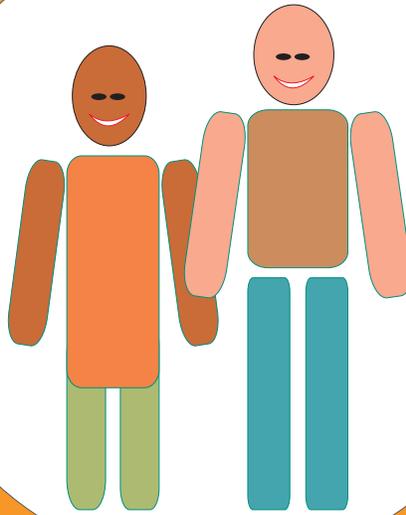


# People First de California

Planifique su Reunión del IPP

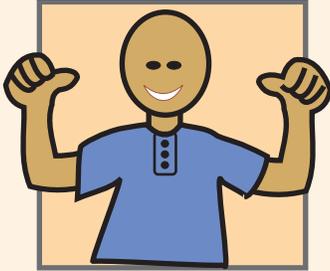


Tome el Control de su Futuro

## La Auto-Determinación y el Sistema del Compañero del Plan del Programa Individual

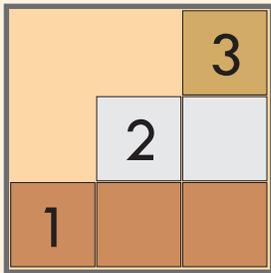


# ÍNDICE



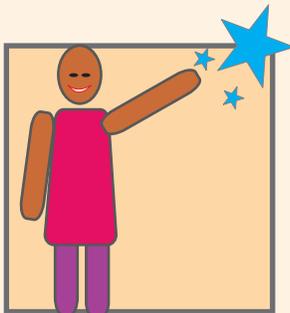
La Auto-Determinación

Páginas 1-6



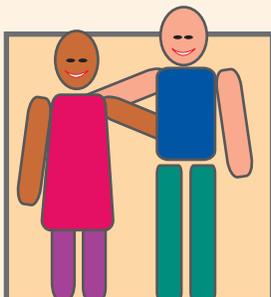
Los Pasos del IPP

Páginas 7-8



Preparar los Objetivos

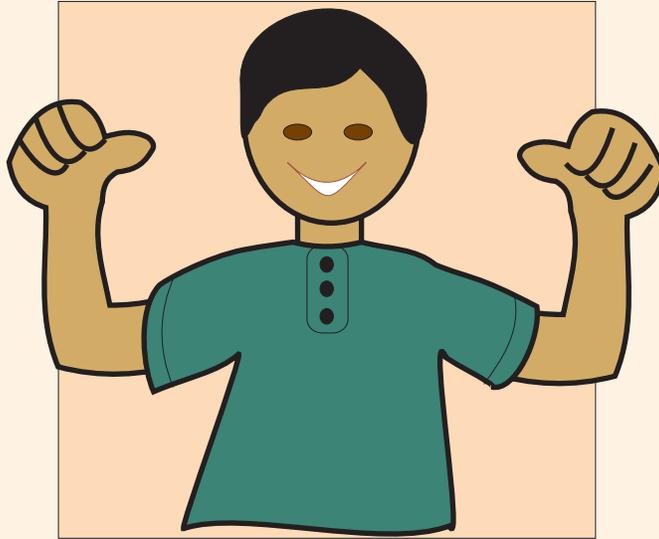
Páginas 9-15



El Compañero del IPP

Páginas 16-23

# LA AUTO-DETERMINACIÓN O LA AUTO-DIRECCIÓN



La Auto-Determinación o la Auto-Dirección es un modo diferente para que los auto-defensores reciban servicios.

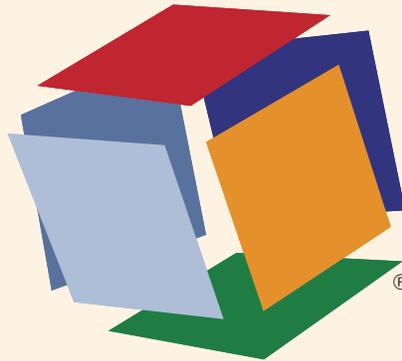
Se usa en muchos lugares del mundo.

