



Etapas de la Vida

Una Herramienta Para Ayudar a Las Personas con Discapacidad y a Sus Familias Para Que Puedan Elegir con Conocimiento Sobre Como Vivir una Vida Integral y Auto-Determinado a Cualquier Edad.



Consejo del Gobernador de Nevada de Discapacidades del Desarrollo (NGCDD) se dedica a la promoción, las actividades de cambio y la creación de capacidad del sistema para las personas con discapacidades del desarrollo y sus familias con el fin de promover la igualdad de oportunidades, la autodeterminación, y la inclusión en la comunidad.



Easter Seals de Nevada ofrece servicios excepcionales para ayudar a todas las personas con discapacidad o necesidades especiales y sus familias ser autosuficientes a través de servicios directos, educativos y asociaciones de la comunidad.

Adaptado de: Missouri Family to Family. Charting the Life Course: A Guide for Individuals, Families, and Professionals. Kansas City, MO: University of Missouri—Kansas City Institute for Human Development, University Center for Excellence in Disabilities.

Esta guía no constituye consejo médico o legal y no representa necesariamente la opinión oficial de NGCDD, el Estado de Nevada o cualquier otro socio o fuentes de financiación.
Edición de Septiembre de 2015

Para letra grande o otro formato accesible por favor, contáctenos al: 775-684-8620 www.nevadaddcouncil.org

Algunas cosas que hay que tener en cuenta en cualquier etapa de vida o de la categoría:

- Las listas de espera para las evaluaciones y servicios pueden ser muy largas. No espere, planee el futuro!!!
- ¿Me ve usted como persona primero y después mi discapacidad?
- Mientras mi salud o la seguridad no estén en peligro, ¿usted me deja tomar mis propias decisiones y cometer mis errores, para que pueda aprender a defender y resolver problemas por mí mismo? *
- Me está alentando y ayudando a aprender a ser el experto de mí mismo y con mis necesidades? *
- ¿Me está ayudando a aprender cómo solicitar alojamiento cuando los necesito? *
- Estas alentado propia-determinación a todas edades, etapas, y aspectos de mi vida? *
- ¿Me ayude para saber qué hacer en caso de emergencia mediante la práctica de ejercicios de seguridad, y tenemos una plan de emergencia que lleva a mis necesidades en cuenta? *
- ¿Tiene un sistema preparado para que mi guardería, niñeras, escuelas, amigos, vecinos, miembros familiares y primeros en responder tengan acceso a la información sobre cualquier específica emergencia respuesta o necesidades de alojamiento que pueda tener?
- ¿Está preparado para ayudarme a mí mismo defender me toda mi vida y que sabe está bien y es necesario hacer preguntas y luchar por lo que necesito?
- ¿Cómo será la tecnología asistencial, arreglos o adaptaciones? ¿Creceran conmigo y con mi cambiante debería comprobarse, estoy viviendo la vida más independiente e inclusivo?
- ¿Tiene los recursos e información para ayudar me a navegar por el sistema de salud y sistema complicada de de servicio de apoyo para mí?
- ¿Cómo están mis talentos y habilidades individuales (a pesar de mis discapacidades) reconocidos y alentados?
- ¿Estás preguntando lo que otros compañeros de desarrollo típico están haciendo a mi edad (para el trabajo, diversión, etc.) para encontrar maneras puedo participar?
- Estas mirando hacia mi futuro o siguiente etapas de mi vida? Me estas ayudando a aprender a hacer lo yo mismo? *
- Tomando mis necesidades y deseos en cuenta, tiene una visión/expectativa de que yo haga cosas como lo siguiente: citas amorosas; asistir al colegio; ser empleado en un trabajo competitivo, integrado; vivir en la comunidad; casarme; convertirme en un padre? Comparte esa expectativa/visión conmigo? Qué apoyos necesitaré para tener éxito? *
- ¿Cómo es mi parte en nuestras familias dinámica de dar/recibir un apoyo equilibrado de manera que no lo hago convirtiendo me en el único enfoque o centro de la vida familiar? *
- Están equilibrando mis necesidades para la terapia con mis necesidades para relajarse y disfrutar de la vida?
- ¿Tiene alguien con quien hablar acerca de sus sentimientos, emociones y preocupaciones?

- ¿Usted trabaja en maneras de encontrar un equilibrio entre sus necesidades, las necesidades de la familia, y mis necesidades?
- ¿Tiene un plan de lo que sucederá si se toman fuera de mi vida a mis padres? Qué recursos tendre y cómo voy a ser responsable y para mi beneficio? Seré yo apoyado y tendre acceso a una vida plena y feliz? ¿Ha hecho un testamento o fideicomiso describiendo su plan? Ha compartido ese plan con los demás?

Forma de Usar Este Guía

El original marco, gráficos, e información en esta guía estaba desarrollada por la Familia Missouri al Centro de Recursos Familiares y representa los puntos de vista de las personas con discapacidad, los padres, miembros de la familia, y los profesionales incluidos realimentación de Self Advocates Becoming Empowered (SABE), de los Estados Unidos' organización de propia-abogacía. Ha sido adaptado para las necesidades de Nevada por el NGCDD usando las recomendaciones de nuestros miembros del Consejo y la comunidad. Para información adicional y los recursos en la visita Curso de la Vida: www.supportstofamilies.org

Las preguntas que siguen reflejan las cosas las personas con discapacidad y/o sus familias que se cree sobre, o desearon haber pensado en su propia experiencia de vida. Están destinados a ayudarle a tomar decisiones informadas para planificar una vida de inclusión y auto-determinación a cualquier edad o etapa de vida. Se pretende que sea un punto de partida, no importa dónde usted está en su viaje de la vida.

La imagen abajo representa las diferentes secciones de la guía. Etapas de la Vida son etapas de vida desde el nacimiento hasta el fin de la vida. Categorías de la Vida son experiencias que tienen con el mundo tal como lo crecer, tales como el empleo, los amigos, y la vida en comunidad. La guía se divide en etapas de la vida, mostrando las diferentes categorías de la vida uno podría experimentar a medida que crecen. Donde la etapa de la vida y categoría de la vida cumple verá preguntas a hacer o pensar acerca de ahora y mientras planificar el futuro.

Etapas de la Vida	Categorías de la Vida
 Infancia Sobreviviendo el primer año	 Vida diaria ¿Qué hace una persona como parte de la vida cotidiana—escuela, el trabajo, las rutinas.
 Primera infancia Niño/Edad preescolar	 Vivir en la comunidad Acceso a la comunidad, el transporte, vivienda, adaptaciones/modificaciones.
 Edad escolar La vida cotidiana durante los años escolares	 Social La construcción de amistades, relaciones, actividades recreativas.
 Transición Al darse cuenta de la escuela está por terminar	 Promoción y apoyo a la familia El apoyo a las personas / familias-mirar el apoyo, la defensa propia.
 Edad adulta Vivir la vida como un adulto	 Vida saludable Administrar y acceder a servicios de salud,salud mental, comportamiento, nutrición.



