

Amigo, ¿dónde está mi plan de transición?



¿Qué es la “transición”?

Transición significa cambiar de una cosa a otra.

Las transiciones pueden ser emocionantes porque el próximo paso que darás será una aventura completamente nueva. Las transiciones también pueden dar un poco de miedo porque es posible que tengas que aprender a hacer cosas que no has hecho antes.

Mis padres y maestros siguen hablando sobre la “planificación de transición”. ¿Qué es eso?

Cuando tus padres, maestros u otros adultos en tu escuela hablan sobre la “planificación de transición”, están hablando de cosas que tu puedes hacer ahora para prepararte para el futuro, después de que te gradúes de la escuela secundaria. Ese futuro puede parecer muy lejano, pero cuanto más planifiques con tiempo más fáciles serán tus primeros pasos en el mundo de los adultos.

Cuando eras un niño pequeño los adultos en tu vida probablemente hicieron la mayor parte de la planificación de tu futuro.

Eso está bien porque ese era su trabajo. La diferencia entre ser un niño pequeño y ser un adolescente es que planificar tu futuro se convierte en tu trabajo.

De hecho, la planificación de la transición se requiere en todo el país por ley, y comienza a los 16 años. En Texas, es necesario comenzar incluso antes, cuando se tiene 14 años.

Debes elegir objetivos que sean importantes para ti. Eso significa que necesitas averiguar dónde quieres estar y qué quieres hacer.

¿Qué tiene que ver mi “Programa de Educación Individualizado” (IEP) con la planificación de la transición?

Para planificar tu vida después de la escuela secundaria, tu Programa de Educación Individualizado o IEP (por sus siglas en inglés) se convierte como en un mapa de la ruta a seguir.

El IEP muestra a dónde vas y cómo vas a llegar allí. “Individualizado” significa que se trata de ti. Tu IEP debe mostrar los objetivos que deseas alcanzar y los apoyos que necesitas para lograrlo.

Prestándole atención a lo que está en tu IEP es como puedes asegurarte de aprender las habilidades en la escuela secundaria para hacer lo que quieres con tu vida después de graduarte.

Pregúntales a tus maestros sobre el “IEP Auto-dirigido”. ¡Esto te pondría al volante del proceso y te prepararía para dirigir tu reunión de IEP!



¿Qué son los servicios auto-dirigidos?

Tener “servicios auto-dirigidos” significa que tú estás a cargo de los servicios que obtienes.

Una cosa importante que debes saber sobre los servicios auto-dirigidos es que no pueden darse sin la autodeterminación (que significa saber lo que quieres y lo que necesitas) y la auto-defensa (que implica hablar por ti mismo).

Aprender a hablar por ti mismo puede ser difícil.

Una vez que sepas lo que quiere y necesitas, debes poder contarles a otras personas.

¡Esa es la única forma de hacer realidad tus sueños!



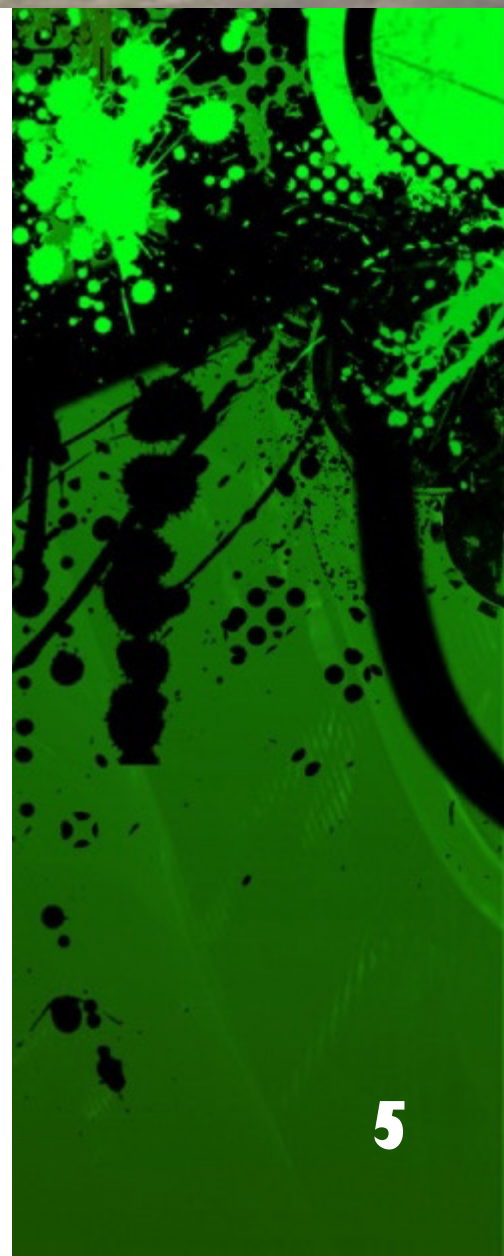


¿Qué quieren decir las personas cuando hablan de “apoyos”?

