

# NORTHERNRIVERS

*Cuidados que cambian la vida desde 1829*

## Bienvenido



### ¡Bienvenido a la familia de Northern Rivers!

¡Nos complace tenerte aquí y nos emociona poder conocerte!

Northern Rivers es un lugar donde los jóvenes como tú pueden aprender, recuperarse y crecer, rodeados de un equipo de profesionales dedicados y comprensivos, dispuestos a ayudar en cada etapa de tu recorrido.

Además de la residencia Schenectady, Northern Rivers ofrece más de 60 programas y servicios para niños, adultos y familias a través de nuestras agencias afiliadas, Northeast Parent & Child Society y Parsons Child & Family Center.

Si tienes dudas acerca de cómo es la vida aquí, simplemente pregunta a cualquiera de las personas que veas. ¡Comencemos!

# NORTHERNRIVERS

# MI PRIMER DÍA

## Cómo será tu primer día



### ¡Bienvenido a la residencia Schenectady de Northern Rivers!

Tu primer día con nosotros en Schenectady será muy ajetreado porque queremos asegurarnos de que te instales lo antes posible. Antes que nada, tú y tus padres o el trabajador social del condado se reunirán con nuestro empleado de admisiones para revisar los documentos que se deben firmar con el fin de permitir tu estadía en el centro. Esto nos permite garantizar que tu estadía sea exitosa tanto para ti como para tu familia y que puedas regresar a casa o a otras opciones tan pronto como sea posible. Mientras se encuentren aquí, conocerán a algunos de los miembros del equipo con los que trabajarán, y luego tu familia o el trabajador social del condado se marcharán de la residencia (a menos que tu reunión de planificación esté programada para ese día).

A continuación, conocerás al jefe del equipo y al personal del dormitorio, quienes te mostrarán tu habitación y te ayudarán a instalarte. Realizarán el inventario de tus pertenencias y protegerán todos los objetos de valor que puedas tener, así como tu dinero. Por seguridad, no se permite guardar dinero en la residencia; sin embargo, puedes llevar algo de dinero en el caso de que participes de un viaje recreativo o cuando visites a tu familia. Si necesitas ropa u otros artículos personales, también nos encargaremos de eso.

Luego, harás el recorrido por el dormitorio y el edificio para conocer a los nuevos vecinos, aprender acerca de nuestro cronograma diario y algunas de nuestras actividades recreativas, y finalmente, conocerás al profesional clínico. A los pocos días, el profesional clínico organizará una reunión inicial de planificación contigo y con las personas importantes de tu vida para conversar sobre las razones que te trajeron aquí, cuándo podrás irte y adónde podrás ir cuando estés listo para dejar la residencia. Juntos definirán objetivos, determinarán tus responsabilidades en tu equipo de apoyo y desarrollarán tu plan a seguir.

Después de la reunión con el profesional clínico, te unirás a los otros chicos en lo que sea que estén haciendo (comiendo, jugando juegos de mesa, viendo televisión u otras actividades). Apenas ingresas, solo puedes participar en actividades recreativas dentro del campus. Cuando el equipo de tratamiento decida que estás listo, podrás participar en actividades recreativas fuera del campus.

Si tienes alguna duda o necesitas algo, pregunta al personal del dormitorio u otro personal de la institución. Cada miembro de nuestro personal se dedica a brindar un entorno seguro a todos los jóvenes que viven con nosotros, donde pueden trabajar en aquello que los trajo a nuestro programa residencial.



# MI CRONOGRAMA

## Cómo será el día a día



### Modelo del cronograma de programación

El cronograma de programación difiere un poco en cada campus y hogar grupal.

A continuación se muestra un ejemplo de las actividades diarias programadas en nuestro campus residencial. Los jóvenes que no asisten a la escuela de verano durante los meses vacacionales suelen ocupar su tiempo en voluntariados, disfrutan de la experiencia del campamento de verano en nuestro campus o buscan pasantías para obtener experiencia laboral.