# ¿QUÉ ES LA AUTO-DETERMINACIÓN?



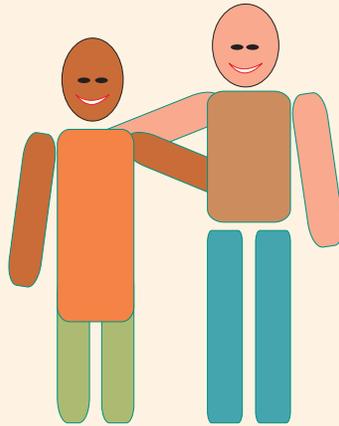
Es un modo de hacerse cargo de la vida presente y del futuro.

# ¿CÓMO FUNCIONA?



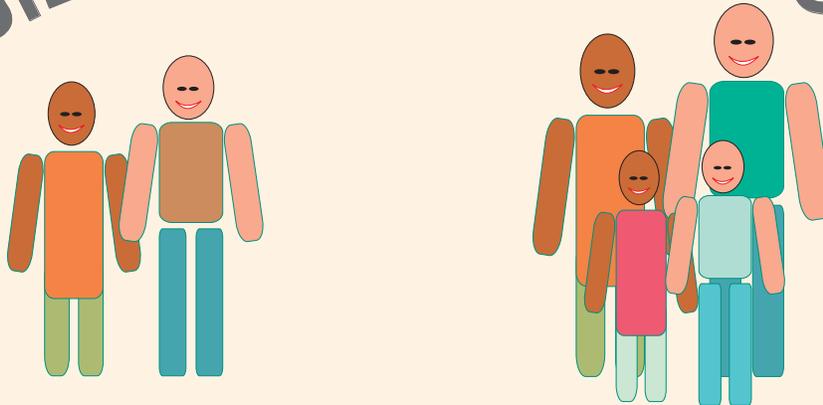
Usted se hace responsable de elegir los servicios y apoyos, y de cómo comprarlos.

## ¿QUIÉN LE AYUDA?



La familia de confianza, los amigos  
y los profesionales

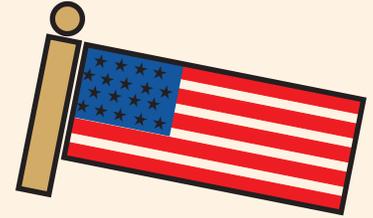
## ¿QUIÉN RECIBE LOS SERVICIOS?



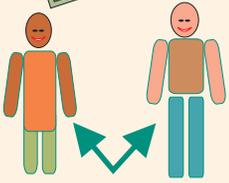
Las personas con discapacidades del  
desarrollo o las familias de los niños  
con discapacidades

# LA AUTODETERMINACIÓN SE TRATA DE LA

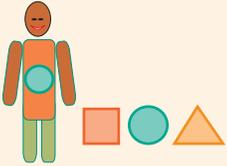
## LIBERTAD



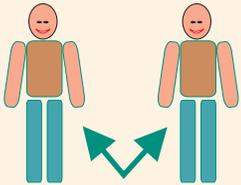
para planificar su propia vida y su propio futuro



para elegir quien le ayuda



para elegir las cosas que usted quiere y necesita



para elegir a sus proveedores de servicios

## AUTORIDAD



para controlar el dinero que paga por los servicios



para que le vean como el líder, la persona a cargo



para tomar sus propias decisiones

# LA AUTO-DETERMINACIÓN SE TRATA DEL

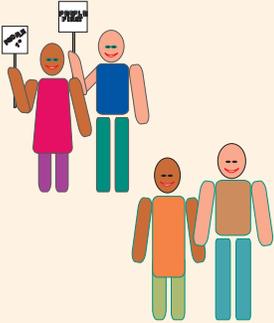
## APOYO



para tener éxito en la vida que elija



para ser un miembro valorado e incluido de su comunidad



para tomar decisiones y planificar su vida

para tener un grupo de personas con las que usted se siente cómodo y que ha elegido para que le ayuden.

## RESPONSABILIDAD



para tomar decisiones sobre su vida



para aceptar el resultado de sus decisiones



para hacer lo mejor posible en la vida, que incluye trabajar



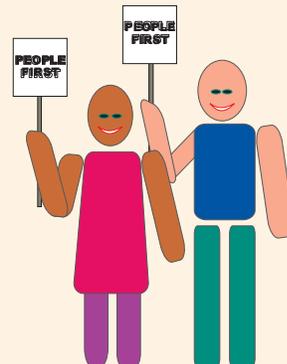
para devolverle a su comunidad



para gastar con inteligencia el dinero del apoyo y los servicios

# LA AUTO-DETERMINACIÓN SE TRATA DE LA

## AUTO-DEFENSA



La auto-defensa es:



