjase a lugar seguro.
7. Suprima el uso de bebidas alcohólicas.
8. Desconecte el servicio eléctrico o de gas.

Pasada la inundación

1. No regrese al lugar hasta que las autoridades lo crean aconsejable.
2. No toque alambres eléctricos caídos, notifique a la Autoridad de Energía Eléctrica.
3. No tome agua que no haya sido hervida por 10 minutos o que no esté debidamente tratada.
4. Si tiene que conducir, hágalo con cuidado y tome precauciones contra derrumbes, objetos o facilidades de energía, inspeccione bien el terreno, el subsuelo y la superficie pavimentada ya que estos pueden ceder.
5. Ayude a evitar epidemias, recoja y entierre animales muertos y basura.
6. Si está afectado, notifíquelo y ofrezca a la Cruz Roja, a la Defensa Civil, a la policía o a cualquier agencia de ayuda social la cooperación necesaria para su pronta recuperación. Póngase en contacto con su agente de seguros.

TERREMOTOS: Antes de que ocurra un terremoto: Esté preparado, tenga comida de emergencia y equipo necesario como un radio portátil y una linterna, además de lo siguiente:

- Agua (dos cuartillos por persona) y comida enlatada (para abastecer a una persona por dos semanas)
- Abastecimiento de medicinas para dos semanas
- Un maletín de primeros auxilios y un libro de instrucciones sobre cómo aplicar los mismos.
- Llaves y herramientas para cerrar el paso de gas fluido o agua.
- Jabón y papel sanitario.
- Extintor de fuego y detectores de humo.
- Ropa adicional, sábanas y/o mattress para dormir (sleeping bags)
- Artículos personales (incluyendo una identificación con foto)
- Un pedazo grande de plástico (para usarlo como sobre cubierta).

- Evite tener tablillas de libros y gabinetes en los pasillos cerca de las puertas, pues ésta puede caer y obstruir la salida de escape y al ser tan pesados son difíciles de remover.

Durante un terremoto: Mantenga la calma, el pánico mata.

- Si usted se encuentra dentro de una estructura: métase baja una pieza del mobiliario (escritorio o mesa) o entre una puerta de salida. Manténgase retirado de ventanas y puerta exteriores.
- Si usted se encuentra en campo o espacio abierto: manténgase en áreas abiertas, lejos de edificios y cables eléctricos.
- Si usted se encuentra en un automóvil: pare el auto, pero manténgase dentro de él. No se detenga debajo de puentes, árboles, postes de alumbrado ni señales de tránsito.

TELEFONOS Y DIRECCIONES ELECTRONICAS DE INTERES GENERAL:

AGENCIAS	TELEFONOS
ADECCO – San Juan (Empleo)	(787) 764-0268
ADECCO – Cataño (Empleo)	(787) 275-1606
ADECCO – Caguas (Empleo)	(787) 746-4142
www.adeccopr.com	
Alivia Plan Medico	(787) 979-2023
ASES (Programa de Salud Mental)	(800) 981-2737
ASUME - www.asume.pr.gov	(787) 274-0111
Autoridad de Acueductos y Alcantarillados (AAA)	(787) 620-2482
www.acueductospr.com	
Casa Alborada – Volunteers of America	(787) 919-0470, Fax (787) 726-6352
Casa Protegida Julia De Burgos (Hogar de Refugio)	(787) 548-5290, (787) 723-3500
Caribbean Temporary Services (CTS) (Empleo) - www.ctspr.com	(787) 724-5643
Centro de Control de Envenenamiento - https://poisomhelppr.org	1 (800) 222-1222
CESCO – Sagrado Corazón - www.dtop.pr.gov	(787) 977-2200
Comisión Estatal de Elecciones - www.ceepur.org	(787) 777-8682
Cuerpo de Bomberos de Puerto Rico San Juan www.bomberos.pr.gov	(787) 343-2330
Cruz Roja Americana Capitulo de PR - www.redcross.org	(787) 726-2614, (787) 758-8150
Departamento de la Familia – Orientación	(787) 294-4900
Departamento de la Familia – Maltrato	(787) 977-8022
Departamento de la Familia – Adopción	1 (800) 981-8333
https://agencias.pr.gov	(787) 523-2323
Departamento de Salud - www.salud.gov.pr	(787) 765-2929
Departamento del Trabajo - www.trabajo.pr.gov	(787) 754-5353, (787) 289-0460
Departamento de Transportación - www.dtop.pr.gov	(787) 722-2929
Departamento de la Vivienda - www.vivienda.pr.gov	(888) 852-2272
Sección 8 Estatal	(787) 274-2527
Sección 8 Carolina	(787) 757-3700/3744, (787) 757-2626
Emergencias en Carreteras	(800) 981-3121, 3021, (787) 977-2200
Emergencias	911, (787) 724-0124
Emergencias Médicas Estatal - www.cempr.pr.gov	(787) 754-2550, (787) 343-2550
FEMA	(787) 296-3500
First Medical Plan Medico	(888) 801-0801
Hogar Ruth (Hogar de Refugio)	(787) 883-1884
Humana Plan Medico	(855) 450-4540
Humane Society of Puerto Rico - www.hspr.org	(787) 720-6038