Envejecimiento

El envejecimiento y la preparación para el final de la vida

* Promueve la auto-determinación



Los servicios fuera y soportes

Para los individuos y familias-ambos financiado (agencia) y apoyos naturales.



Seguridad y Protección

Emergencias, bien estar, con el apoyo la toma de decisiones, los derechos legales.

Autodeterminación y Por Qué Es Importante

Siendo auto-determinado es hacer elecciones y decisiones basadas en sus propias preferencias e intereses. Las personas que son determinadas por cuenta propia saben lo que quieren y cómo conseguirlo. Ellos eligen y se fijan metas, entonces el trabajo para llegar a ellos. Abogan en su propio nombre, y están involucrados en la solución de problemas y toma de decisiones sobre sus vidas. La investigación muestra que la mayoría de las personas que son más auto-determinadas tienen empleo, ganan más dinero, y toman mejores decisiones sobre sus comportamientos y acciones para el cuidado de su salud y llevar estilos de vida saludables. —National Gateway to Self Determination. www.ngsd.org

La auto-determinación implica muchas actitudes y capacidades que incluyen: la auto-conciencia, la asertividad, creatividad, orgullo, resolución de problemas y habilidades de autodefensa. Para hacerse cargo de su propia vida, debe ser capaz de establecer objetivos, evaluar opciones, tomar decisiones, y luego trabajar para lograr sus objetivos. Desde habilidades de autodeterminación se aprenden con mayor eficacia y desarrollados por la práctica de ellos, las personas con discapacidad deben tener una amplia oportunidad de utilizar sus auto-defensa, toma de decisiones y socialización habilidades que comienzan en la primera infancia para prepararse para trabajar y vivir en la comunidad. Las familias pueden ayudar a preparar a sus hijos con discapacidad, dándoles un número cada vez mayor de oportunidades para tomar sus propias decisiones informadas. Lo más importante, las familias deben prepararse para aceptar a su hijo en su nuevo papel de adultos y permitir que sus hijos adultos que tomen un papel activo en las decisiones que determinarán su futuro. —National Parent Center on Transition and Employment. www.pacer.org/transition

No hay respuestas directas a un "sistema" que a menudo se puede romper, confuso o limitado debido a la falta de recursos, fondos, la formación, la política y diferentes puntos de vista. Esta guía no pretende dar respuestas o arreglar el sistema. Es una herramienta para ayudar a guiar y preparar a las personas con discapacidad y sus familias a lo largo del recorrido de vivir una vida auto-determinada. Las preguntas están escritas para reflejar una perspectiva de "primera persona" durante toda la vida para representar el punto de vista de la persona con una discapacidad. Verá * después de algunas de las preguntas. Estos indican una pregunta que ayuda a promover la auto-determinación durante toda la vida.

Verá recursos que aparecen en la página siguiente. Esto no es una guía de recursos. Ellos no están destinados a ser exhaustiva, sino un punto de partida en su viaje. Debido a que los números de teléfono y direcciones cambian, sólo se muestran los sitios web. Opiniones expresadas por otros organizaciones no representan necesariamente la opinión oficial del estado de Nevada, el NGCDD, la organización de Intellectual and Developmental Disabilities o cualquier otro organismo o organización relacionado o de apoyo. El NGCDD declina toda responsabilidad por el contenido de otra agencia y ningún respaldo se debe inferir. Si usted no tiene acceso a una computadora, no dude en llamarnos al 775-684-8619 para obtener información actualizada sobre estos recursos.

Dentro de esta guía, los individuos y/o familias pueden centrarse en su situación actual y la etapa de la vida, pero también puede ser útil para mirar tanto hacia atrás y hacia adelante para ver lo que se ha perdido y empezar a pensar en una vida inclusiva y auto-determinado en el futuro. Debido a la transición de la escuela a la vida adulta es tan complejo, se verá más páginas dedicadas específicamente a esta etapa de la vida. Las familias también pueden encontrar útil el uso de estas preguntas como guía cuando se habla de sus preocupaciones con los profesionales, proveedores, Ser-vicio, personal escolar y profesionales de la salud. Profesionales que sirven a las personas con discapacidades o necesidades especiales de salud y las familias también pueden encontrar esta guía útil para construir sobre su propia comprensión de las necesidades de los individuos y las familias y apoyarlas en su viaje.

Recursos

Desarrollo

- Nevada's Aging and Disability Services Division = una división del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nevada. Cubre servicios para el desarrollo del estado a través de la duración de la vida (incluye Servicios de Intervención Temprana) www.adsd.nv.gov
- Aprender la Ley de Signos Precoces www.cdc.gov/ncbddd/actearly
- Línea Nacional de Ayuda para Padres www.nationalparenthelpline.org

Recursos Generales

- Nevada 2-1-1 = directorio de recursos generales para servicios y apoyo www.nevada211.org
- Proyecto ASSIST = directorio de recursos para servicios y apoyos para niños y adultos jóvenes de hasta 21 años con discapacidades y sus familias. dhhs.nv.gov/Programs/IDEA/ProjectASSIST
- Departamento de Nevada de Salud y Servicios Humanos (incluye los servicios del estado médicas, financieras, de comportamiento y de desarrollo) dhhs.nv.gov
- Enredos de familia de Nevada www.familytiesnv.org
- Care Chest of Sierra Nevada www.carechest.org
- The Children's Cabinet www.childrenscabinet.org
- Relay Nevada 7-1-1 www.hamiltonrelay.com/state_711_relay (espacios en blanco son subrayados)
- Centro de Nevada para la Excelencia en Discapacidades (incluye apoyos de comportamiento positivo, camino hacia la independencia, Socios en la formulación de políticas y el Centro de Recursos de Tecnología de Asistencia Nevada) www.nced.info
- Silver State Fair Housing www.silverstatefairhousing.org
- Oficina de Rehabilitación Vocacional (empleo) www.detr.state.nv.us
- Centros " para la Vida Independiente:
 - El norte de Nevada www.nncil.org
 - Sur de Nevada www.sncil.org

La Promoción y Derechos

- La Asistencia de Discapacidades del Desarrollo y la Declaración de Derechos www.acl.gov
- Ley de Americanos con Discapacidades (incluye información sobre Olmstead) www.ada.gov
- Nevada Defensa de la Discapacidad y Centro de Derecho www.ndalc.org

- Personas Primero de Nevada www.peoplefirstofnevada.org
- Los defensores Self empedrando www.sabeusa.org
- Nevada PEP www.nvpep.org