Las transiciones implican que a menudo debes intentar hacer cosas que no has hecho antes. La buena noticia es que no tienes que descubrir cómo hacer todo esto tú solo. Puedes pedirles a otras personas que te ayuden cuando lo necesites. Esa ayuda es lo que entendemos por **apoyos**.

Los tipos de soportes que necesitamos cambian dependiendo de lo que queramos hacer. A veces podríamos necesitar que una persona nos ayude (por ejemplo: para llevarnos a algún lado o ayudarnos a pensar sobre un problema); otras veces podríamos necesitar algo (como una silla de ruedas, calculadora o computadora); y a veces podríamos necesitar un servicio (como las tutorías). Con frecuencia utilizamos más de un tipo de apoyo a la vez.

Independientemente de lo que necesites, puedes estar seguro de que lo que tú requieres no es lo que todos los demás necesitan. Si bien todos los jóvenes usan apoyos, la clave es descubrir qué apoyos serían los más útiles para satisfacer tus propias necesidades para que puedas alcanzar tus objetivos.



Consejos de otros estudiantes:

- ¡Comienza a trabajar en la planificación de la transición con anticipación! Escriba tus metas, planes y lo que te gusta.
- Aprende buenas habilidades de comunicación para poder decirle a la gente lo que quieres.
- Aprende sobre los recursos como SSI (Seguridad de Ingreso Suplementario), la rehabilitación vocacional y los servicios para adultos. Obtén información sobre todas las opciones disponibles.

- Asume un papel más activo en las reuniones. ¡Haz más preguntas!
- Únete a grupos que te puedan ayudar, como grupos de defensa locales, grupos eclesíásticos y clases de educación comunitaria.
- Examina los programas de aprendizaje cooperativo y con base en el trabajo que se ofrecen en la escuela.
- Obtén más experiencia laboral como voluntario. Mejor aún, trata de trabajar medio tiempo recibiendo remuneración.



- Toma clases de habilidades para la vida independiente. Aprende cómo cocinar, comprar, presupuestar y cómo reconocer y contar dinero.
- Descubre cómo acceder a los recursos, servicios y sistemas de emergencia de la comunidad, y cómo obtener ayuda para completar formularios, planillas o cuestionarios.
- ¡Aprenda más sobre cómo tomar buenas decisiones y las habilidades de autodefensa para compartirlas!



- Si puedes, ¡aprende a conducir y obtén tu licencia! Si no te gusta, ¡aprende a usar otros sistemas de transporte, como el autobús!
- Se serio. Haz tus tareas y administra tu tiempo. Aprende a usar un calendario o una agenda para anotar tus tareas y para facilitar la planificación del tiempo que dedicár al estudio.
- Enumera tus fortalezas y desafíos. Descubre en qué eres bueno y haz un esfuerzo adicional en las áreas que son tu fuerte.
- ¡Establece metas y ve por ellas! Recuerda, no te decepciones si no lo puedes hacer todo, ¡no serás el único!

Haz una lista de tus fortalezas:

1. Yo me sentí muy orgulloso de mí mismo cuando...
2. Mi mejor amigo me describiría como una persona que es...
3. Una cosa que a mis maestros, jefes o padres siempre les ha gustado de mí es que yo...
4. Una cosa que me interesa es...
5. Una de las habilidades que espero usar en mi trabajo es...

¿Qué es lo más importante para ti?

Clasifica en orden (1, 2, 3, etc.) las áreas en las que deseas trabajar desde ahora para tu futuro:

- _____ Carrera laboral
- _____ Vivienda
- _____ Social/Tiempo libre
- _____ Finanzas
- _____ Educación (escuela secundaria/programa universitario)
- _____ Transporte

Alcanza tus objetivos paso a paso:

Encierra en un círculo un área que consideres un objetivo:

- Carrera laboral
- Educación (escuela secundaria/programa universitario)
- Vivienda
- Recreación/Ocio
- Personal/Social
- Transporte

Identifica una meta a largo plazo para el área que elegiste. Por ejemplo, en el área de "Recreación/Ocio": mi objetivo a largo plazo antes de graduarme es hacer dos nuevos amigos con los que comparta intereses comunes y con los que no salgo por ahora.

Área: _____

Meta a largo plazo (de 1 a 4 años o más):

A continuación, identifica dos objetivos a corto plazo relacionados con tu objetivo a largo plazo.

Por ejemplo, un objetivo a corto plazo posible que se relaciona con tu objetivo a largo plazo de conocer nuevos amigos podría ser: "en los próximos tres meses me sentaré con una nueva persona en una mesa diferente en la cafetería y me presentaré".

Objetivo a corto plazo:

Objetivo a corto plazo:

Después de la secundaria, las reglas cambian.