Información General	311
INSPIRA – Línea de Consulta en Crisis - www.inspirapr.com	(787) 644-0559, (787) 704-0705
Línea Confidencial Víctimas de Violencia	(787) 722-2977
Línea de Maltrato	(787) 749-1333
Línea de Orientación y Apoyo Familiar	(787) 977-8022
Línea PAS – Prevención de Suicidio https://lineapas.assmca.pr.gov	988 1 (800) 981-0023
LUMA – Energía Eléctrica - https://lumapr.com	(844) 888-5862; (787) 289-3434
Menonita Plan de Salud	(866) 221-9636
MMM Plan Medico	(787) 522-2482, (866) 333-5470
MSSS (Empleo) - www.msssinc.com	(787) 758-7700
Narcóticos Anónimos - www.narcoticosanonimospr.org	(787) 763-5919, (787) 274-0488
Oficina de Manejo de Emergencias y Desastres https://manejodeemergencias.pr.gov	(787) 724-0124, (787) 480-2222
Oficina del Procurador – Personas Pensionadas y de la Tercera Edad	(787) 721-6121
Oficina del Procurador – Personas Impedimentos	(787) 725-2333
One Stop Career Center – info@onestopcareerpr.org	(787) 296-1785, (787) 881-2951
Policía de Puerto Rico – Emergencia	(787) 343-2020
Policía de Puerto Rico – Cuartel General	(787) 793-1234
Policía de Puerto Rico – Cuartel Hoare www.policia.pr.gov	(787) 726-1230
Red Nacional Prevención del Suicidio https://suicidepreventionlifeline.org	(888) 628-9454
Red Sísmica en Puerto Rico - https://redsismica.uprm.edu	(787) 833-8433
Refugios de Emergencia - www.temporadadehuracanes.pr.gov	(787) 771-6989, (787) 763-2484
Registro Demográfico – San Juan - https://gobiernodigital.pr.gov	(787) 765-2929
Residential Reentry Manager – Southeast Region	(412) 395-4743
Seguro Social - www.socialsecurity.gov	1 (800) 772-1213 (marque 7 para español)
Seguro Social – Aguadilla	1 (833) 882-1201
Seguro Social – Arecibo	1 (866) 754-3541
Seguro Social – Caguas	1 (833) 882-1200
Seguro Social – Carolina	1 (833) 882-1202
Seguro Social – Fajardo	1 (855) 856-2728
Seguro Social – Guayama	1 (866) 272-8158
Seguro Social – Hato Tejas	1 (855) 748-7638
Seguro Social – Humacao	1 (866) 604-3335
Seguro Social – Manatí	1 (866) 256-2681
Seguro Social – Mayagüez	1 (855) 620-5726
Seguro Social – Ponce	1 (866) 328-1254
Seguro Social – San Patricio	1 (866) 783-0627
Seguro Social – Toa Alta	1 (866) 401-2598
Servicio Nacional de Meteorología	(787) 253-4586

SERVICIOS LEGALES/LEGAL SERVICES:

Organizaciones de ayuda legal cerca de usted: www.servicioslegales.org/

AGENCIA/AGENCY	DIRECCIÓN/ADDRESS	TELÉFONO/TELEPHONE
American Civil Liberties Union	Union Plaza, Suite 1105, 416 Ave. Ponce de León San Juan, PR 00918	(787) 753-8493
www.aclu-pr.org Ayuda Legal Puerto Rico	465 Avenida Hostos San Juan, PR 00918	787-957-3105

www.ayudalegalpuertorico.org Clínica de Asistencia Legal de la Escuela de Derecho de la Pontificia Universidad Católica de Puerto Rico	2250 Boulevard Luis Ferré Aguayo Ponce, PR 00717	(787) 841-2000 ext. 1822, 1860, 1861
www.pucpr.edu Clínica de Asistencia Legal de la Escuela de Derecho de la Universidad de Puerto Rico	Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras Escuela de Derecho San Juan, PR 00931	(787) 999-9570
Oficina Legal de la Comunidad (Clínica de Asistencia Legal de la Escuela de Derecho de la Universidad Interamericana)	Escuela de Derecho de la Universidad Interamericana Calle Federico Costa Núm. 85, Hato Rey San Juan, PR 00919	(787) 751-1912 ext. 2158 o (787) 751-1600
Pro-Bono Inc.- Arecibo	Ave. San Luis 526 C Interior, Carr. 129 Arecibo, PR 00613	(787) 879-2012
Pro-Bono, Inc.- Caguas	Centro Judicial, 5to. Piso Caguas, PR 00726	(787) 746-7660
Pro-Bono Inc.- Fajardo	Ave. Padre Rivera 10 Humacao, PR 00792	(787) 852-6286
Pro-Bono Inc.- Mayagüez	Centro Judicial, Tercer Piso 91 Ave Hiram D. Cabassa Mayagüez, PR 00680	(787) 833-5121
Pro-Bono Inc.- Ponce	Centro de Diagnóstico y Tratamiento Ave. Hostos 216, Playa de Ponce, Ponce, PR 00732	(787) 840-3260
Pro Bono, Inc. - San Juan	Edif. Anexo al Colegio de Abogados Ave. Ponce de León 808 Parada 11½ Miramar San Juan, PR 00908	(787) 721-3398 (787) 721-3350
Servicios Legales de Puerto Rico Aguadilla	Calle Progreso #92 Aguadilla, PR 00605	(787) 891-1275; (787) 891-5330; (787) 891-1295
Servicios Legales de Puerto Rico Aibonito	Calle Julio Cintrón #203, Aibonito, PR 00705	(787) 735-8041
Servicios Legales de Puerto Rico Arecibo	Avenida Rotario 543, Edificio Cardona Campos, Piso 2 Apartado 1927 Arecibo, PR 00612	(787) 815-2680 (787) 815-2681 (787) 815-2682
Servicios Legales de Puerto Rico Bayamón	Calle Maceo #25 Esq. Palmer, Bayamón, PR 00960	(787) 785-3858; (787) 785-3868; (787) 785-3863

¡El equipo de RRC Casa Alborada les desea MUCHOS ÉXITOS en su Plan de Reintegración!