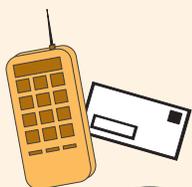
aprender sobre sus responsabilidades y saber cómo defender sus derechos



necesaria para todos



necesaria en la escuela, en la casa y en el trabajo



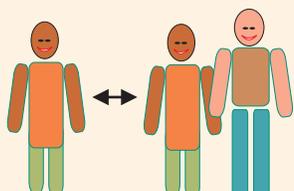
se puede hacer por teléfono, por carta y hablando en público



y se hace cuando los derechos y la libertad de elegir son negados

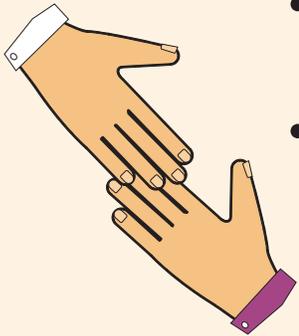


People First es auto-defensa



**Nada sobre nosotros sin nosotros**

## SU PLAN DEL PROGRAMA INDIVIDUAL (IPP) ES:



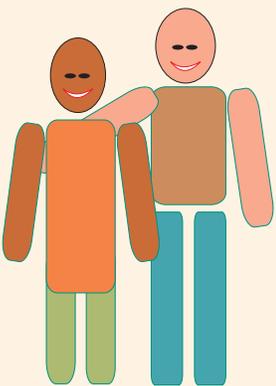
- un acuerdo entre usted y el centro regional
- una lista de sus **necesidades y elecciones** hecha por **USTED** y su equipo del IPP en una reunión que generalmente se realizará una vez al año.

## SU IPP ESCRITO INCLUYE:



- Objetivos
- Servicios
- Apoyo

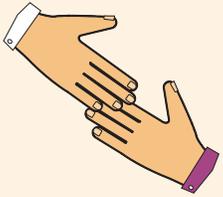
## SU EQUIPO DEL IPP - ¿QUIÉNES SON?



- **USTED:** es el miembro más importante y usted debe estar en la reunión
- Las personas en las que usted confía, que le conocen y para las que usted es importante, como la familia y los amigos. Su Compañero del IPP puede ser parte del equipo.
- Su coordinador del servicio del centro regional: que puede ayudarle a recibir los servicios que usted pide.

## SU IPP: ¿QUÉ SUCEDE?

Este es el momento de :



- Reunirse en un lugar y en un horario que usted elija, por ejemplo en su casa.
- Hablar con su equipo sobre lo que necesita y lo que quiere
- Estar preparado, esta es una reunión muy importante.

## LEER Y ENTENDER SU IPP:

Lea y entienda el IPP antes de firmarlo.

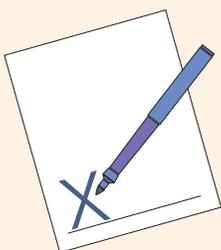


- MI IPP
- Pida una copia
- Léala con un amigo o un miembro de su familia
- Vea si todos los servicios que solicitó están en el IPP
- Decida si usted está de acuerdo con todo lo que dice el IPP

