












Explorar las posibilidades de la vida

Hay muchas opciones para vivir, trabajar y jugar en una comunidad. Lo que se consideraba excelente hace 30 años posiblemente no sea adecuado para la visión actual de la calidad de vida en la comunidad. Esta herramienta está diseñada para ayudar a los individuos y sus familias a analizar distintas opciones en distintos ámbitos de la vida. Algunas de ellas son tradicionales o históricas y, sin embargo, han dejado de ser las preferidas; otras son conocidas y comprobadas, pero no necesariamente populares; y otras son nuevas o desconocidas para los individuos, las familias y los profesionales.

	 Vida cotidiana y empleo	 Vida en la comunidad	 Vida social y espiritual	 Vida saludable	 Seguridad	 Ciudadanía y representación	 Fuentes de apoyo para la familia	 Ayuda y servicios
Opciones de vida innovadoras	Ideas nuevas, cosas que alguien ha probado y usted replica o adapta a sus necesidades, cosas que nadie ha pensado o probado.							
	<ul style="list-style-type: none"> • Microemprendimientos • Carreras profesionales • Empleo competitivo • Universidad o escuela técnica • Empleo asistido • Cuadrillas o enclaves • Capacitadores laborales • Voluntariado • Programas universitarios especiales 	<ul style="list-style-type: none"> • Cooperativas • Espacio habitable adaptado • Tecnología ambiental • Residencias compartidas • Transporte público • Vida autónoma asistida (ISL) • Programa Home of Your Own • Centro de vida independiente 	<ul style="list-style-type: none"> • Amistades • Citas/ relaciones • Parques y esparcimiento • Grupos religiosos abiertos • Asociaciones filantrópicas/ grupos sociales • Olimpiadas especiales • Pases especiales • Clases de habilidades sociales 	<ul style="list-style-type: none"> • Gimnasios • Centros de salud comunitarios • Ferias de salud • Proveedores de medicina familiar • Terapias en el hogar o la comunidad • Terapias implementadas por familiares o personal de la escuela • Olimpiadas especiales 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuenta bancaria limitada o compartida, pago automático de facturas, contrato personal, contrato de representación • Dispositivos de seguridad personal • Tutela limitada • Supervisión remota • Fideicomiso para personas con necesidades especiales • Poder notarial 	<ul style="list-style-type: none"> • Votar • Grupos u organizaciones de vecindario • Autorrepresentación • Visitar a su legislador • People First/SABE • Día de los Derechos de los Discapacitados en el Capitolio • Proyecto STIR 	<ul style="list-style-type: none"> • Redes sociales • Tecnología • Blogs • Familiares y amigos • Apoyo de los pares/P2P • Grupos locales de ayuda cara a cara • Grupos de ayuda en línea • "Sib-shops" (talleres para hermanos) 	<ul style="list-style-type: none"> • Redes de intercambio • Bancos de tiempo • Cooperativas de servicios humanos • Educación general • Atención autogestionada • Money Follows the Person • Tecnología/ supervisión remota
	Opciones de vida tradicionales	<ul style="list-style-type: none"> • Talleres de trabajo protegido • Rehabilitación diurna 	<ul style="list-style-type: none"> • Instituciones • Centros de cuidados intermedios (ICF) • Hogares comunitarios 	<ul style="list-style-type: none"> • Servicio religioso independiente o especial • Salidas y actividades grupales especiales 	<ul style="list-style-type: none"> • Terapias enfocadas (fisioterapia, terapia ocupacional, terapia del habla, etc.) • Atención médica especial o institucional 	<ul style="list-style-type: none"> • Tutela plena • Supervisión las 24 horas 	<ul style="list-style-type: none"> • Representante pago o tener alguien que actúe como representante en su nombre 	<ul style="list-style-type: none"> • Grupo de apoyo basado en una institución o un centro • Capacitación intensiva para padres durante todo el día • Grupos específicos para discapacitados

CHARTING the LifeCourse