LÍNEA INFERIOR: Los servicios disponibles después de la escuela secundaria tienen base en la elegibilidad.

¡Necesitas encontrar los servicios y proporcionar pruebas de que las adaptaciones son necesarias! Esta no es la escuela secundaria, pero puedes estar preparado.



Comparemos:

Servicios en la secundaria	Servicios para adultos
Ley de Educación para Individuos con Discapacidades (IDEA); Educación Pública Gratuita y Adecuada (FAPE).	Sección 504 de la Ley de Rehabilitación y la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (ADA).
Los servicios escolares son un derecho (desde los 3 hasta los 21 años o hasta que se cumpla con los requisitos para obtener el diploma de secundaria).	Los servicios para adultos se basan en la elegibilidad, que puede ser diferente para cada agencia.
La asistencia a la escuela es obligatoria.	Los consumidores (tú) deciden utilizar una agencia de servicios para adultos que los apoye en sus objetivos de empleo.
Se requiere que los distritos escolares identifiquen a los estudiantes con discapacidades por medio de evaluaciones gratuitas y el proceso del Programa de Educación Individualizado (IEP).	Los consumidores (tú) son responsables de dar a conocer y proporcionar la documentación sobre la discapacidad. ¡Debes convertirte en un auto-gestor!
Los estudiantes reciben educación especial y servicios relacionados para abordar las necesidades con base en la discapacidad identificada.	Los consumidores (tú) solicitan los servicios necesarios a través de varias agencias de servicios para adultos.
Los servicios incluyen la instrucción diseñada individualmente, las modificaciones y las adaptaciones basadas en el IEP.	Los servicios están diseñados individualmente a través de planes individuales para el empleo o un plan individualizado similar desarrollado conjuntamente con el consumidor (tú).
El progreso hacia las metas del IEP es monitoreado y comunicado a los padres y/o estudiantes.	El progreso hacia las metas de empleo es monitoreado por el consumidor (tú) y el proveedor de servicios para adultos. La autodefensa es imprescindible.
Las escuelas ayudan a conectar al estudiante con las agencias de apoyo de la comunidad si esto se identifica como una necesidad de transición de acuerdo con el IEP.	Los consumidores (tú) deben solicitar los servicios necesarios e identificar qué agencias satisfarían mejor sus necesidades.

Enlista: tus habilidades de auto-defensa

¿Puedo hacer esto!	Necesito trabajar en esto	Necesito ayuda con esto	
			Hablar sobre mi discapacidad.
			Saber cuáles son mis puntos fuertes.
			Establecerme metas.
			Trabajar con otros.
			Compartir mis ideas con otros.
			Saber lo que necesito para completar una tarea o actividad.
			Saber en qué personas puedo confiar para pedir ayuda.
			Hablar cortésmente cuando no estoy de acuerdo.
			Hacer preguntas cuando no entiendo.
			Participar en mi IEP y en las reuniones de planificación de transición.
			Saber cuándo necesito ir al médico.
			Hablar con mi médico sobre mi atención médica.



El dinero importa

¿Cuánto cuesta tu comida favorita?

Las cosas que queremos hacer, como ir al cine, y las cosas que necesitamos hacer, como comer, cuestan dinero.

¿Tú cuentas con un presupuesto? Ya sea que ahora estés ganando dinero o no, tú puedes comenzar a planificar un presupuesto que te ayudaría a programar tener dinero para gastar más adelante.

Una gran ayuda para aprender a administrar el dinero es alguien llamado "consejero financiero". Básicamente, un consejero financiero es un adulto al que puedes recurrir para obtener asesoramiento y orientación cuando se trata de asuntos de dinero. Estas personas, que ya están en tu vida, realmente pueden ayudarte a aprovechar al máximo el dinero que has ganado con mucho trabajo.

Entonces, ¿a quién le podrías pedir que sea tu consejero o mentor financiero? Un buen mentor es alguien a quien conoces bien y en quien puedes confiar, que tiene conocimientos sobre dinero y que demuestra un interés genuino en tu éxito. Tus padres son probablemente la primera opción para ayudarte y enseñarte lo más importante que hay que saber sobre el dinero, pero hay otras posibilidades.

El dueño de un negocio local, un vecino o tu maestro favorito también pueden ser útiles. Con el permiso de tus padres, puedes contar con la ayuda de un adulto de confianza para que te enseñe lo que sabe sobre el dinero. Muchos bancos tienen servicios bancarios para adultos jóvenes. Estos programas son recursos útiles que están disponibles para ti en tu propia comunidad.

¿A dónde está tu hogar?



El hogar es un lugar especial. No es solo donde vives. Son las personas con las que quieres estar y las cosas que quieres tener a tu alrededor (como muebles, fotos, música, plantas y mascotas). Son las actividades que haces, como cocinar, celebrar fiestas y tener amigos. Es un lugar para relajarse y donde puedes elegir pasarla solo.