## FIRMAR EL IPP:

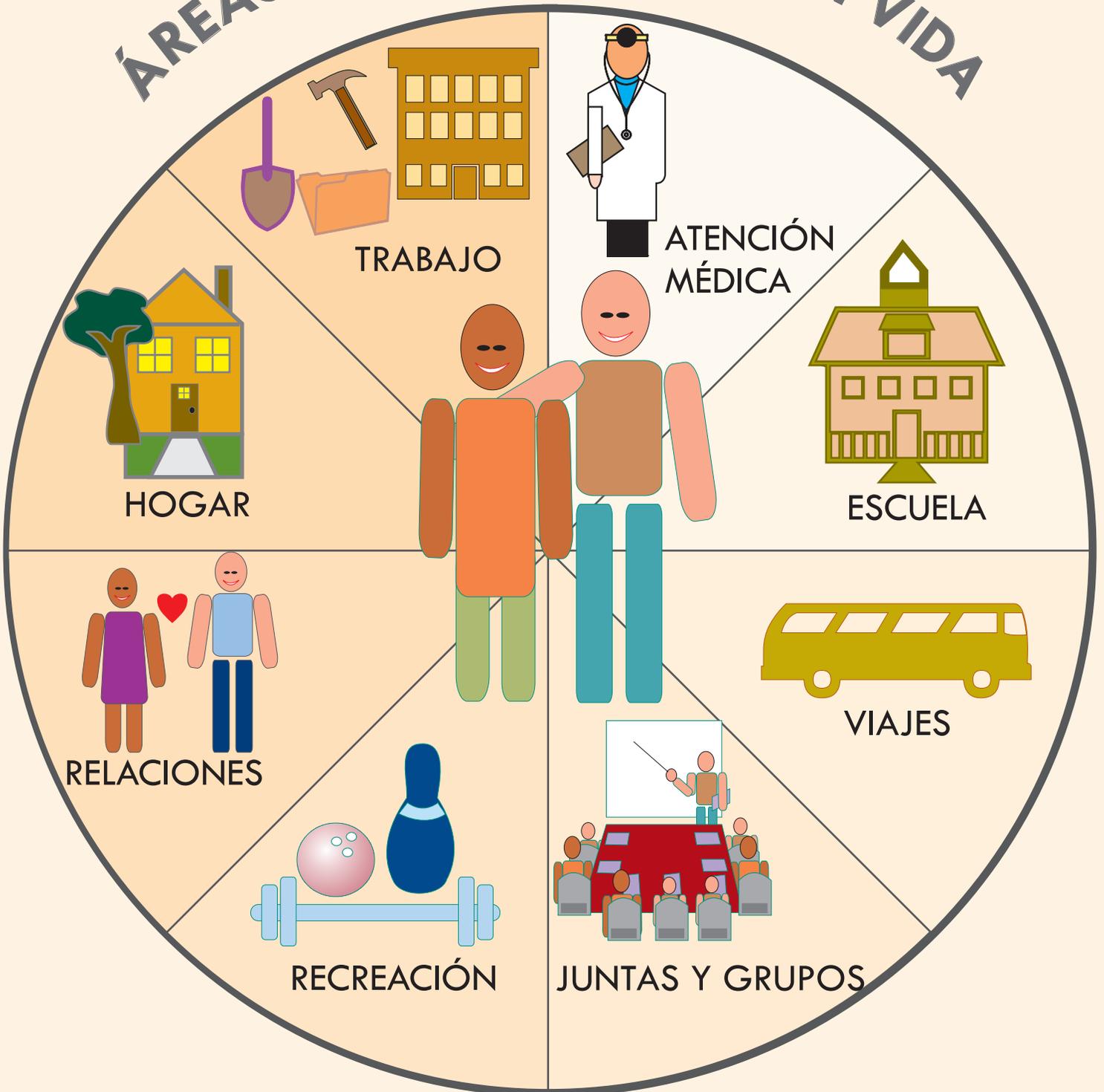
Si firma el IPP significa que está de acuerdo con todo lo que dice. Los servicios no pueden comenzar hasta que usted no firme y regrese su IPP.

Si su IPP no está completo o no está de acuerdo con algo



- Marque aquello con lo que **está de acuerdo**
- Marque aquello con lo que **no está de acuerdo**
- Escriba** aquello que falte
- Haga **otra reunión** para discutir los cambios si fuera necesario
- Haga una copia del IPP **para usted mismo**
- Firme y regrese** el IPP

# POSIBLES ÁREAS IMPORTANTES DE MI VIDA

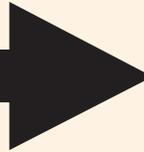


# ¿QUÉ SON LOS OBJETIVOS?



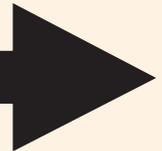
**Un objetivo** es algo que usted quiere o necesita en la vida pero que todavía no lo tiene. Es algo para lo que trabaja y lucha.

Ahora ... 1 año



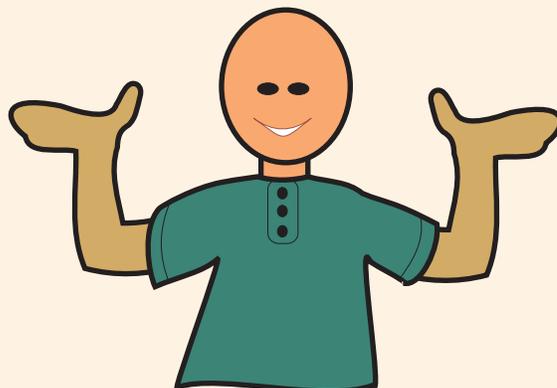
Los **objetivos de “corto plazo”** son cosas que quiere lograr en un año a partir de ahora.

1 año o más



Los **objetivos “de largo plazo”** son las cosas que quiere lograr en un año o más.