#### RUTINA PARA LOS DÍAS DE SEMANA

6:30 a.m.	Despertarse temprano.
6:45 a.m.	Levantarse; limpiar la habitación y hacer la cama.
7:10 a.m.	Vestirse para ir a la escuela.
7:40 a.m.	Desayuno y reunión comunitaria (el personal cierra las puertas de los dormitorios).
8:10 a.m.	Regreso al dormitorio; prepararse para ir a la escuela.
8:20 a.m.	Partir a la escuela.
2:30 p.m.	Regreso de la escuela y transición.
3:00 p.m.	Refrigerio y reunión comunitaria.
3:30 p.m.	Actividad grupal u otra actividad planificada.
4:45 p.m.	Transición.
5:00 p.m.	Cena.
5:30 p.m.	Transición y tareas escolares.
6:00 p.m.	Tiempo libre, gimnasio, cafetería, aire libre, quehaceres, ducha, refrigerio y tiempo de televisión.
8:30 p.m.	Comunidad, diarios, habilidades específicas.
8:45 p.m.	Transición a la cama.
10:00 p.m.	Hora de dormir; se apagan las luces y se cierran las puertas.

#### RUTINAS DE FIN DE SEMANA

8:00 a.m.	Levantarse; limpiar la habitación y hacer la cama.
8:50 a.m.	Desayuno.
9:10 a.m.	Regreso al dormitorio.
9:30 a.m.	Reunión comunitaria.
10:00 a.m.	Tiempo libre, actividades.
11:45 a.m.	Transición.
12:25 p.m.	Almuerzo.
12:45 p.m.	Transición.
1:00 p.m.	Actividad puertas adentro o actividad recreativa al aire libre.
3:00 p.m.	Refrigerio.
3:30 p.m.	Actividad grupal u otras actividades planificadas.
5:00 p.m.	Transición.
5:15 p.m.	Cena.
5:45 p.m.	Transición y tareas escolares.
6:00 p.m.	Tiempo libre, gimnasio, cafetería, aire libre, quehaceres, ducha, refrigerio y tiempo de televisión.
8:30 p.m.	Comunidad, diarios, habilidades específicas.
8:45 p.m.	Transición a la cama.
11:00 p.m.	Hora de dormir; se apagan las luces y se cierran las puertas.

**NORTHERNRIVERS**

# MI EQUIPO DE APOYO

## Qué necesitas saber sobre tu equipo



### Equipo terapéutico

¿En quién puedes confiar para recibir apoyo? ¡En todos nosotros! Sin embargo, el equipo terapéutico será tu principal recurso y trabajarás con ellos todos los días.

De día o de noche, 24/7/365, siempre habrá al menos un adulto (y tal vez dos o tres) a cargo del dormitorio para ofrecerte apoyo durante todo el día. Su función es ayudarte a desarrollar herramientas para tu vida diaria y reforzar el trabajo del resto del equipo; siempre están dispuestos a escuchar. También tú y tu familia dispondrán de la asistencia de un **profesional clínico** con estudios de maestría y un **administrador de casos** con licenciatura, que ayudará al profesional clínico a orientarte a ti y a tu familia para lograr la reunificación familiar o sugerirán otras opciones. Del mismo modo, contamos con un **psicólogo infantil**, experto en el manejo de la conducta, para proporcionar evaluaciones y valoraciones psicológicas, y que además, se asesora con nuestro personal clínico.

Asimismo, contarás con el equipo médico. Te reunirás con nuestro **psiquiatra** al menos una vez, y con más frecuencia si te recetaron medicamentos para ayudarte a controlar tus emociones y conductas. Las **enfermeras** de nuestra clínica se encargan de las necesidades de atención médica. Están disponibles durante todo el día para atenderte cuando sea necesario, administrarte los medicamentos recetados y tratar cualquier inquietud médica emergente o determinar si necesitas trasladarte a un consultorio médico o a una sala de urgencias para recibir tratamiento.

Además, nuestro personal se dedica a planificar e implementar actividades terapéuticas recreativas tanto dentro como fuera del campus.

Y finalmente, tenemos un equipo que supervisa nuestro programa fuera del horario laboral y los fines de semana. Ellos se encargan de proveer personal a los dormitorios y de manejar cualquier necesidad que surja durante ese tiempo.



# MI RESIDENCIA

---

## Dónde dormirás, te relajarás y vivirás

---



### El edificio

La residencia del campus Schenectady de Northern Rivers está ubicada en 12 acres en el barrio de Woodlawn en los suburbios de Schenectady, Nueva York.

El edificio principal, un centro de tratamiento residencial, tiene licencia para prestar servicio a 56 jóvenes de entre 12 y 18 años de edad. La instalación tiene 5 dormitorios separados. Dos dormitorios se asignan a jóvenes del sexo femenino y tres a jóvenes del sexo masculino.

