



ESTRELLA DE APOYOS INTEGRADOS | DESCANSO

Esta estrella ayudará a familias e individuos a pensar acerca de los apoyos y recursos disponibles en cada una de las categorías de la estrella que pueden ayudar a hacer posible el descanso o hacer del mismo una mejor experiencia.

Fortalezas y bienes personales para apoyar el Descanso

- Habilidad de estar solo en casa
- Habilidad de llamar al 911
- No deambular
- Saber y poder comunicar direcciones
- Habilidad para usar el transporte público
- Dinero para pagar por el descanso

Tecnología para apoyar el Descanso

- Dispositivos de alerta médica o sistemas monitoreo remoto
- Dispositivos inteligentes (teléfono, tableta, computadora)
- FaceTime, Skype, Duo, u otras aplicaciones de video
- Localizador GPS

Relaciones personales para apoyar el Descanso

- Miembros de la familia inmediata o extendida
- Amigos, voluntarios, mentores, internos, profesores o entrenadores
- Líderes espirituales y compañeros de congregación religiosa
- Compañeros de trabajo, empleadores y participantes de carro compartido
- Otros cuidadores

OPCIONES DE APOYO PARA EL DESCANSO

- Grupos de intereses específicos (artesanías, pasatiempos, deportes, etc.)
- Grupos de Meetup
- Parques, sitios de recreación o centros comunitarios
- Transporte Público
- Escuelas
- Campamentos
- Recursos de comunidades religiosas
- Cooperativas de padres o familias
- Servicios cuidado y compañía

- Medicaid (seguro de salud del gobierno), Exención de Medicaid, Seguridad de Ingreso Suplementario (Siglas en inglés: SSI), Seguro Social por Incapacidad (Siglas en inglés: SSDI)
- Servicios de rehabilitación
- Descanso basado en instituciones: por ejemplo, servicios de asilo de día para adultos
- Programas de servicio en el hogar
- Programas estatales de relevo del cuidado (En inglés: Lifespan respite care programs)
- Ley de adultos mayores americanos (En inglés: Older American Act) - Programa de apoyo al cuidador familiar (En inglés: Family Caregiver Support Program)
- Bono de descanso (En inglés: Respite voucher)
- Descanso dirigido por el consumidor (En inglés: Consumer directed respite)

Recursos de la comunidad para apoyar el Descanso

Apoyos de elegibilidad para apoyar el Descanso