¡Es su elección decidir qué quiere o qué necesita en su vida!



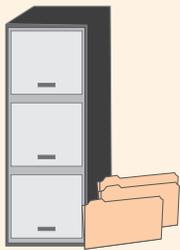
# EJEMPLOS DE OBJETIVOS DE CORTO Y LARGO PLAZO



**AHORA:**



June tiene 28 años de edad y vive en su propio apartamento. Algún día, ella quisiera poder ahorrar el dinero suficiente como para comprar una casa.



A ella le encanta su trabajo de archivera de medio tiempo, pero debe tomar dos autobuses y viajar dos horas para llegar a su trabajo.



Tiene dinero ahorrado suficiente como para hacer un depósito para un departamento nuevo.

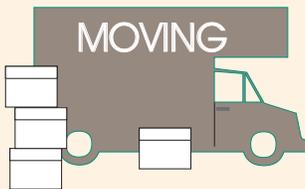
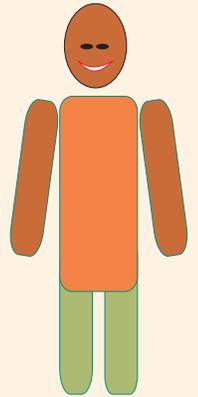


Los medicamentos para las convulsiones que June toma la hacen sentirse con sueño todo el día.



A ella le encanta montar en su bicicleta, pero su bicicleta es vieja y muy difícil de usar.

# LOS CAMBIOS QUE JUNE QUIERE HACER EN SU VIDA



- **Mudarse**

June quiere *mudarse más cerca de su trabajo*.



- **Tomar clases**

Si June *toma clases de computación*, podrá tener un *trabajo de tiempo completo* y un aumento de sueldo.



- **Comprar una casa**

Con más dinero, June podría ahorrar dinero para *comprar una casa*.



- **Controlar los medicamentos**

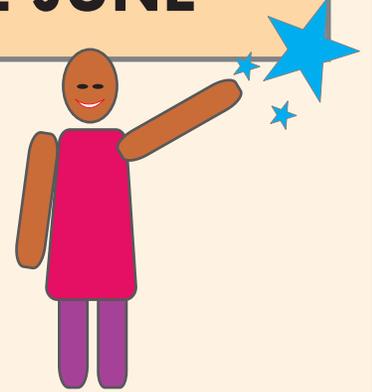
June quiere saber si se pueden *cambiar sus medicamentos*. Ella escuchó que existe un medicamento nuevo que no la hará sentirse con sueño.



- **Asociarse a un club**

Si los medicamentos nuevos funcionan bien, *le gustaría comprarse una bicicleta nueva y asociarse a un club de ciclismo* junto con su compañera de trabajo.

# ÉSTOS SON LOS OBJETIVOS DE JUNE



**Corto plazo:**

Necesito mudarme más cerca de mi trabajo.



**Largo plazo:**

Quiero comprar mi propia casa nueva.



**Corto plazo:**

Quiero tomar clases de computación.



**Largo plazo:**

Quiero un trabajo de tiempo completo.



**Corto plazo:**

Necesito una bicicleta nueva.



**Largo plazo:**

Quiero asociarme a un club local de ciclismo.



**Corto plazo:**

Quiero probar los medicamentos nuevos.



**Largo plazo:**

Quiero reducir mis medicamentos lo más posible.

# CÓMO LOGRAR CADA OBJETIVO

Este es el objetivo de June con respecto a cómo quiere vivir.



**Corto plazo:**

Necesito mudarme más cerca de mi trabajo.



**Largo plazo:**

Quiero comprar mi propia casa nueva.

## Preguntas importantes para responder

1. ¿Cómo **vivo** ahora?

---

2. ¿Qué me **gusta** del lugar en donde vivo?

---

3. ¿Qué **NO me gusta** del lugar en donde vivo?

---

4. ¿Cómo quiero **vivir pronto**? (*Objetivo a corto plazo*)

---

5. ¿Cómo quiero **vivir después**? (*Objetivo a largo plazo*)

---

6. ¿Quién me puede **ayudar** a hacer los cambios que quiero?

---

# ¿CUÁL ES EL MÁS IMPORTANTE PARA USTED?

Dé un puntaje a los objetivos según la importancia que tienen para USTED:

Escriba un (1) al lado del objetivo que es más importante hasta el (5) para el que no es tan importante.



