

# Como mantenerse en ambientes seguros

## Seguridad: Se requiere Planeación y Educación

Sucedan a diario. Un extraño toca a la puerta o el bus no llega a tiempo. De pronto una persona en el teléfono solicita información personal.

Puede el joven adulto con discapacidad manejar estas situaciones? Es mas que una pregunta académica. Saber como responder cuando algo sale mal, hay temor o es peligroso, es importante estar seguro.

En la medida que los niños con discapacidad crecen es vital que tengan las herramientas y recursos para mantenerse seguros. Usted puede ayudar a su hijo prepararse para este aspecto de la independencia de muchas formas.

"Piense en su hijo viviendo en la comunidad, " dice Sue Fager, una especialista en transición de PACER. "Ahora imagine algo imprevisto. Que recursos y herramientas desearía su hijo tuviera antes de que el evento suceda?"

Esas son preguntas que usted debe empezar a discutir con su hijo. "Las respuestas son únicas a cada familia," agrega Fager. La discapacidad de su hijo, sus habilidades y situación de vivienda deben ser considerados cuando tenga la conversación. Si su hijo está recibiendo servicios de planeación en el proceso de transición a través de un plan de educación individualizado (IEP), debe consultar con todo el equipo para incluir estos objetivos relacionados con la seguridad.

Fager recomienda estudiar seis áreas cuando discuta la seguridad con su hijo.

### **Habilidades para defender sus derechos**

Ayude a su hijo a desarrollar unos límites saludables y efectivos de comunicación. Debe promover que su hijo practique mensajes como "No." "Déjeme solo." "Necesito ..." "Quiero ..."

### **Soportes apropiados a la discapacidad**

Las personas con una discapacidad en el comportamiento o comunicación pueden encontrar útil llevar una tarjeta que puede servir para comunicarse con otras personas, incluyendo la policía. La tarjeta puede tener la siguiente información:

Nombre

Una frase explicando la discapacidad y como puede afectar el manejo de situaciones por parte de su hijo

Numero telefónico de un contacto

### **Sitios y personas seguras**

Ayude a su hijo a identificar personas y sitios seguros en su comunidad. Esta lista puede incluir:

Vecinos

Empleados de la comunidad como bomberos, policías, agentes de seguridad, doctores, enfermeras

Sitios públicos como la estación de bomberos, de policía, la iglesia, hospital o clínica

### **Recursos**

Usted nunca sabe cuando y donde puede surgir un problema. Su hijo debe saber como acudir a alguien conocido en su ayuda. Suminístrele un teléfono celular - con números telefónicos de emergencia - para que los tenga consigo todo el tiempo.

### **Transporte**

Se deben seguir unos lineamientos de sentido común, que son útiles para todo el mundo - con o sin discapacidad. He aquí una lista que debe revisar toda la familia.

### **En casa**

Mantenga las puertas cerradas todo el tiempo.

Cuando salga, cierre todas las ventanas.

No le abra la puerta a personas desconocidas, no los deje entrar en su edificio, apartamento o casa.

Mantenga un extinguidor en buena condición y aprenda a usarlo.

### **Fuera de casa**

No olvide su cartera en la canasta del supermercado cuando va de compras.

No de datos personales a personas desconocidas.

Manténgase alerta sobre lo que ocurre a su alrededor.

El mundo es grande. Teniendo una discusión y planeación, puede también ser seguro .

*Por Marcia Kelly Reimpreso de Pacesetter, una revista de PACER Center, 952.838.9000*