Transporte

- Comisión Regional de Transporte del Condado de Clark www.rtcnv.com
- Paratransporte Servicio al Cliente www.rtcnv.com/transit/paratransit
- Comisión Regional de Transporte del Condado de Washoe www.rtcwashoe.com

 Infancia  Sobrevivir el Primer Año		
 Vida Diaria	 Viviendo en La Comunidad	 Social
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Tiene una visión o plan en mente para mí cuando sea mayor que apoyará mi crecimiento y desarrollo ahora? * • ¿Se ha establecido una rutina diaria para mí? • ¿Estás jugando conmigo y ayudarme a encontrar maneras de conocer y explorar mi entorno? * • ¿Te reconocer y responder a mis signos, señales, balbuceos, gestos y palabras? * • ¿Mantiene un libro de bebé para mí? 	<ul style="list-style-type: none"> • Si las cosas cambian con respecto a nuestro ingreso familiar o su capacidad de trabajo, la forma en que ese impacto nuestra capacidad para seguir viviendo en nuestra casa actual? • ¿Hay maneras en que puede estructurar el lugar donde vivo y otros entornos para darme la oportunidad de hacer actividades típicas que los niños pequeños? * • ¿Tiene acceso a un transporte seguro que me llevara a citas médicas y otras salidas a la comunidad? 	<ul style="list-style-type: none"> • Me llevan a hacer cosas sociales típicos como familia? • ¿Hay un grupo de juego que me pueda unir? • ¿Está ayudando a aprender a tocar por el tiempo jugando conmigo pasar? * • ¿Tiene la impresión maneras de vincularse conmigo, a pesar de que es posible que se siente estresado? • ¿Sabe usted que soy más feliz y más relajado cuando se toma el tiempo para la relajación y renovación para usted?
 Promoción y Apoyo a la Familia		

- ¿Estás preparado para los diferentes sentimientos y experiencia como padre de un niño con una discapacidad o necesidades de salud especiales?
- ¿Hay alguien que puede hablar de que va a entender que las preocupaciones y sentimientos?
- ¿Está diciendo a sus seres queridos o amigos sobre sus preocupaciones para mí y para mi salud/desarrollo?
- ¿Conoce a otros padres que han estado en un similares situación o contenía similares preocupaciones? Si no es así, ¿cómo se puede descubrir?
- ¿Está tomando tiempo para sólo disfrutar de ser mi padre?



Infancia
Sobrevivir el Primer Año



Vida Saludable



Los Servicios y Apoyos



Seguridad y Protección

<ul style="list-style-type: none"> • Sus instintos paternos le dicen que algo no va del todo bien con su salud, el crecimiento o el desarrollo? • Alguien más ha mencionado la preocupación por mi salud o desarrollo para usted? • ¿Si nació con complicaciones médicas o de desarrollo, sabe qué recursos están disponibles fuera del hospital? ¿Le ha pedido al trabajador social del hospital ayuda en la búsqueda de esa información? • ¿Me mantienen saludable con visitas del niño y me llevan al médico cuando estoy enfermo? • ¿Me están llevando a un pediatra que entiende y satisface mis necesidades específicas? • ¿Sabe usted si estoy al nivel de desarrollo a tiempo? • Están expresando sus preocupaciones acerca de mi salud o desarrollo a mi pediatra? Están siendo respetadas y tratadas? • ¿Nuestro pediatra me refiere a especialistas cuando sea necesario? • ¿Soy parte de un "hogar médico"? ¿Es necesario estarlo? 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Necesita ayuda para pagar por el equilibrio de las cosas que necesito con el cumplimiento de nuestras obligaciones financieras de la familia? • Si necesito exámenes o evaluación, el seguro pagará por ella, o existen otras fuentes de financiación? • ¿Dónde me llevas para averiguar acerca de mi salud o desarrollo? ¿Qué tipo de exámenes se necesitan? • ¿Hay especialistas en nuestra área que se adaptan a mis necesidades o buscar fuera del estado? Que cubre nuestro seguro médico? ¿Cómo vamos a viajar si tenemos que ir fuera del estado? • ¿Qué haces para conseguir la ayuda que necesito durante la espera de un diagnóstico y/o servicios? • Si usted va a trabajar o hacer otras cosas donde no me puedes llevarme, me dejas con alguien confiable? • ¿Sabe usted dónde/cómo encontrar un proveedor de atención preescolar/niño que puede satisfacer mis necesidades? • Si estoy recibiendo servicios de intervención temprana, conoce y entiende sus derechos como padre? ¿Se siente cómodo hacer valer sus derechos? ¿Se siente cómodo haciendo lo que otros servicios o apoyos pueden estar disponibles para mí y/o ayudar a nuestra familia? 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Estás a prueba de niños y de otra manera de asegurarse de que nuestra casa sea segura para mí? • ¿Hay cosas en nuestro hogar que podrían dañarme (por ejemplo la pintura con plomo, o bordes afilados)? • ¿Tiene los números de emergencia locales e información de control de envenenamiento de fácil acceso en caso de que algo me pasara? • Han tomado los adultos alrededor mío tomado clases de emergencia y de primeros auxilios diseñados específicamente para los bebés?
---	--	--