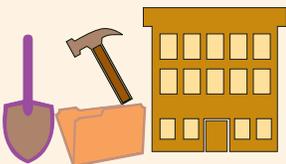
**Corto plazo**  
Hasta un año



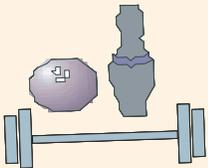
**Largo plazo**  
1 año a 5 años



HOGAR



TRABAJO



RECREACIÓN

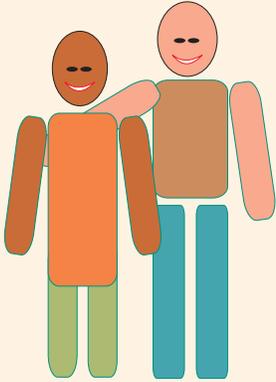


ATENCIÓN MÉDICA



ESCUELA

## EL COMPAÑERO DEL IPP

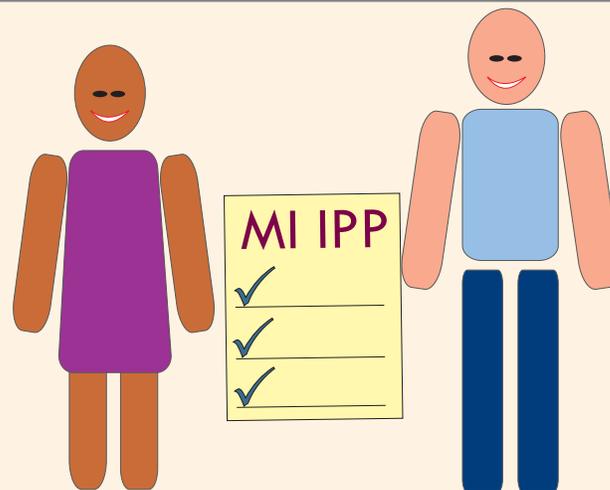


**El Compañero del IPP** es un auto-defensor que apoya a otro auto-defensor.

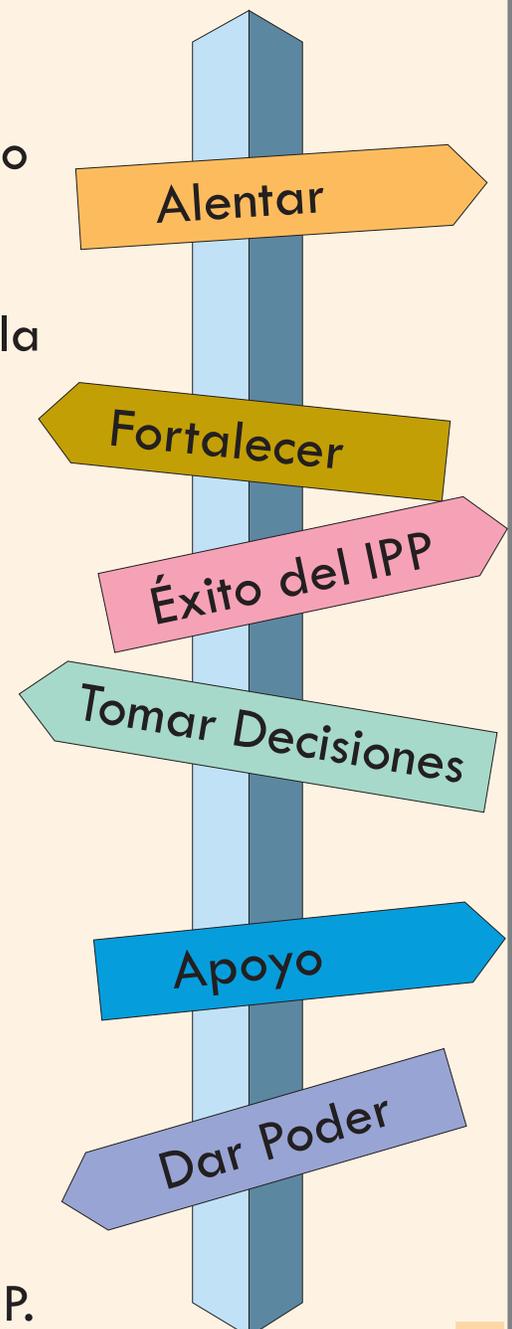


EL Compañero ayuda al auto-defensor a desarrollar habilidades fuertes de defensa para tener un papel activo para decidir qué objetivos se escriben en su plan del IPP.