El edificio tiene una cafetería con servicio completo de cocina, un gimnasio completamente equipado, una sala de pesas, una sala de actividades y lavandería. La sala de actividades cuenta con una mesa de hockey de aire, fútbol de mesa y un televisor para que puedan relajarse en grupos pequeños.

La instalación tiene espacios recreativos adicionales, como campos de pelota, piscina al aire libre y un pabellón externo con mesas de pícnic, parrilla y bar de bocadillos.

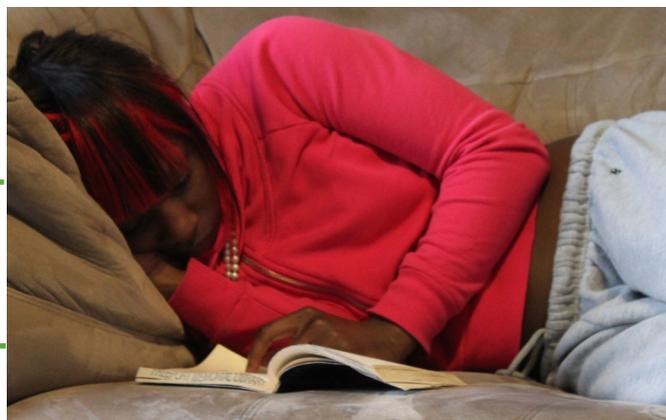
El edificio dispone de varias salas de conferencia que ofrecen la privacidad necesaria para realizar reuniones o visitas. Además, en el edificio se encuentran las oficinas del personal clínico y administrativo.

Todos los servicios ofrecidos a ti y tu familia se encuentran en este edificio. La escuela se ubica en un edificio separado de un campus diferente, y los días escolares deberás trasladarte en autobús desde la residencia.



# MI DORMITORIO Y HABITACIÓN

## Lo que quizás quieras traer



## Lo que puedes traer

Los siguientes artículos están **permitidos** en la residencia del campus:

- Películas y videojuegos con clasificación no superior a PG-13.
- Reproductores de discos compactos (CD) con auriculares
- CD originales (sin lenguaje explícito).
- Tu ropa.
- Artículos de decoración para la habitación previamente aprobados.
- Se suministran productos de higiene, aunque se permiten otros.
- Se proporcionan sábanas y toallas de baño, aunque se permiten otras.
- Equipo de peluquería (para ser usado bajo supervisión del personal).
- Reproductor de MP3 portátil, iPod.
- 1 consola de videojuegos.
- Reproductor de DVD.
- Rasuradora eléctrica.
- Maquillaje.

## Lo que debes dejar

Los siguientes artículos están **prohibidos** en la residencia del campus:

- Teléfono celular (a menos que y hasta que haya un contrato, sólo para los jóvenes mayores).
- Tableta (iPad).
- Radiocasetera, parlantes grandes.
- Reproductor de CD sin auriculares.
- Películas pirata o clasificadas como "R".
- Armas, incluyendo pistolas de aire comprimido o de perdigones, cuchillos, navajas de muelle, etc.
- Materiales relacionados con pandillas, como cuentas, pañuelos, ropa militar, etc.
- Revistas explícitas.
- Cualquier material clasificado como "R" o "X".
- Videojuegos con clasificación "M" o superior.
- Alcohol o drogas.
- Fósforos, encendedores y otros artículos relacionados con fuego.
- Cigarrillos tradicionales y electrónicos (*juuls*), productos tabáquicos, productos para vaporear, etc.
- Bebidas que contengan cafeína, como refrescos, café y bebidas energéticas.
- Latas de aerosol, como laca para el cabello, aerosol corporal, etc.
- Cualquier artículo con las advertencias "Inflamable" o "Manténgase fuera del alcance de los niños" o cualquier cosa que contenga alcohol.
- Ciertos materiales de higiene, como máquinas de afeitar e hisopos.
- Espejos o cualquier objeto de cristal.



# MI ESCUELA

## Cómo aprendes y creces



### Programación educativa y vocacional

La asignación de la institución educativa depende en gran medida del nivel académico del alumno al momento de ingresar a nuestro programa. Encontraremos el entorno escolar más apropiado para ti junto con nuestros colaboradores educativos. Para algunos residentes, las escuelas públicas de Schenectady son la opción correcta. Otros asisten a clases vocacionales en el sistema BOCES del Distrito de la Capital. Muchos de nuestros residentes asisten a la institución educativa de Northeast.

