

Transición a la edad adulta: tener una vida social activa



Tener una vida social activa es una parte importante de la vida adulta. Las actividades sociales permiten conocer gente, hacer amigos y encontrar nuevos pasatiempos. Una vida social activa ayuda a que la vida sea más divertida y a que se sienta mejor consigo mismo.

¿Cómo puede ayudar el Plan Educativo Individualizado?

Si tiene un Plan Educativo Individualizado (IEP, por sus siglas en inglés), las escuelas públicas deben, por ley, incluir y llevar a cabo un plan de transición a los 14 años de edad. Este plan incluye actividades que le permiten prepararse para la vida después de high school (escuela preparatoria). Es importante que usted participe en el proceso del Plan Educativo Individualizado. Algunos ejemplos de las metas del Plan Educativo Individualizado que apoyan el desarrollo de una vida social activa, incluyen aprender a:

- Expresarse. Esto se llama ser su propio representante.
- Explicar sus necesidades e intereses. Esto se llama arreglos especiales.
- Aprender y mejorar las habilidades necesarias para ser independiente.
- Conocer gente nueva y hacer amigos.
- Usar los recursos en la comunidad que ofrecen actividades grupales.

¿Cuáles son mis opciones?

Muchas comunidades tienen actividades grupales sociales o de entretenimiento. Entre las actividades hay:

Viajes

Hay agencias de viaje que ayudan a las personas que tienen cierto grado de independencia, como TravAbility <http://travability.travel/>.

Deportes

Los deportes de adaptación son para las personas con discapacidades físicas o visuales <https://www.wasa.org/>

Las Olimpiadas Especiales son para las personas que tienen una discapacidad intelectual (ID, por sus siglas en inglés) u otras discapacidades del desarrollo <https://www.specialolympicswisconsin.org/>

Artes

Arte para todos Wisconsin (Arts for All Wisconsin) <https://www.artsforallwi.org/splash-page>

Clases de autodesarrollo, como de desarrollo personal o para ser su propio representante. También hay campamentos de verano para adultos y algunos podrían estar enfocados en diagnósticos específicos.

Más información sobre opciones sociales:

- Comuníquese con los Centros Regionales de Wisconsin para Niños y Jóvenes con Necesidades Especiales de Salud (*Wisconsin Regional Centers for Children & Youth with Special Health Care Needs*) para obtener información sobre agencias y organizaciones en su área:
<http://www.dhs.wisconsin.gov/health/children/RegionalCenters/index.htm>
- ARC Wisconsin: Capítulo de Wisconsin: <http://www.arc-wisconsin.org/>
- Asesores para la vida (Life Navigators): <http://www.lifenavigators.org/>
- La independencia es primero (*IndependenceFirst*):
<http://www.independencefirst.org/>
- Arte para todos (Arts for All): <https://www.artsforallwi.org/splash-page>
- Easterseals Wisconsin: <http://eastersealswisconsin.com>

También puede ponerse en contacto con su departamento de recreación comunitaria.

Si no tiene una computadora ni acceso a internet, puede usar una computadora en el Centro de Recursos para la Familia Daniel M. Soref en Children's Wisconsin. En la biblioteca pública local también podría encontrar computadoras.

Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo o familiar. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.