# OBJETIVOS DEL SISTEMA DEL COMPAÑERO DEL IPP



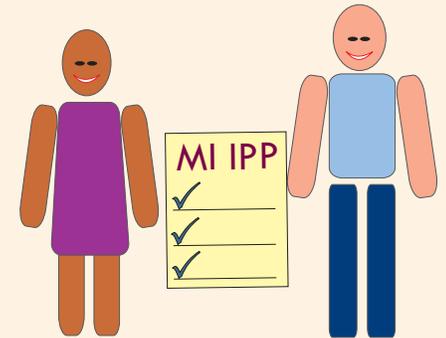
- **Alentar la auto-determinación**, comenzando con el IPP.
- Desarrollar y **fortalecer** las habilidades de la auto-defensa.
- Hacer que el IPP sea una **herramienta más poderosa**.
- Desarrollar las **habilidades** del auto-defensor **para tomar decisiones** sobre los programas y servicios.
- Crear un **grupo de apoyo** de auto defensores que se enseñan y se ayudan entre sí.
- Darles el poder a los **Compañeros del IPP** para que les enseñen a otros auto-defensores el sistema del Compañero del IPP.



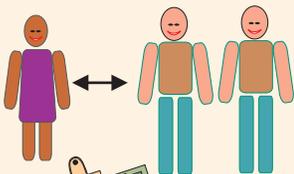
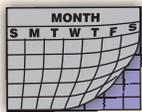
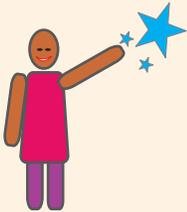
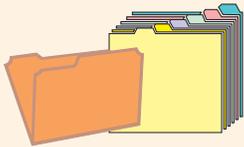
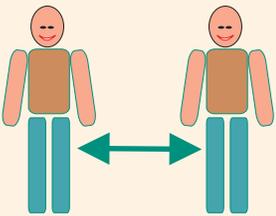
# LA REUNIÓN DEL IPP

## ANTES

Con el auto-defensor,  
un Compañero del IPP:

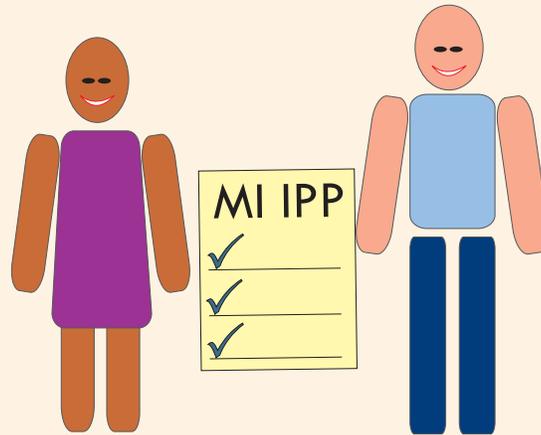


- Llama y se reúne con el Auto-defensor un mes antes de su cumpleaños.
- Habla con el auto-defensor sobre su vida y sus intereses.
- Revisa el plan viejo del IPP.
- Le pregunta al Auto defensor qué objetivos quiere mantener, cambiar o quitar del Plan del IPP.
- Le pregunta qué objetivos nuevos quiere agregar.
- Le ayuda a fijar la fecha, la hora y el lugar de la reunión.
- Le ayuda a seleccionar y a invitar a los miembros del equipo del IPP.
- Concorre a la reunión del IPP.

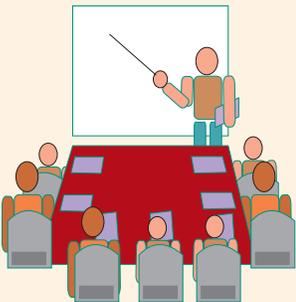


# LA REUNIÓN DEL IPP

## DURANTE



Algunos modos en los que el Compañero puede ayudar:



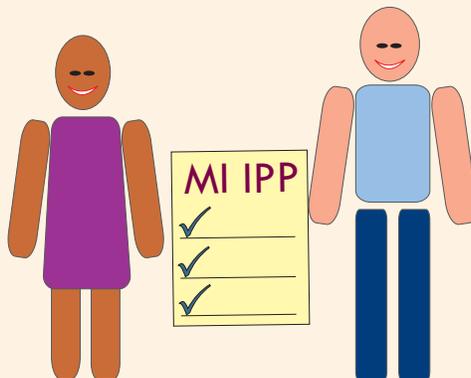
Un compañero alienta al auto-defensor a **ser el líder** de su Reunión del IPP. Sin embargo, el Compañero puede ayudar al Auto-defensor cuando se lo pida.