La institución educativa de Northeast es una escuela de educación especial operada por Northern Rivers. La escuela presta sus servicios a unos 150 estudiantes de sexto a duodécimo grado. Los estudiantes se benefician de una estructura coherente, grupos reducidos de alumnos por aula y de un sólido apoyo tanto académico como de comportamiento. Los estudiantes tienen planes educativos individualizados; participan en actividades de arte, música e instrucción vocacional; forman parte de proyectos de servicio comunitario y programas atléticos; participan de viajes de estudio y bailes de graduación; pueden obtener un diploma Regent, un diploma local o una credencial de Desarrollo Profesional y Estudios Ocupacionales (*Career Development and Occupational Studies*, CDOS). Los graduados pueden optar por el diploma de su distrito escolar de origen o del instituto de Northeast.

La escuela cuenta con un alto grado de integración con el programa residencial y ofrece una mejor comunicación entre los maestros y el personal de la residencia, continuidad en la atención y una red de apoyo que ayuda a los estudiantes a alcanzar sus objetivos. Está ubicada a 4 millas de nuestro campus de Schenectady y los estudiantes van y vienen en el autobús de la residencia.

Las escuelas locales son Paige Elementary School, Schenectady Middle School y Schenectady High School. Allí se ofrecen todas... todas las oportunidades educativas que normalmente brindan los institutos educativos públicos.

BOCES proporciona instrucción vocacional de alto nivel y está disponible previa aprobación del Comité de Educación Especial del Distrito Escolar de la Ciudad de Schenectady. Las aprobaciones de BOCES dependen de tu nivel académico actual.

No importa a qué escuela asistas, nuestro personal trabajará en conjunto con el personal de ese centro educativo para ayudarte a alcanzar tus metas académicas.

**NORTHERNRIVERS**

# MI TIEMPO

## Qué puedes hacer para divertirte: actividades dentro y fuera del campus



### Recreación

Nuestras actividades deportivas, de aptitud física y de equipos (clubes) están diseñadas para ayudarte a desarrollar tu autoestima, mejorar tu salud física y ganarte la confianza de tus compañeros y adultos. Nuestro gimnasio cubierto, la sala de pesas y de aptitud física, la piscina al aire libre, los campos de béisbol y fútbol, y las canchas de baloncesto y voleibol te ofrecen grandes oportunidades recreativas sin tener que salir del campus. También ofrecemos actividades planificadas, estructuradas y terapéuticas que puedes realizar en tu dormitorio, en el edificio o en la comunidad.

El coordinador de recreación se dedica exclusivamente a planificar y asistir al personal en la implementación de una serie de actividades terapéuticas dentro y fuera del campus para que te entretengas mientras te ayudan a crecer. Estas oportunidades se publican para que todos las conozcan, y así puedan planificarlas con anticipación. Las actividades del dormitorio comprenden juegos de mesa, actividades artísticas y artesanales, ver la televisión, escuchar música, jugar videojuegos y momentos de tranquilidad para leer y hacer tareas escolares.

Durante los recesos escolares, programamos actividades comunitarias. Puedes ir junto con un pequeño grupo de compañeros a los centros comerciales locales, museos locales o sitios fuera del área. Es posible que los viajes incluyan visitar la ciudad de Nueva York para ver algún juego de la NFL o a lugares de interés como el Empire State Building, Times Square y la Estatua de la Libertad; visitar el salón de la fama del baloncesto en Springfield, Massachusetts; o pasar el día en los parques de atracciones Great Escape o Six Flags, por nombrar algunos.

Podrás participar en nuestra carrera de cajas de jabón (*Soap Box Derby*) local, hacer trabajo de voluntariado e incluso tener un trabajo de medio tiempo para ganar dinero adicional además de tu paga semanal. También tienes la opción de unirse a clubes especiales dirigidos por el personal, como el club de bolos, de senderismo, de juegos de mesa, de viajes a museos, de *kick-boxing* y mucho más.

### ACTIVIDADES

Hockey de aire  
Parques de diversiones  
Béisbol  
Baloncesto  
Juegos de mesa  
Bolos  
Juegos de cartas  
Actividades artesanales  
Fútbol de mesa  
Fútbol americano  
Senderismo  
Kickball  
Museos  
Actuaciones  
Lectura  
Excursiones  
Fútbol  
Eventos deportivos  
Carrera de cajas de jabón (*Soap Box Derby*)  
Natación  
Videojuegos  
Voleibol  
Voluntariado  
Levantamiento de pesas



