

# Cómo crear un perfil en una página

Un perfil en una página capta la información básica pero importante sobre una persona. Se enfoca positivamente en las cualidades y habilidades centrales de una persona. Desarrolle el perfil en una página con su familia, amigos y otros que apoyen al individuo. Personalice el perfil en una página con imágenes, ilustraciones y colores que reflejen a la persona que describe. Llene el perfil en una página lo mejor que pueda, no hay una forma correcta o incorrecta de describir a la persona.

## NOMBRE Y FECHA

Escriba el nombre de la persona a quien pertenezca el perfil en una página. ¡Actualice el perfil anualmente para ver los cambios y el crecimiento de la persona cada año!

## IMAGEN

Ponga una foto actual o use/dibuje un imagen que represente la personalidad de la persona.

## QUÉ LE GUSTA A Y ADMIRA LA GENTE DE MÍ

Incluya información sobre las fortalezas, habilidades y talentos de la persona. Escriba lo que los demás valoran del individuo. ¡Concéntrese en las cualidades positivas y en qué es bueno el individuo!

## QUÉ ES IMPORTANTE PARA MÍ

Mencione todo lo que sea importante para la persona de su propia perspectiva. Cuáles son los pasatiempos o intereses que a la persona le gusta hacer y que la hacen feliz. Qué rutinas en específico son importantes a la persona. Cuáles son algunas cosas que evitar. Escriba lo que sea realmente importante a el individuo, aun si otros no están de acuerdo.

**Mi perfil en una página**

Nombre  
Fecha

Imagen

Qué es importante para mí

Qué le gusta a y admira la gente de mí

Cualidades de quienes me apoyan mejor

Cómo apoyarme para que me mantenga feliz

Arreglo domiciliario

Salud

Autayuda / cuidado personal

Educación/Vocación

Comunicación efectiva

Comunidad/Socialización

## CUALIDADES DE QUIENES ME APOYAN MEJOR

En esta sección, incluya habilidades, personalidades y características de quienes puedan apoyar mejor al individuo. Piense en las personas que lo hacen feliz, con quiénes trabaja bien y quiénes le ayudan a tener un buen día. ¿Cuáles son algunos adjetivos para describir esos apoyos al individuo?

## CÓMO APOYARME PARA QUE ME MANTENGA FELIZ

En esta sección, incluya cosas que son importante para el individuo. Pregúntese qué lo hace sentirse mejor cuando está estresado o triste. Piense en los rituales y rutinas en las diferentes áreas de la vida del individuo, entre ellas, vivienda, salud, conducta, escuela/trabajo, comunidad y seguridad. Piense en lo que los demás deben tener en cuenta.

**Para obtener ayuda para la creación de un perfil de una página**

**Favor de comunicarse con su coordinador de servicios para realizar una referencia a una cita de Planeación Centrada en la Persona 1:1**

### Contactos

**Karen Sibrian: (626) 248-4927 o [kasibrian@elarc.org](mailto:kasibrian@elarc.org)**

**Liz Rodgers: (626) 299-4657 o [lrodgers@elarc.org](mailto:lrodgers@elarc.org)**

# Mi perfil en una página

Imagen


Nombre

Fecha


Qué es importante a mí








Qué le gusta y admira la gente de mí



Cualidades de quienes me apoyan mejor



## Cómo apoyarme para que me mantenga feliz

 <p>Hogar</p>	 <p>Salud</p>	<p>Cuidado personal</p> 
<p>Educación/vocación</p> 	<p>Comunicación efectiva</p> 	<p>Comunidad/socialización</p> 