 Vida Diaria	 Viviendo en La Comunidad	 Social
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles son las rutinas/estrategias que le ayudan a usted y a mí durante todo el día? • ¿Hay maneras en que puede organizar las cosas de manera diferente para acomodarme mejor? • ¿Está explorando cómo la tecnología me puede ayudar con las actividades diarias? • ¿Usted está enviando me preescolar/cuidado de los niños? Si es así, quien me daría toda la ayuda adicional que podría necesitar? * 	<ul style="list-style-type: none"> • Soy capaz de salir y explorar y aprender acerca de mi comunidad? * • ¿Ha consultado con adaptaciones o modificaciones que pueda necesitar para nuestra casa o vehículo? • ¿Usted sabe de apoyos profesionales o de la comunidad si se siente aislado? • ¿Sabe usted dónde/cómo encontrar un proveedor de atención preescolar/ niño que puede acomodar mis necesidades? 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Me está ayudando a aprender y practicar mis habilidades sociales? * • ¿Me está ayudando a ser incluido con otros niños en la escuela, actividades sociales, fechas del juego, y los partidos? * • ¿Está ayudando a encontrar maneras de hacer lo que otros niños de la comunidad están haciendo para la diversión y la recreación? * • ¿Usted está consiguiendo que participe en grupos de juego, día de la mamá, parques y recreación o otras actividades de la comunidad? *
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Mantiene usted una visión en mente para mi futuro como yo aprender y crecer? ¿Comparte esa visión con amigos, familiares, maestros, etc.? * • ¿Mantiene mi libro del bebé y celebra todos mis logros, dándose cuenta de que voy a hacer las cosas en mi propio tiempo, pero voy a llegar? • ¿Me ve como un ser capaz de hacer lo que hacen los demás niños, aunque necesite ayuda adicional para hacerlo? * • Me tratas de la misma manera que mis hermanos/otros niños? * • ¿Me estás dando oportunidades de elegir entre dos o tres opciones? * • Si la comunicación verbal es difícil para mí, tengo otras maneras de hacer mis deseos, necesidades, ideas y pensamientos conocidos? * • ¿Estás ayudando a que empiece a ver a mí mismo como separado de usted? * 	 Promoción y Apoyo a la Familia <ul style="list-style-type: none"> • ¿Sabe usted si hay recursos dedicados a mi discapacidad específica? • ¿Ha encontrado lugares donde se puede conectar con otras familias de uno*a-uno o en grupos? • ¿Qué le dice a la familia, amigos, hermanos acerca de mi diagnóstico/necesidades especiales? • ¿Quién puede hablar con nuestra familia y amigos que no entienden lo que está pasando o no entiende las cosas de mí? • ¿Recuerdas a verme como un niño primero y segundo de mi discapacidad? * • ¿Se asegura que se le reconozca por otros como el experto en mí y mis necesidades? 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Está ayudando a aprender y practicar la manera de tomar turnos y jugar con otros niños? * • ¿Me estás tomando a nuevos lugares y ayudando a intentar cosas nuevas para que pueda averiguar lo que me gusta hacer? * • ¿Está estableciendo límites en mi comportamiento para que pueda aprender a autorregularse y aprender a llevarse bien con los demás? * • ¿Establece un ejemplo para mí por tener a sus amigos encima o participantes en otras actividades sociales que disfrute?



Primera Infancia
Niño/Edad Preescolar



Vida Saludable



Los Servicios y Apoyos



Seguridad y Protección

- ¿Me está llevando a un pediatra que entiende y satisface mis necesidades específicas?
 - ¿Sabe usted si estoy al nivel de desarrollo a tiempo?
 - ¿Sabe las cosas que observar en mi desarrollo?
 - Están expresando sus preocupaciones acerca de mi salud o el desarrollo de mi pediatra? Están siendo respetadas y tratadas?
 - ¿Soy parte de un "hogar médico"? ¿Es necesario estar?
 - ¿Usted sabe que la intervención temprana en los primeros 3 años puede tener un impacto enorme en mi aprendizaje y desarrollo a lo largo de mi vida?
 - ¿Esta buscando o el acceso a un médico y personal con experiencia en el cuidado de los niños con mi diagnóstico?
 - ¿Nuestro pediatra me refiere a especialistas cuando sea necesario?
 - ¿Sabe usted qué hacer si no nos gusta o esta en desacuerdo con mis profesionales? *
 - ¿Me está enseñando sobre alimentos sanos y nutritivos y cómo funcionan mi cuerpo? *
 - Si estoy recibiendo servicios de intervención temprana, conoce y entiende sus derechos como padre? ¿Se siente cómodo hacer valer sus derechos? ¿Se siente cómodo haciendo lo que otros servicios o apoyos pueden estar disponibles para mí y/o ayudar a nuestra familia? ¿Sabe usted lo que sucederá cuando la edad límite llegue del programa? *
 - ¿Sabe usted si califico para servicios financieros especiales de salud/discapacidad? ¿Qué cubre mi seguro medico?
 - ¿Está explorando la tecnología de asistencia para mí y sabes cómo conseguirla?
- Preparación para la Escuela
- ¿Sabe usted qué exámenes me darán para determinar mi elegibilidad y los servicios que voy a conseguir?
 - ¿Sabe usted lo que es un IEP? ¿Tiene un amigo, padre o otro defensor que puede ir conmigo a mis reuniones de IEP?
 - ¿Conoce sus derechos como padre y mis derechos como estudiante? *
 - ¿La educación que recibo en la escuela incluir habilidades para la vida y sociales, así como las habilidades académicas?
 - ¿Voy a viajar en el autobús escolar o usar el transporte especial? Lo apoyos estarán para mi transporte seguro?
 - ¿Usted ha hecho que nuestra casa esta adaptada para niños en la que vivimos por mi seguridad?
 - ¿Ha hablado con la policía, servicios médicos de emergencia, o departamento de bomberos acerca de la respuesta de emergencia para mí?
 - ¿Son los números de emergencia locales e información de control de envenenamiento de fácil acceso en caso de que algunos-me pasa?
 - Si tengo problemas médicos, tienen que establecer un sistema para que los socorristas tendrán la información de mí?
 - ¿Está ayudando a aprender en quién confiar y cómo estar seguro? *



Edad escolar

La vida cotidiana durante los años escolares



 Vida Diaria	 Viviendo en La Comunidad	 Social
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo estoy incluido en la escuela con sus compañeros típicos? * • ¿Existe la tecnología para que me ayude con las actividades escolares? • ¿Me está enviando al programa de antes/después de escuela?" Que apoyo necesito para participar? • ¿Tengo una rutina después de la escuela o por la noche? • ¿Me preguntas qué quiero ser cuando sea grande? * • ¿Estoy aprendiendo sobre los diferentes trabajos de mi familia, maestros y otras personas? * • ¿Se asegura que tengo responsabilidades en el hogar (al igual que otros miembros de la familia), tales como las tareas diarias? * • Por qué recibo un "subsidio" o tengo acceso al dinero? * • ¿Me está enseñando sobre el dinero y me da la oportunidad de decidir cómo gastar el dinero? * • Qué se espera que siga las reglas y consecuencias dadas cuando no lo hago? * • ¿Me está dando la oportunidad de elegir y tomar decisiones? * • ¿Está ayudando a entender que al hacerlo lo mejor posible y ser responsable de mis acciones es parte de la vida? 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Ha proporcionado un lugar en nuestra casa que tiene en cuenta mis necesidades sensoriales o de otro tipo, en el que puedo hacer actividades de aprendizaje o vaya estar más tranquilo y relajado? • ¿Está ayudando a mantener mi edad habitación adecuada? • ¿Hay problemas de accesibilidad en nuestra casa que usted necesita para hacer frente para que pueda empezar a hacer las cosas por mí mismo y ser lo más independiente posible? * • ¿Estoy empezando a aprender a hacer cosas para mantener, conservar y mantener un hogar (cocinar, lavar la ropa)? * • ¿Hay un programa de compartir auto que podría unirme para ir más lejos y también me ayuda para hacer nuevas conexiones? * 	<ul style="list-style-type: none"> • Estoy aprendiendo cómo hacer amigos y mantener las relaciones? * • ¿Hay oportunidades o estrategias en mi escuela o otros servicios que recibo para ayudarme a hacer amigos? * • ¿Está ayudando me para participar y ser incluidos en los clubes o actividades extracurriculares en la escuela y/o de la comunidad, tales como exploradores o 4H que fomentan mis intereses? * • ¿Son los parques y programas de recreación allí donde pueda conocer y hacer nuevos amigos? * • ¿Me está ayudando con formas positivas para comunicar a hacer mis pensamientos, ideas y necesidades a los demás? * • ¿Me estás animando a probar diferentes actividades para que pueda averiguar lo que me gusta hacer en mi tiempo libre? *
	<div data-bbox="597 1052 678 1125" style="text-align: center;">  </div> <p data-bbox="695 1062 997 1115" style="text-align: center;">Promoción y Apoyo a la Familia</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Está ayudando a aprender a ser parte de las reuniones del IEP de planificación centrada en la persona? * • ¿Se ha unido a el programa de PTA en mi escuela? • ¿Se está asegurando que estoy recibiendo el apoyo extra que necesito en la escuela como un ayudante o asistente personal? • ¿Está ayudando a aprender cómo hablar de mis deseos y deseos? 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Sé cuándo está bien o apropiado para hablar, que está bien hablar, ni qué decir? * • ¿Estoy aprendiendo la vida social y cotidiana, así como las habilidades académicas en la escuela? * • ¿Estoy aprendiendo a usar los medios sociales de forma segura y responsable (Facebook, Twitter, Instagram, Snapchat, etc.) para conectarse y mantenerse en contacto con amigos?



