

# EVALUACIÓN DE LA FAMILIA OPCIONES DE METAS

# REVISTA



## Elabore su plan

A medida que usted desarrolla sus metas, el ODHS le brinda una gran cantidad de recursos para ayudarle en lo que desee lograr. Este menú incluye las maneras de obtener apoyo para cumplir sus metas mientras participa en el programa TANF. También enlista las formas de conectarse con defensores, recursos y opciones.





Estabilidad familiar



Educación



Bienestar



Lugar de trabajo



# Tabla de contenidos

Estabilidad familiar .....	4
Educación .....	6
Bienestar.....	8
Lugar de trabajo.....	10
Elaborar un plan de metas.....	12
Notas.....	14
Hoja de contactos .....	15





# Estabilidad familiar

*Apoyo para que su familia pueda estar segura, estable y cuente con las herramientas para superarse.*



## Actividades infantiles y juveniles

Cualquier actividad para que usted:

- Desarrolle habilidades parentales;
- Equilibre el trabajo y la familia;
- Contribuya con el bienestar y la salud de un niño.

Ejemplos:

- Consejería o citas médicas para niños;
- Clases para padres de familia;
- Programas de apoyo;
- Encontrar y garantizar el cuidado de niños

## Programa de Apoyo y Conexiones para las Familias (*Family Support and Connections, FS&C*)

Los socios del Departamento de Servicios Humanos de Oregon (ODHS, por sus siglas en inglés) pueden ayudarle a mantenerse seguro y saludable. Los servicios se pueden proveer en el hogar, en la comunidad o en una oficina del ODHS. Los enfoques incluyen, entre otros, los siguientes:

- Crianza y apego;
- Resiliencia de los padres;
- Desarrollo infantil y juvenil

## Vivienda estable

Existen muchas opciones para apoyarlo en la búsqueda de un hogar seguro y estable. Los servicios incluyen:

- Búsqueda de vivienda estable y asequible;
- Trabajar con agencias de vivienda;
- Trabajar con arrendatarios;
- Completar solicitudes;
- Agendar reuniones.

## Intervención en situaciones de crisis

Servicios a corto plazo en una situación de crisis. Estos servicios podrían incluir:

- Recursos del ODHS;
- Remisiones a otras agencias;
- Trabajar con su capacitador familiar para identificar tanto las áreas en las que se siente más fuerte como en sus necesidades.

## Habilidades para la vida cotidiana

Servicios para desarrollar habilidades para la vida diaria:

- Elaboración de presupuesto;
- Toma de decisiones;
- Habilidades para el lugar de trabajo;
- Habilidades para las relaciones personales.



# Educación

*Acciones que apoyan su éxito. Puede trabajar para terminar la preparatoria y obtener un Diploma de Educación General (GED, por sus siglas en inglés) o mejorar sus habilidades del idioma Inglés. También puede iniciar capacitaciones específicas y obtener certificados de empleo.*



### **Educación básica para adultos**

Obtenga educación en lectoescritura o matemáticas, para adultos mayores de 20 años que no cuenten con un Diploma de Educación General (GED). Esto puede incluir tiempo de clase y para hacer las tareas.

### **Inglés como segunda lengua**

Si el inglés no es su primera lengua, mejore sus habilidades y su fluidez. Esto incluye tiempo de clase y para hacer las tareas.

### **Diploma de Educación General (GED)**

Estudie para obtener su Diploma de Educación General o GED. Esto incluye tiempo de clase y para hacer las tareas.

### **Capacitación vocacional**

Si desea capacitarse para una carrera o un trabajo específicos, este apoyo puede brindarle las habilidades que necesita. Las actividades podrían incluir:

- Tiempo de clase y para hacer las tareas;
- Tiempo de estudio;
- Cualquier otro requisito para obtener la certificación.

### **Capacitación autoiniciada**

Esto incluye otros cursos de capacitación o educación para alcanzar sus metas. Esto incluye estudiar en un programa de dos o cuatro años y esforzarse para obtener un título universitario. Las actividades podrían incluir:

- Tiempo de clase;
- Tiempo de estudio;
- Otras actividades para completar su carrera y obtener su título.



# Bienestar

*¡Concentrarse en el bienestar refuerza la salud y establece una base para la vida! Estos servicios ayudan a su familia a superar retos que se le presenten. Los servicios incluyen salud mental y salud del comportamiento. También puede recibir asistencia con solicitudes del Seguro Social.*



## Conexiones o remisiones a servicios médicos

Apoyo para una vida saludable. Esto incluye apoyo para lo siguiente:

- Citas médicas;
- Evaluaciones médicas;
- Obtener documentos provenientes de profesionales médicos.

## Solicitudes relacionadas con el Seguro Social

Apoyo para aplicar para:

- Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI, por sus siglas en inglés);
- Seguro por Incapacidad del Seguro Social (SSDI, por sus siglas en inglés).

Apoyo para trabajar con:

- Analistas del programa de Pre-SSI
- Personal del Seguro Social;
- Proveedores médicos y de salud mental para obtener la documentación necesaria.

## Salud mental

Apoyo para el bienestar de su salud mental. Esto incluye:

- Exámenes y evaluaciones hechas por proveedores calificados;
- Remisiones para evaluación;
- Sesiones de terapia;
- Grupos de apoyo;
- Manejo de tratamiento y medicamentos.

