Todas las personas y autoridades tienen el deber de trabajar para que estos derechos **sean respetados** y garantizados. Si esto no sucede o, si tales derechos son violados, la Comisión Estatal de Derechos Humanos Jalisco **está para ayudarte**, acude o llama a cualquiera de nuestras oficinas.

Trabajamos por el respeto de los derechos humanos, trabajamos por la paz

Nuestros servicios son gratuitos

Dr. Alfonso Hernández Barrón
Presidente

Oficina Central

Pedro Moreno 1616, Col. Americana, CP 44160, Guadalajara, Jalisco, Tel. 3669 1101, **Lada sin costo: 01 800 201 89 91**

Oficinas Regionales

Región Norte /sede en Colotlán:
Basilio Terán 1-C, Tel. 01 (499) 99 2 09 13

Región Altos-Norte /sede en Lagos de Moreno: Juan Rulfo 124, Col. El Mozaico, CP 47400,
Tel. 01 (474) 742 37 00

Región Altos Sur /sede en Tepatitlán de Morelos:
Anacleto González Flores 639, Col. Villa Hermosa, CP 47694, Tel. 01(378) 715 44 70

Región Ciénega /sede en Ocotlán:
Melchor Ocampo 335, planta baja, Col. Centro, CP 47800, Tel. 01(392) 925 69 70

Región Sureste-Sur /sede en Zapotlán el Grande:
calzada Madero y Carranza 348, CP 49000,
Tel. 01(341) 413 43 96

Región Sierra de Amula-Costa Sur/sede en Autlán de Navarro:
Independencia Nacional 1591, Col. Centro, CP 48900,
Tel. 01 (317) 382 02 31

Región 09 Costa Norte/sede en Puerto Vallarta: Lago Titicaca 223, esq. Río Santiago, Residencial Fluvial Vallarta, CP 48312,
Tel. 01 (322) 225 64 84

Región Sierra Occidental/sede en Mascota: Cuauhtémoc 1-A esq. Constitución, Col. Centro,
Tel. 01 (388) 386 13 10

Región Valles/sede en Tequila: Toluca 190,
Col. Los Triángulos, CP 46400, Tel. 01 (347) 742 36 96

Comisión Estatal de Derechos Humanos de Jalisco

@CEDHJ YouTube CEDHJalisco **www.cedhj.org.mx**

Mayor información: **Instituto de Investigación y Capacitación en Derechos Humanos (IICADH),**
iicadh@cedhj.org.mx, Tel. 3615 3893

Los reclusos también tenemos **derechos**

CEDHJ
Comisión Estatal de Derechos Humanos Jalisco

¿Quiénes somos reclusos?

Somos quienes estamos detenidos en un **centro penitenciario** dando cumplimiento a una condena o en espera de una sentencia que concluya un proceso judicial al cual estamos sujetos. También lo somos si estamos **detenidos en otros lugares** como: celdas policiales, hospitales siquiátricos, centros de detención que no están a cargo de la administración de prisiones, e incluso, **lugares de detención no oficiales.**

¿Qué son los derechos?

Todas las personas por el simple hecho de serlo, tenemos los mismos derechos independientemente de nuestras circunstancias.

Los derechos son **condiciones de dignidad** que necesitamos todos los seres humanos para nuestro bienestar, son satisfactores a **nuestras necesidades más básicas**, por ejemplo: alimentos suficientes y nutritivos, agua potable, seguridad y servicios de salud.

Quienes estamos detenidos cumpliendo una sentencia o sujetos a proceso, t**enemos limitados algunos derechos:** la libertad y a votar y ser votado. Sin embargo, seguimos teniendo todos los demás derechos y la posibilidad de su ejercicio y protección dentro del reclusorio **es una obligación del Estado.**

¿Dónde se encuentran reconocidos nuestros derechos?

En la Declaración Universal de Derechos Humanos; el Pacto Internacional de **Derechos Civiles** y Políticos; el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales; la Convención contra la Tortura y otros **Tratos o Penas Crueles, Inhumanos o Degradantes;** los Principios Básicos y las Reglas Mínimas para el Tratamiento de los Reclusos de las Naciones Unidas y la **Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.**

¿Cuáles son mis derechos?

- Un **trato digno** porque también somos personas.
- No sufrir **discriminación** por ningún motivo.
- No ser víctimas de torturas **ni tratos o penas crueles** e inhumanos.
- **Una alimentación suficiente** y nutritiva.
- Tener acceso al **agua potable** y a un baño en condiciones de dignidad.
- Participar en actividades culturales y **educativas** para nuestro desarrollo.
- Realizar actividades laborales remuneradas que faciliten nuestra reinserción y nos permitan contribuir al **sustento personal** y familiar.
- Tener acceso a **servicios de salud.**
- Un entorno adecuado y en **condiciones de higienes**, donde no estén en riesgo nuestra vida, salud e integridad física.
- **Recibir visitas** de familiares y amigos.
- Permanecer en contacto **con el mundo exterior** a través del uso de las comunicaciones según las formas autorizadas.
- **Libertad de pensamiento** y conciencia.
- Libertad de religión.
- Ser alojados en diferentes secciones según nuestro sexo, edad, antecedentes y motivos de detención.
- **Al ejercicio**, deporte y recreación al aire libre.