¿Dónde vivirás después de la secundaria?
¿Quieres vivir solo o con otros? ¿Vivirás con tu familia o te mudarás con otro inquilino?
¿Quieres vivir en la ciudad o en el campo?

Las gestiones de la vivienda son las que haces para vivir dónde y cómo tú quieres vivir.

Siempre he vivido en la casa de mis padres. ¿Qué otras opciones hay?

Hay muchas opciones para elegir dónde y cómo vivirás después de la escuela secundaria. Aquí hay algunas alternativas para gestionar una vivienda:

Comprar una casa es un sueño para muchas personas, pero puede ser difícil de alcanzar justo al salir de la escuela secundaria. Debes haber ahorrado mucho dinero, tener un trabajo estable que remunere lo suficiente y poder demostrar que pagas tus facturas a tiempo. Esto puede ser algo que desees planear para el futuro.

Alquilar es cuando le pagas a alguien para vivir en una vivienda que es de su propiedad o que está bajo su administración.

Por lo general, cuesta menos que comprar tu propia casa. Alquilar una casa también cuesta dinero, pero si ganas suficiente, tienes una familia que te puede ayudar, o si eliges vivir con otras personas para compartir los gastos entre todos, alquilar una casa podría ser algo que podrías permitirte hacer ahora.

Existen agencias (apoyos formales) que brindan otras opciones para gestionar la vivienda:

- Algunas personas viven juntas (se llaman hogares grupales o apartamentos supervisados).
- Las personas obtienen los apoyos que necesitan para vivir solas en sus propios hogares (esto se llama vivienda con apoyo).
- Las personas viven con otras familias (se denominan familias de acogida o familias patrocinadoras).

La vida independiente significa vivir en tu propia casa y controlar tus propios apoyos.

Si eliges la vida independiente como una opción, aún puedes recibir los apoyos que necesitas, pero es tu responsabilidad (de nuevo y si la necesitas, con la ayuda de familiares y amigos) administrar esos apoyos.

A menudo, estos apoyos se pagan tanto con tu propio dinero como con dinero de una fuente de financiación del gobierno como Medicaid.



Transporte

¿Cómo llegas a la casa de tu amigo? Cuando necesitas algo de la tienda, ¿cómo llegas allí?

Cuando planifiques tu vida como adulto, también debes pensar en cómo llegarás a donde quieres ir.

Si tus padres te llevan a donde debes ir, ¿has hablado sobre crear un horario de actividades que tome en cuenta tu tiempo y el de tus padres?

¿Hay una ruta de autobús que te lleve a donde necesitas ir? ¿Qué te impide conocer los detalles? ¿Cómo puedes averiguar qué transporte público hay en tu área?

Como parte de tu Programa Educativo Individualizado (IEP), puedes comenzar a trabajar con la Rehabilitación Vocacional para que te prepare para abordar tus necesidades de aprender a usar el transporte público.

Requisitos para calificar para una licencia de conducir regular (Clase D):

- Debes tener al menos dieciséis (16) años de edad.
- Debes pasar una prueba de detección de la vista.
- Debe pasar una prueba de conocimiento de manejo.
- Debes pasar el examen práctico de manejo.

¿Tu escuela secundaria ofrece una clase de manejo? Si no, puedes investigar qué escuelas privadas de manejo existen en tu área y hablar con el departamento de Rehabilitación Vocacional sobre la mejor opción para ti.



Lista de atención médica

	Si	Alguien más hace esto	Necesito aprender esto
Entiendo mis necesidades de atención médica y puedo explicarlas a otros.			
Puedo explicarle a otros cómo mis costumbres o creencias pueden afectar mis decisiones de atención médica.			
Llamo para hacer mis propias citas médicas.			
Preparo preguntas para hacerle a mi médico antes de mi cita.			
Llamo por mis propios récipes médicos.			
Sé cuándo necesito reabastecer mis récipes médicos.			
Conozco cuáles de mis síntomas necesitan atención médica rápida.			
Sé dónde están mis registros médicos en la casa.			
Ayudo a mantener mi equipo médico para que funcione bien.			
Yo siempre cargo conmigo mi tarjeta del seguro médico.			
Tengo un plan para adquirir un seguro de salud cuando sea adulto.			

Hoja de repaso:

Mi atención médica

Mis doctores:

El Dr. _____ es a quien veo para las consultas generales y los chequeos anuales, y para _____

Yo tengo cita con mi doctor _____ (semanalmente/mensualmente/una vez al año/tantas veces como sea necesario).

La dirección del consultorio es: _____

Para ir al médico me voy (manejando/tomo el bus /taxi/alguien de mi familia me lleva /etc.) _____

Mis especialistas:

Yo veo al doctor _____ por _____

Yo tengo cita con este médico _____ (semanalmente/mensualmente/una vez al año/tantas veces como sea necesario).

