

Planificación Futura



Debe realizar un plan para el futuro. La planificación lo ayuda a hacer las cosas que desea.

Un plan para el futuro les informa a las personas que forman parte de su vida lo que usted quiere hacer. Les dice cómo pueden ayudarlo a llevar a cabo esas cosas. La planificación futura les informa a las personas sobre su vida en la actualidad. Les dice a las personas qué lo hace feliz y cómo ayudarlo.

A veces, pensar en el futuro puede dar miedo. Pero la planificación puede ayudarlo a sentirse mejor sobre los temores que tiene.

Estas son algunas de las cosas que puede hacer para empezar a elaborar un plan para el futuro.



1. Piense en alguien de confianza para ayudarlo a hacer su plan. Pueden ser amigos, familiares u otras personas de confianza.

2. Invite a esas personas a hablar sobre el futuro con usted. Dígalas lo que quiere hacer en el futuro. Puede hablar con personas individualmente o en grupo.



3. Escriba cualquier plan que tenga o cosas de las que habla. Hable de cualquier cosa que sea importante para usted. Puede encontrar un plan para rellenar aquí:

4. Siga reuniéndose y hablando sobre el futuro. Debe revisar su plan por lo menos una vez al año. Puede agregar o quitar cosas de su plan.

Contáctenos si necesita más ayuda.

futureplanning@thearc.org
202-617-3268



Para las personas con discapacidades intelectuales y de desarrollo