Edad escolar

La vida cotidiana durante los años escolares



Vida Saludable



Los Servicios y Apoyos



Seguridad y Protección

<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué se necesita para contar la enfermera de la escuela acerca de mis necesidades? • ¿Qué pasa si tengo que tomar medicamentos o tratamientos en la escuela? • ¿Los proveedores locales de emergencia conocen nuestros deseos si me pasa algo en la escuela? • ¿Me mantengo al día con los chequeos regulares de la infancia y inmunizaciones? • ¿Está llevándome a ver especialistas para temas específicos? • ¿Usted me está enseñando a saludar e interactuar con los médicos y otros profesionales de la medicina? * • ¿Sé cómo pedir ayuda o diga cuando estoy enfermo o simplemente no me siento bien? * • ¿Está ayudando a entender mis necesidades de salud o discapacidad y cómo me afecta ya que crecen y cambian? * • ¿Sé lo que es bueno (alimentación, el sueño, el ejercicio) y malos (drogas, tabaco) para mi cuerpo? * • ¿Cómo estás ayudando a prepararme y entiendo la pubertad y entiendo y de relaciones? * • ¿Me está enseñando sobre el sexo, las relaciones sanas, y los límites? * 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Estoy en el ambiente menos restrictivo en la escuela? * • ¿Ha habido con una organización de defensa o otro padre que me apoye y ayude a navegar por mis reuniones de IEP? • ¿Ha hablado con mi equipo del IEP para planificar de la transición, sabiendo que debería empezar cuando tenga 15 o 16 años de edad e incluir un plan comprensivo y apoyo mucho antes de que me gradúe? • ¿Me voy a graduar/dejar la escuela a los 18 años o continuar hasta que tenga 21 años, y voy a recibir un diploma de escuela secundaria o un certificado de finalización? • ¿Qué proporciona mi escuela o que paga? • ¿Sabe usted qué hacer si mi distrito escolar niega una solicitud o servicio únicamente por mi estado financiero? • ¿Mi distrito escolar pagaría por una evaluación independiente? • ¿Mi escuela proporcionan la tecnología de asistencia para ayudarme/asistirme? • Si quiero ir a una escuela privada o ser educado en casa hace mi distrito local paga por algo? Voy a recibir las mismas ayudas? • ¿Está involucrado en la planificación financiera para mi futuro? ¿Sabe usted acerca de los recursos y las leyes para ayudar a ahorrar para mi futuro? 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Me siento seguro en la escuela y sé a quien adquirir si me siento acosado? * • ¿Sabe usted qué hacer y a quién contactar si está preocupado por mi seguridad en la escuela? • ¿Sabe usted acerca de las garantías procesales y lo que significa para mí y para usted como mi defensor? • Si soy propenso a deambular, has educado a otros sobre cómo mantener a salvo o qué hacer? ¿Has mirado en los recursos que me ayuden a mantenerme a salvo? • ¿Está ayudando a aprender sobre el peligro de los extraños, y en quién puedo confiar? * • ¿Me estás ayudando a aprender cómo y cuándo llamar para pedir ayuda? * • ¿Está ayudando a aprender no hacer daño a mí mismo o a otros? • ¿Mantiene amigos, familia, vecinos, personal de la escuela y socorristas locales actualizan en la medida de mis necesidades cambian?
--	--	--



Transición
Al darse cuenta de la escuela está por terminar





Vida Diaria

- ¿Tengo un plan para lo que haré cuando me gradúe? ¿Usted ha ayudado a entender lo que se quiere decir, graduación para mí y lo que todas mis opciones son? *
- ¿Qué voy a hacer durante el día cuando no estoy en la escuela o el trabajo? *
- ¿Cuáles son las cosas que realmente me gusta hacer o quiero hacer? *
- ¿Puedo convertir un interés mío en una forma de obtener ingresos o iniciar mi propio negocio? *
- ¿Quién me puede ayudar a conseguir un trabajo o iniciar mi propio business? *
- ¿Ha hablado conmigo de asistir a la universidad? ¿Conseguir un trabajo?
- ¿Hemos visitado con un centro de programas de rehabilitación o servicios de discapacidad profesional en mi universidad local para ver lo que tienen que ofrecer?
- ¿Estoy en lista de espera para los servicios que pueda necesitar después de mi graduación?
- ¿Usted me ayudó a crear un plan de transición que es verdaderamente individualizado y me prepara para la vida adulta después de que termine la escuela? *
- ¿Mi plan de transición incluye el trabajo o experiencia como voluntario, y la práctica de cómo buscar un trabajo, conseguir un trabajo y mantener un empleo? *
- ¿Qué habilidades diarias para la vida independiente estoy trabajando en la escuela como parte de mi plan de transición? *



Vida Diaria

- ¿Mi experiencia de trabajo de transición balanceado de mi plan, habilidades sociales y académicos de acuerdo a mis necesidades, deseos y capacidades?
- ¿Qué tipo de soportes necesitaré durante el día, que proporcionará los apoyos necesarios, y cómo esta capacidad de las finanzas de impacto o otros miembros de la familia a trabajar?
- ¿Está ayudando a aprender cómo aplicar para un trabajo y empezar a ganar experiencia en puestos de trabajo que me interesan? *
- ¿Me está ayudando a explorar la tecnología de asistencia que ayude con el aprendizaje de empleo y de vida adulta habilidades?
- ¿Estoy aprendiendo sobre los diferentes roles de las personas tienen en la vida y la forma en que están conectados? *
- ¿Está ayudando a entender que lo mejor de mí en la escuela y ser responsable le ayudará a conseguir un trabajo que me gusta algunos días? *
- ¿Tengo responsabilidades en el hogar, la escuela o en la comunidad? *
- ¿Qué estamos haciendo en casa para prepararse para la vida adulta? ¿Me está enseñando habilidades de la vida cotidiana, como la preparación de comidas, lavar la ropa, etc.? *



Viviendo en La Comunidad

- ¿Ha hablado conmigo acerca de dónde podría quiero vivir después de que termine la escuela/cuando yo sea un adulto? *
- ¿Usted me ha ayudado a explorar todas mis opciones de vivienda, a sabiendas de las listas de espera para viviendas accesible y asequible puede ser largo?
- ¿Usted ha ayudado a averiguar qué apoyos que tendrá que seguir viviendo, ya sea en casa o salir? *
- ¿Mis organización de la vida me permite ser solo mas independiente posible, pero aún así estar seguro y apoyado? *
- ¿Qué consigo la oportunidad de aprender y practicar habilidades que necesitaré para vivir en otros lugares?
- Si voy a la universidad o tomar clases de la universidad, voy a vivir en los dormitorios, en casa, o en otro lugar? ¿Qué apoyos necesitaré para asegurar tengo éxito?
- ¿Qué apoyo podría necesitar para vivir fuera de casa para asistir a la universidad?
- ¿Cómo me voy a ir a lugares alrededor? ¿Vivo en el interior de una zona de ADA para el transporte público? ¿Califico para los servicios de transporte informal? Sé cómo montar un autobús?
- ¿Sé cómo llegar a los lugares de mi comunidad (en auto, autobús, taxi, etc.)?
- ¿Estoy aprendiendo acerca de las personas y lugares nuevos para agrandar mi mundo y las expectativas? *



Transición

Al darse cuenta de la escuela está por terminar



Social



Vida Saludable



Los Servicios y Apoyos

- ¿Me está proporcionando la oportunidad de explorar el empleo, la vivienda, la universidad y programas de recreación de la comunidad en mi comunidad mucho antes de la graduación de la escuela secundaria mediante la utilización de nuestra propia red de familiares y amigos?
- ¿Qué oportunidades tengo para hacer nuevos amigos en la escuela y en la comunidad? *
- ¿Cómo me están ayudando a construir relaciones duraderas fuera de nuestro círculo familiar? *
- ¿Cómo me voy a mantener y hacer nuevas amistades cuando me gradúe?
- ¿Me están ayudando a usar los medios sociales con seguridad que deben incluirse y hacer o mantener el contacto con amigos? *
- ¿Tengo la oportunidad de hacer lo que otros jóvenes para divertirse? *
- ¿Qué tipo de actividades extra-curriculares podría yo participar o intentar? *
- ¿Estoy saliendo o comenzar a pensar acerca de las citas románticas? *
- ¿Me está enseñando sobre el sexo y la intimidad? *
- ¿Ha hablado conmigo sobre los límites sexuales y protección en el sexo? *
- ¿Cuándo se debes ayudarme a empezar a buscar médicos y especialistas que se centran en los adultos y qué es lo que necesito saber sobre el proceso para que pueda participar en la elección de mis propios profesionales de la salud? *
- ¿Qué tareas relacionadas con la salud puedo empezar a ayudar con o hacer por mí mismo? *
- ¿Estás ayudando me a saber los síntomas, disparadores, y efectos secundarios de mi discapacidad o cuidado de la salud y la necesidad de cómo obtener ayuda? *
- ¿Estás ayudando me a aprender cómo hablar de mi discapacidad o necesidades de cuidado de la salud con los demás? *
- ¿Pueden algunos de mis terapias ser reemplazado con actividades físicas regulares tales como trabajar en un gimnasio, el uso de una cinta de correr o elíptica, o hacer ejercicios aeróbicos?
- ¿Está ayudando a prepararme y entender la pubertad? *
- ¿Me siento cómodo preguntándole a usted o adultos de confianza sobre los cambios en mi cuerpo cuando sea adulto? *
- ¿Ha hablado conmigo acerca de los métodos anticonceptivos/salud reproductiva? *
- ¿Cómo puedo encontrar proveedores de salud de los adultos que menores de soportar mi discapacidad y las necesidades de atención médica especial, ya sea grande?
- ¿Está ayudando me a explorar si quiero a unirme a un grupo de auto-promoción? *
- ¿Estoy aprendiendo habilidades de autodefensa en el hogar y en la escuela? *
- Estoy haciendo elecciones y decisiones por mí mismo con el apoyo de la familia, maestros y otras personas en mi vida? *
- Teniendo en cuenta mis habilidades, estás dando un paso atrás y permitir que haga mis propias decisiones sobre mi vida (con el apoyo, según sea necesario)? *
- ¿Qué medidas está tomando específicamente para que yo pueda empezar a controlar mi vida? *
- ¿Qué habilidades/información se necesita para ayudar a aprender a tomar decisiones y tomar el control de mi propia vida? *
- ¿Qué niveles crecientes de participación puede asumir que (es decir: las reuniones del IEP) y qué habilidades se necesitan? *
- ¿Está ayudando a aprender cómo compartir mis metas, sueños y esperanzas en las reuniones de apoyo educativos y otros? *
- ¿Estás comenzando a mí ver como un adulto? *
- ¿Estamos conectados con otras familias que han experimentado o están experimentando la transición?



Transición

Al darse cuenta de la escuela está por terminar





Los Servicios y Apoyos

- ¿Qué apoyo o ayuda financiera está disponible para mí, y al ser un adulto?
- ¿Quién pagará por mis servicios y apoyos cuando ya no estoy en la escuela?
- ¿Voy a calificar para Medicaid y/o Medicare como un adulto?
- Si estoy solicitando SSI a los 18 años, ¿necesito un representante de beneficiario?
- Si consigo un trabajo, cómo podrían esos beneficios afectar mi capacidad futura para obtener ingresos?
- Me va a cubrir el seguro de salud en la edad adulta? Si no es así, cómo voy a obtener cobertura de seguro?
- ¿Tengo un suplemento de fideicomiso para necesidades especiales?
- Si quiero ir a la universidad, estás ayudando a encontrar becas o otras fuentes de financiación? *
- ¿Me está ayudando a aprender a tomar el control de mi dinero y gestionar mis servicios y apoyos? *



Los Servicios y Apoyos

- Tendrían una cuenta bancaria limitada o conjunta, pago automático o una tarjeta de débito me ayudará a aprender habilidades de manejo de dinero? *
- ¿Sabe usted que la transición de la escuela a la vida adulta será uno de mis grandes cambios en mi vida y los retos, y que necesitará como mi abogado que me ayude a continuar la lucha por los servicios y apoyos que tendrá que vivir mi vida como independientemente como sea posible?
- ¿Qué tipo de comunidad (no basados en soportes de elegibilidad) puede ayudar ahora y en la edad adulta (por ejemplo, el transporte público)?
- ¿Usted me está enseñando a pedir alojamiento para mi aprendizaje y/o limitaciones físicas cuando los necesito? *
- ¿Hemos suscrito para recibir evaluaciones, servicios o apoyos que puede ser necesario que un adulto, sabiendo que las listas de espera para las evaluaciones y servicios pueden ser muy largos?