La dirección del consultorio es: _____

Para ir al médico me voy (manejando/tomo el bus /taxi/alguien de mi familia me lleva /etc.) _____

Mi tratamiento:

Yo tomo _____

El Dr. _____ me prescribe la medicina(s).

Yo me tomo la medicina en: la mañana/la comida/la tarde/antes de dormir

La razón por la que me tomo este medicamento(s) es _____

Yo voy a _____ para obtener mi medicina(s).

Cosas que son importante saber sobre mi tratamiento y cómo este me puede afectar: _____

Equipos especiales o insumos:

Los aparatos de movilidad que uso son: _____

Estos son otros equipos especiales que uso: _____

Yo uso estos (cada día/cuando es hora de comer/cuando viajo): _____

Hoja de Repaso: Alergias y Emergencias



Yo soy alérgico a: _____

Puedo reaccionar de esta manera: _____

Ojos llorosos:	Sí	No
Estornudo:	Sí	No
Mi conducta cambia:	Sí	No
Me aparecen erupciones en la piel:	Sí	No
Me puedo inflamar:	Sí	No
Puedo tener dificultad para respirar:	Sí	No

Si tengo una reacción alérgica, tú podrías ayudarme: _____

¿Sabes qué esperar si tienes una reacción alérgica? Es importante que compartas con tus amistades y compañeros de trabajo y les digas qué hacer si esto ocurre.

Cargo conmigo un EpiPen	Sí	No
Cargo conmigo un inhalador	Sí	No
Llevo puesto un brazalete de alerta médica	Sí	No

Un brazalete o collar de alerta médica tiene usualmente grabada la información sobre las alergias, la discapacidad o necesidad especial de atención médica. En caso de emergencia esto puede alertar al personal médico de tus necesidades.

¿Cuentas con una persona a quien avisar en caso de emergencia (ICE, por sus siglas en inglés)?

Si cargas un celular, escoge los contactos a los que quisieras que llamaran en caso de una emergencia. Al lado de sus números de teléfono coloca las letras ICE y los rescatistas o el personal médico sabrán a quién llamar.

¿Tienes alergias alimenticias?

Cuéntale a tus amigos y compañeros de trabajo sobre tus alergias alimenticias. No te descuides y pruebes comidas que te pueden enfermar. Sugiere restaurantes que sean menos propensos a servir alimentos a los que tú eres alérgico (por ejemplo, si tú eres alérgico a los mariscos, aléjate de estos restaurantes).

Informa a las personas encargadas de ordenar tu comida sobre tu alergia alimenticia. Explica la necesidad médica de evitar la comida. Solicita la lista de ingredientes antes de ordenar o hacer tu pedido.

Consejos:

- Elige alimentos simples del menú que no tengan salsa ni especias.
- Prueba la comida antes de comer: primero mira, huele, y toma bocados muy pequeños.

Consejos para la seguridad en Internet

Información personal: no compartas tu apellido, domicilio, nombre de la escuela, edad o número de teléfono. El hecho de que alguien solicite información sobre ti no significa que tengas que decirles algo. Recuerda que publicar información sobre tus amigos podría ponerlos en riesgo.

Nombre de usuario: al crear tu nombre de usuario o nombre para la pantalla, no incluyas información personal como tu apellido o fecha de nacimiento.

Amigos en línea: no aceptes reunirse en persona con un amigo en línea a menos que tengas el permiso de tus padres y lo hagas con alguien en quien confíes. No te veas a solas con estas personas. Desafortunadamente, a veces muchos individuos fingen ser algo que no son. Recuerda que no todo lo que lees en línea es cierto.

Fotos: piensa antes de publicar tus fotos. ¡NO envíes mensajes ni publiques fotos semidesnudas o desnudas de ti mismo o de otra persona! Las fotos personales no deben mostrar en sus trasfondos información de identificación como la placa de tu automóvil, el nombre de tu escuela o el nombre del complejo de apartamentos en donde vives.

Usa la configuración de privacidad de los sitios de redes sociales:

configúralos para que las personas solo puedan agregarse como amigos o que te contacten solo si lo apruebas. Configura estos sitios para que las personas solo puedan ver tu perfil o información sobre ti si los has aprobado.

Descarga: asegúrate de que el archivo o programa en línea que deseas descargar es confiable. Si no estás seguro, primero búscalo en Google para asegurarte de que otras personas no hayan descubierto que es un virus. Los archivos adjuntos de correo electrónico a veces contienen virus. Nunca abras un archivo adjunto de alguien que no conoces.

Acoso escolar: no envíes ni respondas a mensajes negativos o que insulten. Si algo que sucede en línea te hace sentir incómodo o te parece que está mal, habla con tus padres o con un maestro en la escuela.

Anuncios en línea: no compres nada en línea antes de asegurarte de que provenga de un vendedor confiable. Confirma primero.