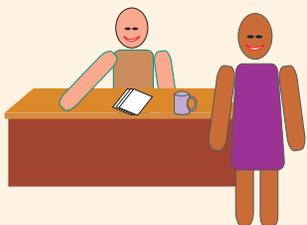
Un Compañero alienta a los miembros del Equipo del IPP a **apoyar** las esperanzas y los sueños del Auto-defensor.

# LA REUNIÓN DEL IPP

## DESPUÉS

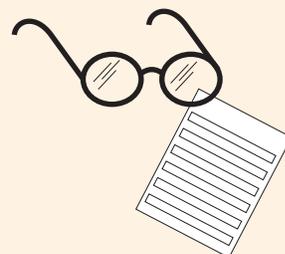


Al apoyar al Auto-defensor para:



- **Evaluar** cómo fue la reunión.

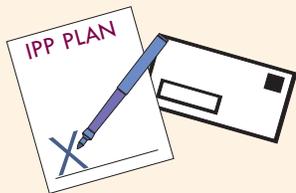
- **Leer** el Plan escrito del IPP.



- Hacer los **cambios necesarios**.



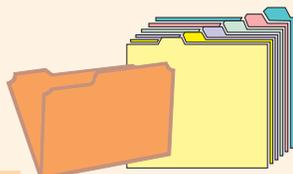
- **Firmar, copiar y enviar por correo** el Plan del IPP al coordinador del servicio.



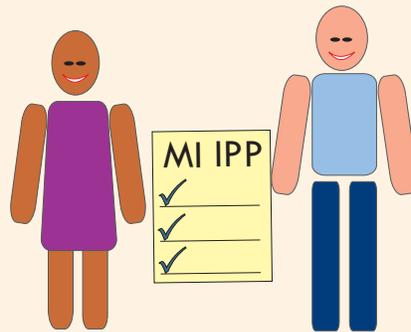
- Pedir una **copia del IPP** que muestre los cambios.



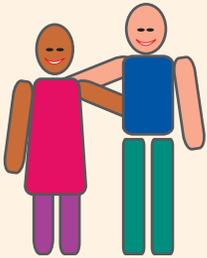
- **Presentar apelaciones** si los servicios que usted necesita y su solicitud son denegados.



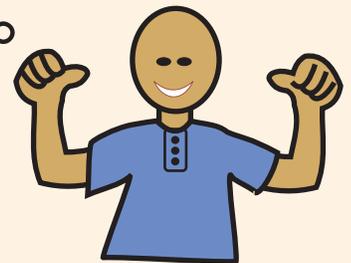
# CUALIDADES IMPORTANTES DE UN COMPAÑERO DEL IPP



## Un compañero del IPP:



- Es un **auto-defensor** fuerte que ayuda a otros a hablar por sí mismos
- Puede **mostrarle** a alguien qué hacer, no sólo decirle qué hacer
- Puede **explicarle** el “Sistema del compañero” del IPP
- Puede **entender** y explicar la Auto-determinación
- **Sabe** y puede explicar el proceso del IPP
- Es un **modelo** positivo del desempeño de un papel



## Un modelo positivo del desempeño de un papel:



- **Hace** los que acuerda hacer
- **Toma** decisiones informadas
- **Comprende** y practica la autodeterminación
- **Habla** por sí mismo/a
- **Lidera** sus propias reuniones del IPP
- **Alienta** una mayor independencia al desarrollar las habilidades de auto defensa
- **Enseña** como la auto-defensa puede darle poder a las vidas

# AGRADECIMIENTOS

Ha sido posible hacer este manual gracias a la generosa subvención del Ayuntamiento de las Discapacidades del Desarrollo del Estado de California.

## **People First de California**

Directorio

### **Proyecto de Auto-Determinación**

Linda Thompson, MSRC - Coordinador

Rebecca Finn, CTRS - Asistente del Proyecto

Maria E. Marquez - Asistente del Proyecto

Sherry Beamer - Asistente del Recurso de la Subvención

Mike Everson - Administrador de la Subvención

Mark Starford - Centro de Recursos del Directorio

### **Comité del Consejo para el Consumidor**

Departamento de Discapacidades del Desarrollo

---

Información de Contacto  
People First of California, Inc.  
1225 8<sup>th</sup> Street, Suite 210  
Sacramento, CA 95814

916-552-6625  
916-387-2379 fax  
[www.peoplefirstca.org](http://www.peoplefirstca.org)

