

Seguridad al viajar



Habilidades, sugerencias y herramientas de transición

Viajar de manera segura

1. **La mejor protección que tienes en un vehículo es el cinturón de seguridad.** No vayas a ninguna parte sin antes colocarte el cinturón.
2. **Si te desplazas en silla de ruedas, recuerda ajustar todos los amarres.** Ayudarán a que la silla de ruedas se mantenga firme.
3. **Mientras conduces, mantén los ojos siempre en la carretera y no uses el teléfono. No envíes mensajes de texto mientras conduces.** ¡NO ES SEGURO y podrías provocar un accidente!
4. Cuando llegues a la edad permitida para la capacitación "Sentarse al volante", pide ayuda para ver si necesitas dispositivos de adaptación o un vehículo adaptado. Quienes pueden ayudarte son, por ejemplo, el equipo del Programa de Educación Individualizado (IEP), el consejero escolar, el terapeuta ocupacional o el equipo de coordinación de atención de la División de Atención Especializada para Niños.
5. Hay "Servicios de evaluación para Sentarse al volante" disponibles que te ayudan a identificar tus necesidades.
6. Hay financiamiento disponible para adaptar el vehículo. Estos son algunos de los posibles recursos:
 - **The Shirley Ryan Abilitylab's LIFE Center** cuenta con información sobre programas de rehabilitación para conductores en www.sralab.org/lifecenter/resources/listing-drivers-rehabilitation-programs-chicago-area-and-beyond
 - **La División de Servicios de Rehabilitación (DRS) del Departamento de Servicios Humanos (DHS)** puede ayudar con el costo y la instalación de modificaciones en el vehículo para quienes participen en un programa vocacional. Si necesitas un vehículo para acceder a los servicios de rehabilitación vocacional o para alcanzar tus metas laborales, DRS también puede financiar la evaluación y la capacitación del conductor según estas mismas condiciones. Visita www.dhs.state.il.us/page.aspx?module=12 para encontrar una oficina en tu área o llama al (800) 843-6154.
 - **El Programa de Tecnología de Asistencia de Illinois** Promueve los servicios de tecnología de asistencia disponibles. Llame al (800) 852-5110 o visite iltech.org/.

- **MDA Engage: conducción adaptada** este seminario web está disponible para verlo a pedido. Se centra en comprender las opciones de conducción adaptada y los procesos implicados. El seminario web analiza las modificaciones en los vehículos, además de cómo encontrar recursos y apoyo para financiar un vehículo adaptado: www.youtube.com/watch?v=MZ3DE8RgAzc.

7. **Comprueba el nivel de combustible antes de irte de viaje.** No es divertido quedarse sin combustible. Puedes quedar varado en un lugar inseguro.
8. **No bebas ni consumas drogas si conduces. No subas a un auto si el conductor estuvo bebiendo alcohol o si está bajo los efectos de las drogas.**
9. **Viaja siempre con un conductor con licencia.** Si el conductor tiene un permiso, otro ocupante del automóvil debe tener una licencia.

Lo que debes saber para moverte por tu cuenta en la comunidad

- Reconocer los tipos de transporte.
- Comprender que no es seguro aceptar viajes con extraños.
- Usar el transporte público con asistencia.
- Usar el transporte público por tu cuenta.
- Aprender a pedir un viaje en caso de usar un transporte especial.
- Aprender los horarios del autobús público.
- Aprender a subir y bajar del transporte de manera segura.
- Saber cuándo y dónde subir y bajar del transporte público.
- Aprender a preguntar el costo del pasaje en caso de que no lo sepas.
- Identificar la cantidad de dinero correcta para el pasaje.
- Pagar el pasaje por el viaje.
- Aprender a usar una plataforma elevadora para sillas de ruedas.
- Aprender a pedir ayuda con los cinturones de seguridad/arneses.

Para obtener más información sobre las clases de capacitación en transporte, llama a **Illinois Network of Centers for Independent Living** sin cargo al (800) 587-1227 o visita www.incil.org/about-us/.

Estamos para ayudarlo.

Si desea obtener más información sobre los programas y servicios de la División de Atención Especializada para Niños, visite nuestro sitio web en: dsccl.uic.edu