## Servicios relacionados con el consumo de drogas y alcohol

Apoyo para identificar y superar los retos que se presentan por el uso, abuso o adicción a las sustancias nocivas para su salud. Esto incluye:

- Chequeos;
- Remisiones para evaluación;
- Tratamiento y opciones para grupos de apoyo (como Narcóticos Anónimos [NA], Alcohólicos Anónimos [AA], etc.);
- Manejo de medicamentos.

## Servicios de rehabilitación

Actividades para ayudar con la rehabilitación:

- Física;
- Médica;
- Otras discapacidades.

Esto incluye:

- Terapia del habla, física u ocupacional;
- Ejercicio recetado por un médico;
- Manejo del dolor y de medicamentos.

## Servicios para casos de violencia doméstica

Apoyo para brindar seguridad familiar en una situación de violencia doméstica. Esto incluye:

- Planificación;
- Conexión a servicios;
- Defensores y grupos de apoyo;
- Citas para gestiones legales y actividades relacionadas.



# Lugar de trabajo

*Desarrollar las habilidades que ya posee para incrementar su conocimiento y crecer en su carrera profesional. Puede obtener ayuda para buscar trabajo, adquirir habilidades profesionales y elaborar un currículum. Este apoyo le permitirá encontrar la mejor carrera profesional para usted y su familia.*



## Búsqueda de empleo y preparación laboral

Esta actividad permite desarrollar habilidades y recursos para conseguir empleo. Trabaje con socios de la comunidad para lo siguiente:

- Elaborar un currículum;
- Adquirir habilidades para entrevistas;
- Obtener ayuda para comunicarse con empleadores.

## JOBS Plus

Trabajamos juntos para encontrarle un trabajo que le permita desarrollar sus habilidades y su experiencia. Esta actividad lo sitúa en un empleo remunerado con un empleador socio del ODHS. Esto puede incluir todos los beneficios que reciben los empleados.

## Trabajo

Apoyo para usted en empleos de medio tiempo o de tiempo completo. Esto incluye el trabajo por cuenta propia.

## Actividades de simulación de empleo no remunerado para adquirir experiencia y habilidades laborales (*Supported Work y Work Experience*)

Empleo no remunerado para ayudarlo a adquirir un historial de empleo, experiencia y habilidades laborales.

## Programas de servicios comunitarios

Participe en su comunidad y adquiera habilidades nuevas. Esto podría incluir trabajo voluntario en una organización o institución sin fines de lucro que trabaje en varias áreas diferentes.

## Capacitación laboral

Si un empleador requiere que usted se capacite, esta actividad puede ofrecerle las habilidades que necesita para lo siguiente:

- Ser contratado;
- Conservar su empleo;
- Avanzar en su carrera profesional.

## Capacitación en el trabajo

Esta actividad puede incluir:

- Capacitación laboral remunerada
- Periodo de práctica laboral no remunerada;
- Programa estudiantil de empleo (*Work Study*)
- Ser participante en el Programa Juvenil de Empleo



# Elaborar un plan de metas

*Trabaje con su capacitador familiar para encontrar las formas en que los programas pueden satisfacer mejor las necesidades de su familia.*

*Usted tiene el control de su plan de metas, puede elegir:*

- *Los tipos de actividades que desea realizar;*
- *Las metas que desea establecer para usted y su familia;*
- *¡El ritmo al que desea avanzar!*

*El capacitador familiar está aquí para darle apoyo en su recorrido. Podemos trabajar juntos para construir un plan de metas para su familia.*



Participar en el programa Asistencia Temporal para Familias Necesitadas (TANF, por sus siglas en inglés) significa recibir apoyo para su familia. Apoyo para identificar las habilidades, los retos y las metas de su familia.



Checar lista de metas para asegurarnos de que el programa funcione para su familia.

Reúnase con su capacitador familiar y asegúrese de que el programa funcione para su familia. Puede cambiar el plan o crear uno nuevo si lo necesita.



# Hoja de contactos

Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

# EVALUACIÓN DE LA FAMILIA OPCIONES DE METAS REVISTA

El Departamento de Servicios Humanos de Oregon (ODHS, por sus siglas en inglés) no discrimina a ninguna persona. Eso significa que el ODHS ayudará a todas las personas que reúnan los requisitos y no tratará a nadie de forma distinta debido a su edad, raza, color, procedencia nacional, sexo, religión, convicción política, discapacidad u orientación sexual.

Usted puede presentar una queja si cree que el ODHS lo(a) trató de forma diferente por cualquiera de estas razones.

Para presentar una queja ante el estado, puede llamar a la Oficina de Defensoría del Gobernador (*Governor's Advocacy Office*) al 1-800-442-5238 (TTY, para personas con problemas auditivos, 711), o envíe una carta a dicha oficina a la siguiente dirección:

Governor's Advocacy Office  
500 Summer Street NE, E17  
Salem, OR 97301  
Fax: 503-378-6532  
Correo electrónico: [DHS.info@state.or.us](mailto:DHS.info@state.or.us)

"¡La ley exige oportunidades equitativas!"



De solicitarse, este documento se facilitará en otros formatos a personas con discapacidades o en otros idiomas, además del inglés, para las personas con un nivel de comprensión de inglés limitado. Para solicitar esta publicación en otro formato o idioma, comuníquese con nosotros al 503-378-3486 o al 711 para TTY, o bien envíe un mensaje de correo electrónico a [SSP.Training@dhsosha.state.or.us](mailto:SSP.Training@dhsosha.state.or.us).

Copyright © 2017 del Departamento de Servicios Humanos de Oregon, Programas de autosuficiencia. Todos los derechos reservados.