

Invitación al Evento

Este mensaje se publica en línea en [اللغة العربية](#), [English](#), [Русский](#), [Soomaali](#), [Español](#), [简体中文](#) y [Tiếng Việt](#).

Fecha: 11 de marzo de 2026

Para: La comunidad de discapacidades intelectuales y del desarrollo (I/DD)

De: El Programa para Discapacidades Intelectuales y del Desarrollo (ODDS)

Asunto: **Capacitación sobre “La Guía de Autodefensa para los Servicios para Personas con Discapacidades Intelectuales y del Desarrollo (I/DD)”**

Hola,

Este mensaje es sobre las próximas capacitaciones para los autodefensores (las personas que abogan por sí mismas). Lea este mensaje si:

- Recibe apoyos y servicios de I/DD en Oregon.
- Es miembro de la familia o tutor de alguien que recibe servicios.
- Su trabajo incluye la planificación de servicios.
- Usted o alguien que usted conoce necesita obtener o recibe servicios de I/DD.

El año pasado, ODDS y la Coalición de Autodefensa de Oregon (OSAC) crearon un recurso nuevo: [“La Guía de Autodefensa para los Servicios para Personas con Discapacidades Intelectuales y del Desarrollo \(I/DD\).”](#)

La guía describe la planificación de servicios I/DD. Es una herramienta diseñada para ayudar a las personas a alcanzar sus metas.

Aprenda cómo utilizar la “Guía de Autodefensa.”

ODDS y OSAC están ofreciendo una capacitación gratis de cinco partes sobre la guía. Las capacitaciones se realizarán en Zoom, así que puede asistir desde cualquier parte de Oregon.

Cada capacitación será guiada por autodefensores. