

Promover la Vida Independiente mientras todavía está en la Escuela



Hay muchos aspectos a considerar de la independencia de una persona joven con una discapacidad y miembros de la familia. La independencia puede ser definida como la capacidad de decidir cómo una persona quiere vivir, participar y el acceso de recursos de la comunidad, así como el nivel de apoyos que una persona puede necesitar para tener éxito.

Se anima ya a los 14 años, los jóvenes y las familias para mirar programas disponibles en la escuela. Tales programas incluyen cursos, actividades en la escuela, y servicios relacionados para los cuales tiene derecho el estudiante.

Los siguientes son ejemplos de actividades a tener en cuenta con su hijo / hija.



Actividades en la Escuela

- Participar en actividades escolares, tales como clubes, deportes y voluntariado en la comunidad
- Tomar cursos tales como la preparación de alimentos, cuidado de niños/planificación familiar, tecnología y la administración de dinero
- Participar en ferias de transición que destacan los recursos de vida independiente y el acceso a los recursos necesarios
- Explorar las posibilidades de formación de viajes comunitarios
- Explorar los dispositivos de tecnología de asistencia que promuevan la inclusión
- Conectar con los proveedores de servicios de agencias comunitarias (es decir OVR, OMH/ID*)
- Explorar el entrenamiento de habilidades sociales



Actividades en el Hogar

- Terminar tareas tales como limpieza, preparación de alimentos y lavandería
- Tener acceso a medios sociales responsablemente para mantenerse informado y conectado con otros
- Discuta cómo y cuándo usar el 911 y otros servicios de emergencia
- Mantener un presupuesto personal
- Aprender acerca de condiciones médica que pueda tener, medicamentos que pueda estar tomando actualmente, y conectar con proveedores del cuidado de la salud
- Promover actividades que fomenten la independencia, tales como mantener un programa y escoger alimentos, ropa y actividades recreativas
- Promover la auto-defensa y decir lo que piensas de tus propias necesidades en varias



Actividades en la Comunidad

- Explorar opciones de transporte comunitario
- Obtenga acceso a actividades ciudadanas tales como registro de votantes y/o solicite una licencia de manejo si puede
- Abra una cuenta bancaria a través de una institución financiera local
- Explore los proveedores de servicios comunitarios (es decir OVR, OMH/ID*)
- Certifíquese en Primeros Auxilios y Seguridad
- Localice hospitales, farmacias e instalaciones de emergencia dentro de la comunidad
- Asista a reuniones del gobierno local o municipal

Recursos (Sitios Web): Promover la Vida Independiente mientras Aún está en la Escuela

El ARC de Pennsylvania – http://www.thearcpa.org	Instrumentos para la Transición a la Secundaria PYLN - http://tinyurl.com/q7b2p9h
Transición a la Secundaria de PA– http://www.secondarytransition.org	Planeación de la Vida Completa - http://rtc.umn.edu/docs/pcpmanual1.pdf
Centros para la Vida Independiente de Pennsylvania - http://tinyurl.com/jgzx6zo	Centro para Aprendizaje Zarrow - http://tinyurl.com/zy9mvjy
Lista de Verificación para la Planeación del Futuro - http://tinyurl.com/njzqumm	(Nota*: OVR – Oficina de Rehabilitación Vocacional; OMH/DS/ID – Oficina de Discapacidades de Salud Mental /Intelectual)