Seguridad y Protección

- ¿Me está ayudando a conseguir la formación y conocimientos sobre cuestiones de seguridad y protección? *
- ¿Cómo se está asegurando que estoy a salvo en diversos entornos?
- Sé cuándo y cómo pedir ayuda en el hogar o en la comunidad? *
- Ambos entendemos los aspectos jurídicos de cuando cumpla 18 años y se convirtió oficialmente en un adulto a los ojos de la ley?
- Se está preguntando si voy a necesitar la tutela cuando cumpla 18 años?
- ¿Sabe usted acerca de las cosas que puede hacer para ayudar a mantener a salvo sin obtener tutela?
- ¿Está explorando alternativas como guardian, de como tomar decisiones con el apoyo, por lo que puede retener mi derecho a tomar mis propias decisiones? *
- ¿Mi plan de transición incluyen las habilidades de aprendizaje que me ayudará a ser mi propia persona? *
- ¿Qué habilidades y capacidades estoy aprendiendo y practicando ahora, así que puede que no necesite un tutor, siempre que cumpla los 18? *



Transición
Al darse cuenta de la escuela está por terminar



Algunas ideas, opciones y términos que pueden querer investigar juntos por donde pueda vivir, o cómo podría pasar mi tiempo después de mi graduación:

Empleo

- Microempresa
- Competitivo, el empleo integrado
- El empleo con apoyo
- Empleo Primero
- Los equipos de trabajo
- Enclaves
- Taller protegido
- ERC = Centro de Recursos de Empleo
- Entrenador de empleo

Educación Post Secundaria / Colegio

- RDC = Centro de Recursos para la Discapacidad
- Camino hacia la independencia

Alojamiento

- Independiente apoyado de estar
- Los hogares de grupo
- Supervisión las 24 horas
- La vivienda accesible
- Sección 8 de vivienda
- CIL = de Centros para la Vida Independiente

Vivir en la Comunidad

- En casa frente a las terapias basadas en la comunidad
- Dinero sigue a la persona
- Sistemas de soportes
- Servicios Basados en HCBS = Hogar y la Comunidad

Tomar Decisiones

- Beneficiario designado
- Cuenta bancaria Limited / conjunta
- Completa vs. tutela parcial
- Toma de decisiones apoyadas
- Fideicomiso de Necesidades Especiales
- Poder de abogado
- Ley ABLE
- Soportes auto-dirigidos



Edad Adulta

Vivir la vida como un adulto



Vida Diaria

- ¿Sé cómo encontrar la manera de seguir aprendiendo en mi trabajo, a través del voluntariado, en la comunidad, o con amistades? *
- ¿Qué adaptaciones y apoyos están disponibles para ayudarme con mis actividades diarias o de rutina?
- ¿Sé cómo hacerlo, o hay alguien que me ayude con tareas tales como la planificación de comidas, cocinar o hacer las compras? *
- ¿Sé cómo encontrar o pedir ayuda cuando lo necesito en mi vida



Viviendo en La Comunidad

- Dondequiera que estoy viviendo, estoy en control de contratar/despedir a mi personal? *
- ¿Cómo estoy siendo apoyado haber valorado papeles en mi comunidad?
- ¿Cómo llego torno a los lugares que necesita o quiere ir?
- ¿Quiero participar en el compromiso cívico o de liderazgo? *



Promoción y Apoyo a la Familia



Social

- ¿Qué puedo hacer yo en la comunidad para la diversión y la amistad? *
- ¿Cómo voy a mantener viejas amistades y hacer otras nuevas?
- ¿Cómo puedo usar los medios sociales para hacer y mantener amistades y relaciones?
- ¿Tengo amigos con y sin discapacidad? *
- ¿Tengo amigos que compartirán la toma de decisiones acerca de lo que hablamos y hacemos juntos? *

diaria? *

- Estoy haciendo la mayor parte de mis propias decisiones de vida o asumir la responsabilidad de los resultados? *
- ¿Soy capaz de ser asertivo sin ser agresivo? *
- ¿Usted y otros a entienden lo que quiero y lo que es importante para mí? *
- ¿Cómo entendemos y recursos de apoyo disponibles para mí y nuestra familia?
- ¿Sé cómo dirigir un equipo de apoyo, identificar mis metas y los objetivos del plan de vida y compartir mi visión con los demás? *
- ¿Son otros miembros de la familia conseguir más viejo y con necesidad de apoyos?

- ¿Me relaciono bien con los demás por ser un buen oyente y expresarme?
- ¿Cómo estoy explorando o desarrollando mis intereses o encontrar uno nuevo? *
- ¿Estoy haciendo las mismas cosas que a otros compañeros de la misma edad?
- ¿Qué tipo de relaciones tengo en mi vida?
- ¿Dónde/cómo puedo encontrar a alguien para conocer románticamente?
- ¿Voy a casarme o tener una familia? *
- ¿Voy a ir de vacaciones solo o con la familia o amigos? *