Nada es gratis: algunos anuncios intentan engañarte ofreciéndote cosas gratis o diciéndote que has ganado algo para así recopilar tu información personal.

Prueba sorpresa: ¿Verdadero o Falso?

	Verdadero	Falso
Yo puedo votar en las elecciones estatales y locales.		
Yo puedo comenzar a votar por el Presidente a los 21 años.		
Yo puedo firmar por mí mismo para obtener un préstamo (por ejemplo, para pagar la escuela o un automóvil).		
Si no tengo suficiente dinero, no tengo que pagar mi deuda de préstamo o tarjeta de crédito.		
Para recibir tratamiento médico en el consultorio del doctor tengo que firmar para dar mi "consentimiento informado".		
Yo no puedo recibir tratamiento médico a menos que mis padres estén informados y también den su consentimiento.		
Yo puedo controlar quién puede ver mi información médica personal.		
Yo puedo vivir donde yo quiera vivir.		
Yo puedo comprar y beber alcohol.		
Yo puedo comprar y fumar cigarrillos.		
Yo puedo ser llamado para formar parte de un jurado para tomar una decisión sobre un caso en la corte.		



Sección de respuestas:

- Cuando un joven ciudadano cumple 18 años de edad en EE.UU., este tiene el derecho de poder votar en las elecciones locales, estatales y federales, incluyendo expresar su elección para presidente! Para inscribirse para votar en Texas visita: <https://www.votetexas.gov/>
- Existen diferentes tipos de préstamos. Para calificar para la mayoría de los préstamos debes tener 18 años. Para préstamos estudiantiles a veces puedes ser más joven. Debes ser un ciudadano legal y tener un historial de préstamos o "créditos" responsables. Se necesita tiempo para construir un "buen crédito", y sin esto probablemente necesites que alguien que tenga un buen crédito te ayude a obtener el préstamo. Esta persona, generalmente alguien como tus padres, se llama "codeudor".
- Cuando eres mayor de 18 años, eres responsable por la forma en la que gastas tu dinero. Si no tiene suficientes ingresos para pagar un préstamo o una factura de tarjeta de crédito, deberás coordinar con tu banco o compañía de tarjeta de crédito para pagarlos tan pronto como sea posible. Cuando eres menor de 18 años, tus padres siguen siendo responsables de ti y, por lo tanto, todavía les es permitido ayudarte a pagar lo que debes.

- Para recibir tratamiento médico, el médico debe saber que tú comprendes el tratamiento que necesitas y que lo deseas. Si no puedes comprender tus opciones de tratamiento médico o explicar lo que deseas, alguien como tus padres o un tutor legal deben proporcionar el “consentimiento informado” antes de que recibas el tratamiento.
- Después de cumplir 18 años tienes derecho a vivir donde quieras. Hay diferentes tipos de vivienda de entre los cuales los adultos pueden elegir. Sin embargo, tener el dinero para vivir de la forma en que quieres vivir es solo una de las múltiples cosas que debe considerar antes de tomar esta decisión.
- Cuando cumplas 21 años estarás legalmente autorizado para comprar y beber alcohol. También serás responsable de saber si no debes beber alcohol debido al medicamento que tomas.
- Cuando cumplas 18 años podrás comprar y fumar legalmente productos de tabaco, como los cigarrillos. Sin embargo, recomendamos no hacerlo, ya que en promedio los fumadores mueren entre 13 y 14 años antes que los no fumadores.
- Servir en un jurado es uno de los roles más importantes que tenemos como ciudadanos. Cuando un ciudadano estadounidense cumple 18 años, y siempre que pueda hacer el trabajo con o sin adaptaciones razonables, este puede ser llamado a ser miembro de jurados. Para obtener más información sobre las adaptaciones razonables visita: www.ada.gov o comunícate con el Centro Suroeste de ADA en <http://www.southwestada.org/>.
- **Información adicional:** ¿Sabías que puedes solicitar evaluaciones nuevas o pruebas adicionales antes de graduarte o dejar la escuela secundaria para comenzar tu vida de adulto? A muchos institutos de educación superior y universidades les gustan o quieren ver evaluaciones actuales. Las escuelas en Texas pueden negarse a hacer una reevaluación o pruebas adicionales si éstas no se requieren o no están programadas. Si usted tiene preguntas sobre las evaluaciones, nosotros le podemos ayudar. Contacte Partners Resource Network al 1-800-866-4726.



Recursos de primer nivel en Texas

Partners Resource Network

Proyectos PACT, PATH, PEN y TEAM

<http://prntexas.org/>

Somos una agencia sin fines de lucro que opera la red estatal de Texas de Centros de Capacitación e Información para Padres o PTI. Los PTI están financiados por la Oficina de Programas de Educación Especial (OSEP) del Departamento de Educación de los EE. UU.

