



## ISP DE OREGON

Cinco consejos para las reuniones de ISP

**Reuniones de ISP:** Las reuniones y las conversaciones de planificación que resultan en “el plan” o en actualizaciones a su plan. Ocurren por lo menos anualmente y en cualquier momento que un cambio sea necesario.

### **Consejo #1: ¡Usted decide cómo será su reunión!**

Piense en lo que lo hace sentirse seguro y cómodo durante su reunión.

- **¿Dónde** quiere reunirse? Puede ser en su hogar, la oficina, un restaurante o un café, un parque o cualquier otro lugar que funcione para usted.
- **¿Cuándo** quiere reunirse? ¿Hay alguna hora del día o algún día de la semana que sea mejor para pensar o planificar?
- Con **quién** quiere planificar? Es importante que se sienta Seguro y cómodo durante su reunión. También puede ser útil pensar con quién no quiere planificar. Recuerde que no todas las conversaciones tienen que ocurrir en una sola reunión. Puede que quiera involucrar a diferentes personas en diferentes conversaciones.
- **¿Qué** más ayuda a que la planificación funcione para usted? Esto podría incluir tener una agenda antes de empezar, tener meriendas en la reunión, tomar bastantes descansos, juguetes de fidget, artículos de confort o que alguien tome notas.

Su coordinador de servicios o su agente personal (SC/PA) le ayudará a coordinar esta reunión. Hágalos saber cómo quiere que vaya su reunión.

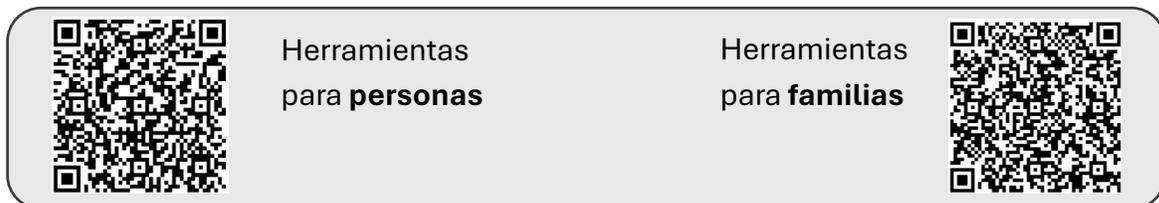
### **Consejo #2: Usted ayuda a decidir lo que se discute.**

Su ISP incluyen las cosas que le importan, cómo que quiere vivir una buena vida y cómo quiere que lo apoyen, Las conversaciones de planificación se centrarán en estas mismas cosas. Hágle saber a su SC/PA qué temas quiere tratar durante su reunión. Considere lo siguiente:

- ¿Qué metas o sueños tiene? ¿Qué es importante para usted en este momento?

- Piense en los apoyos que recibe actualmente. ¿Qué funciona? ¿Qué no funciona?
- ¿Hay algo que no se siente cómodo discutiendo durante su reunión? Recuerde, no tiene que responder a las preguntas que lo hacen sentirse incómodo.

Escribir las cosas antes de tiempo ayuda a muchas personas a planificar. A continuación encontrará herramientas de Charting the LifeCourse (Trazando el curso de la vida) que han ayudado a las personas a planificar: (LifeCourseTools.com-para sitio en español, elija “Spanish” en la esquina superior derecha)



**Consejo #3: Tómese su tiempo.**

No todas las decisiones tienen que tomarse en una sola reunión. Para algunas decisiones, puede que necesite más tiempo para pensar o para tener conversaciones. Aunque sí hay que completar el ISP para una fecha específica, se le pueden hacer cambios y actualizaciones en cualquier momento.

Dígale a su SC/PA si necesita más tiempo para pensar o si necesita apoyo para entender sus opciones. Siempre puede pedir tomar un descanso o cambiar la reunión a otra fecha si se siente estresado o apurado.

**Consejo #4: Conozca lo que está en su plan.**

Usted tiene el derecho de entender su plan. Su SC/PA es el responsable de ayudarlo con esto. Hágales saber qué apoyos necesita para entender el plan. Hágales saber si algo no tiene sentido. Es importante que entienda el plan antes de firmarlo.

**Consejo #5: No espere un año si el plan no funciona.**

La planificación es un proceso continuo. Cuando probamos cosas nuevas, constantemente estamos aprendiendo lo que funciona y lo que no funciona. Si algo en su plan o sus apoyos no funciona, asegúrese de decirle a su SC/PA de inmediato. Si todo funciona pero algo podría mejorar, es un buen momento para una conversación de planificación. El ISP se puede actualizar en cualquier momento del año.