Vida Saludable



Los Servicios y Apoyos



Seguridad y Protección

Edad Adulta

Vivir la vida como un adulto



- | | | |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • ¿Quién más entiende mis necesidades médicas e información? • ¿Cuándo sere elegible para mi propia cobertura de seguro de salud? * • ¿Estoy siendo apoyados para ayudar con la gestión de mis propios medicamentos, hablar con mis médicos y otros profesionales de la medicina, y participar en la toma de decisiones médicas y de salud? * • ¿Me dan exámenes físicos regulares y exámenes de rutina, tales como mamografías, chequeos de próstata y de control de la presión arterial? • ¿Estoy siendo apoyado a comer saludable y hacer actividad física? * • ¿Mi salud reproductiva esta siendo cuidada? • ¿Practico el sexo seguro y/o debería usar un método anticonceptivo? * • ¿Entiendo los riesgos para la salud de los comportamientos tales como fumar, consumo excesivo de alcohol o el consumo de drogas ilegales? * | <ul style="list-style-type: none"> • ¿Puedo pagar por mis propios gastos de vida? * • Si no, dónde puedo obtener asistencia o hacer más dinero? • ¿Mi rendimientos del trabajo o de otras fuentes de sobrepasar los límites de beneficios? • ¿Cuánto dinero puedo gastar en actividades sociales y recreativas? • ¿Necesito un plan de Fiduciario Especial en lugar de "extras" que los beneficios no cubren? • ¿Conoce dónde ir para crear las necesidades de mis Fiduciario Especial? ¿Tiene que poner dinero en el fideicomiso de inmediato? • ¿Usted también necesita un fideicomiso o de voluntad por sí mismo? • ¿Una cuenta bancaria limitada o conjunta, pago automático de facturas, o una tarjeta de débito que me ayude con el control de mi propio dinero? * • ¿Entiendo mis derechos y responsabilidades cuando se trata de lidiar con los proveedores, agencias y otras fuentes de apoyo? * | <ul style="list-style-type: none"> • Si vivo en mi propia casa o apartamento, hay apoya en el lugar que me ayude a mantener a salvo? • ¿Entiendo que debo y no debo entrar en mi casa (por ejemplo: extraños, reparadores/trabajadores de servicios públicos, etc.)? * • ¿Sé a quién llamar si no me siento seguro o necesito ayuda? * • ¿Existe la tecnología de asistencia que me puede ayudar a mantener a salvo en mi casa y en la comunidad? • ¿Puedo estar en casa solo o acceder a la comunidad sin ayuda? Si no es así, qué tipo de apoyos necesito? • ¿Qué debo hacer si estoy siendo abusado mi compañero/a, personal de apoyo significativo o alguien con quien yo vivo? |
|---|--|---|



Envejecimiento

El envejecimiento y la preparación para la final de la vida



 Vida Diaria	 Viviendo en La Comunidad	 Social
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué apoyos necesito para seguir viviendo lo mas independientemente posible en mi propia casa y de la comunidad a medida que envejezco? • ¿Hay recursos de la comunidad para las personas mayores que pueden utilizar, como Meals on Wheels o asistencia de limpieza? • Si todavía estoy viviendo en casa con usted, que es lo que sucederá cuando se muera - donde voy a vivir, y con quién? • Puedo retirarme? * • ¿Qué voy a hacer para mantener ocupado si me retiro? • ¿Cómo puede ayudarme la tecnología a vivir lo más independientemente posible? • ¿He da a conocer mi voluntad y deseos de vida? 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué adaptaciones o otras opciones de vida-hogar están disponibles para ayudarme a que me quede en mi casa y en la comunidad a medida que envejezco? * • ¿Cómo puedo recibir apoyo para la edad en su lugar? • ¿Qué modificaciones deben hacerse a mi casa para dar cabida a las barreras de la edad? • ¿Hay recursos de "tercera edad" en mi comunidad (centro de ancianos, transporte, comidas a domicilio, etc.)? 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué oportunidades tengo que para hacer y/o mantener amistades? * • ¿Tengo amigos apropiados para mi edad (en mismas edades) que comparten intereses similares? • ¿Qué aficiones o intereses ¿Estoy persiguiendo en mi tiempo libre? * • ¿Puedo ir a un centro de ancianos en las inmediaciones de las actividades sociales? • ¿Es necesario un apoyo adicional para participar plenamente en mi comunidad como estoy envejeciendo?
	<div data-bbox="599 1012 683 1092" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="699 1012 1008 1073">Promoción y Apoyo a la Familia</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Quién va a "estar ahí" para mí cuando mis padres han muerto? • ¿Mis familiares y otros soportadores conocedores de las cosas que son importantes para mí? • ¿Ha dejado un "mapa" en la forma en que me apoyen mejor cuando ya no soy capaz? • ¿Quién me va a apoyar emocionalmente cuando un miembro de la familia o amigo cercano fallece? 	



Envejecimiento

El envejecimiento y la preparación para la final de la vida



Vida Saludable



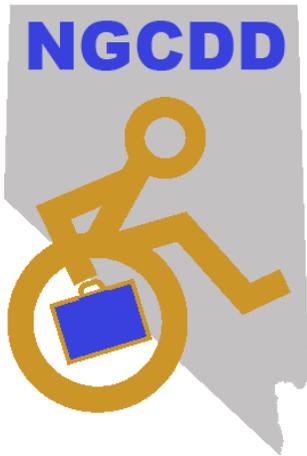
Los Servicios y Apoyos



Seguridad y Protección

- | | | |
|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • ¿Quién más entiende mis necesidades médicas y está disponible si necesito ayuda para comunicar esas necesidades a los demás? • ¿Son mis soportadores tanto de forma como algunos medicamentos pueden afectar a una persona mayor de otra manera? • ¿Estoy comiendo comidas y bocadillos saludables? • ¿Estoy participando en actividades físicas lo mas posible? • ¿Quién me ayudará a crear una voluntad y expresar mis deseos de instrucciones médicas? * | <ul style="list-style-type: none"> • ¿Necesito ayuda con el presupuesto o el pago de facturas? • ¿Qué tipo de beneficios tengo o podría calificar para ayudarme y apoyar a mí mismo? • ¿Tengo un plan de entierro y arreglos de prepago en su lugar? • ¿Quién va a hacer mis arreglos finales (especialmente si mis padres o la familia inmediata ya han fallecido)? • ¿Quién va a manejar mis gastos finales y liquidar mi patrimonio? | <ul style="list-style-type: none"> • ¿Hay cosas que me pasa, como la demencia, sumándose a la preocupación por mi seguridad? • ¿Estoy en peligro de caerme o de otros peligros? • ¿Hay modificaciones en el hogar que ayudarán a que este a salvo? • ¿Existe la tecnología de asistencia que ayudará a que me quede segura a medida que envejezco? • ¿Qué apoyo necesito para estar en su lugar para continuar viviendo en mi propio entorno del hogar/comunidad? * • ¿Cuáles son mis derechos y protecciones legales a medida que envejezco? • ¿Dónde voy a encontrar? • ¿Tengo documentación legal de mis deseos final de la vida? * |
|---|--|--|

Notas



Consejo del Gobernador de Nevada de Discapacidades del Desarrollo
896 W. Nye Lane, Suite # 202, Carson City, NV 89703
Teléfono: 775-684-8619 www.nevadaddcouncil.org

Traducido a través de una asociación con Easter Seals Nevada.
Teléfono: 702-870-7050 www.easterseals.com/nevada



Para otros recursos sobre Trazando la visita Curso de la Vida:
www.mofamilytofamily.org