Ayudamos a padres, familias y jóvenes con discapacidades a comprender sus derechos y responsabilidades bajo IDEA, obtener y evaluar recursos y servicios, y participar como miembros de equipos junto a profesionales en la planificación de servicios.

Aprenda más sobre nuestro Programa de Liderazgo Juvenil llamando al:
(409) 898-4684 o 1-800-866-4726.

Hojas informativas para los jóvenes de Partners Resource Network:

- 4 pasos para una autodefensa más fuerte
- 5 consejos y trucos para la memoria
- Comunicación asertiva
- Divulgación de la discapacidad en la educación postsecundaria
- Divulgación de la discapacidad en el trabajo
- ¿Cómo negociar para obtener lo que quieres o necesitas?
- Grandes diferencias entre la escuela secundaria y los servicios de discapacidad después de la secundaria
- Adaptaciones razonables en el trabajo
- La autodefensa y mi ARD/IEP
- La autodefensa en la educación superior
- Plan de acción estudiantil contra el *bullying*
- Consejos para comunicarse con los maestros
- ¿Qué es la autodeterminación?
- ¿Por qué debería convertirme en mi propio defensor?

Descargue las hojas informativas yendo a: <http://prntexas.org/youth-leadership/>

Disability Rights Texas

<https://www.disabilityrightstx.org/>

La misión de Disability Rights Texas es ayudar a las personas con discapacidad a comprender y ejercer sus derechos bajo la ley, asegurando su participación plena y en igualdad en la sociedad.

Guía de recursos de educación superior para estudiantes con discapacidades (Higher Education Resource Guide for Students with Disabilities)

<http://tcdd.texas.gov/resources/publications/>

Diseñada para estudiantes con discapacidades, esta guía se enfoca principalmente en el proceso de acudir a una universidad, pero también aborda otras opciones, como la capacitación en línea y las escuelas técnicas y comerciales. Las opciones adicionales incluyen programas de capacitación laboral, programas de educación para adultos y nuevos modelos de transición para estudiantes con discapacidades.

Manual de IDEA (IDEA Manual)

<https://www.thearcoftexas.org/idea-manual/>

Este es el manual para padres y estudiantes sobre los servicios de educación especial en Texas.

Tomando mis propias decisiones (Making My Own Choices)

<https://www.disabilityrightstx.org/en/category/sdm/>

Una guía fácil de seguir sobre los acuerdos de toma de decisiones con apoyo de Disability Rights Texas.

Navigate Life Texas

<https://www.navigatelifetexas.org/>

Este sitio web es para familias y padres de niños con discapacidades o necesidades especiales de atención médica especiales. Está diseñado para ofrecer apoyo, inspiración, recursos y enlaces a los servicios disponibles.

Orientación de transición secundaria de la Agencia de Educación de Texas (TEA's Secondary Transition Guidance)

<https://tea.texas.gov/interiorpage.aspx?id=2147496883>

En esta página del sitio web de la Agencia de Educación de Texas (TEA, por sus siglas en inglés) encontrará información sobre la transición del entorno escolar al ambiente de la educación post-secundaria.

Guía de transición y empleo de Texas (Texas Transition and Employment Guide)

<https://www.transitionintexas.org/page/143>

Brinda a los jóvenes, adultos jóvenes, padres y profesionales recursos de transición secundaria para facilitar el progreso hacia las metas post-secundarias.

Herramientas para la graduación de la Agencia de Educación de Texas (TEA Graduation Toolkit)

<http://www.region10.org/r10website/assets/File/Graduation%20Toolkit.pdf>

Este paquete de herramientas proporciona detalles sobre el Programa Básico de la Escuela Secundaria, los beneficios y la explicación del Programa de Nivel Desempeño Distinguido, las opciones de especialización y las listas de otros requisitos y recursos.

Nuestros recursos nacionales de transición favoritos

Transición Alcanzada (Got Transition)

<https://www.gottransition.org/index.cfm>

Got Transition™ tiene como objetivo mejorar la transición de la atención médica pediátrica a la de adultos mediante el uso de estrategias nuevas e innovadoras para los profesionales de la salud y los jóvenes y sus familias.

Centro de Recursos HEATH (HEATH Resource Center)

<https://www.heath.gwu.edu/>

El Centro de Recursos HEATH se especializa en las opciones de educación post-secundaria para las personas con discapacidades. Entre otros recursos, encontrará módulos de aprendizaje en línea centrados en diversos aspectos de la vida después de la escuela secundaria.

En el trabajo: historias de jóvenes con discapacidades (On the Job: Stories from Youth with Disabilities)

<https://www2.waisman.wisc.edu/naturalsupports/pdfs/YS.pdf>

Este folleto recopila las historias de seis jóvenes con discapacidades significativas en sus trabajos, para quienes las primeras experiencias laborales han desempeñado un papel vital, al igual que el énfasis en el uso de apoyos naturales.

Descripción general de los recursos universitarios para estudiantes con discapacidades (Overview of College Resources for Students with Disabilities)

<https://www.bestcolleges.com/resources/students-with-disabilities/>

Las oficinas de servicios estudiantiles y los coordinadores de discapacidades en muchas universidades trabajan para crear entornos de integración en los centros de estudios superiores a través de la defensa especializada, apoyo y servicios académicos. Echa un vistazo a este recurso para obtener más información.

Planificación centrada en la persona (Person-Centered Planning)

<https://www.pacer.org/transition/learning-center/independent-community-living/person-centered.asp>

¿Qué es? Aquí está la breve y clara introducción a la planificación centrada en la persona.

Herramientas de transición post-secundaria (Secondary Transition Toolkit)

<https://www.pyln.org/pyln/resources/english>

La Red de Liderazgo Juvenil de Pensilvania (PYLN) ha creado un conjunto de herramientas de transición de la escuela secundaria para ayudar a los jóvenes en su transición al mundo de los adultos. Lo mejor de estas herramientas es que fueron diseñadas por jóvenes con discapacidades y escritas para jóvenes.

Comenzando conmigo: una guía para la planificación centrada en la persona para quienes buscan trabajo (Starting with Me: A Guide to Person-Centered Planning for Job Seekers)

<https://www.communityinclusion.org/pdf/to14.pdf>

Este resumen guía a los solicitantes de empleo a través de un proceso de desarrollo profesional de tres etapas que incluye evaluar sus intereses, investigar el mercado laboral y promocionarse a sí mismos ante posibles empleadores.

Piensa en la universidad (Think College)

<https://thinkcollege.net/>

Think College es una organización nacional dedicada a desarrollar, expandir y mejorar las opciones de educación superior para personas con discapacidad intelectual en ambientes de integración.

Planificación de la coalición de transición para el futuro (Transition Coalition's Planning for the Future)

<https://transitioncoalition.org/blog/tc-materials/planning-for-the-future/>

Este es un libro de trabajo para ayudar a los estudiantes, sus familias y profesionales a planificar la vida después de la escuela secundaria.

Ganar en la universidad: una guía para estudiantes con discapacidades (Winning in College: A Guide for Students with Disabilities)

<http://www.edsmart.org/students-with-disabilities-college-guide/>

La transición de la escuela secundaria a la vida universitaria es lo suficientemente difícil para cualquier estudiante, sin necesidad de añadir el tema de las discapacidades. Lo más probable es que si tienes una discapacidad y lograste terminar la escuela secundaria lo has hecho con la ayuda de una estructura, disciplina y orden. La vida universitaria es un juego muy diferente que te permite escoger y tomar muchas decisiones por ti mismo.

Y al fin y al cabo, ¿de quién es la vida? (Whose Life Is It Anyway?)

<https://waismanucedd.wiscweb.wisc.edu/wp-content/uploads/sites/74/2017/05/WLIIA.pdf>

Esta publicación es una exploración única de las emociones y las relaciones entre tres socios clave en una transición: Becky, la joven en transición, su madre y su maestra. Incluye puntos de discusión para la discusión grupal sobre la construcción de relaciones y las mejores prácticas en la transición durante la adolescencia.

Youthhood.org

<http://www.youthhood.org/index.asp>

Este es un sitio muy interactivo que los jóvenes pueden usar para comenzar a pensar en lo que quieren hacer con el resto de sus vidas. Está diseñado para ayudar a los jóvenes a planificar para el futuro. (¡Psst, bueno para los adultos también!)



Partners Resource Network es una agencia sin fines de lucro que opera la red estatal de Texas de Centros de Capacitación e Información para Padres. Los PTI están financiados por la Oficina de Programas de Educación Especial (OSEP) del Departamento de Educación de EE. UU. Los proyectos PTI son: PACT, PATH, PEN y TEAM.

¡Contáctenos, podemos ayudar!

Teléfono: 409.898.4684

Teléfono para llamadas gratuitas: 1.800.866.4726

Correo electrónico: partnersresource@sbcglobal.net

Visítenos en línea: www.PRNTexas.org

Agradecimientos especiales:



Este documento es una adaptación de la guía de transición creada por Family Voices of Tennessee, un programa de Tennessee Disability Coalition. Le agradecemos a Kara por concedernos el permiso para usar el contenido y los gráficos. <http://www.tndisability.org/familyvoices>



STEP, Inc. colaboró con el documento original. STEP, Inc. sirve como Centro de Capacitación e Información para Padres de Tennessee y mejora las vidas de las familias de niños con discapacidades en ese estado. <http://www.tnstep.org/>



El contenido de este material informativo fue desarrollado bajo la subvención del Departamento de Educación #H328M200041, #H328M200042, #H328M200043, #H328M200044. Sin embargo, este contenido no representa necesariamente la política del Departamento de Educación de EE.UU. y no debe asumirse su respaldo por parte del gobierno federal.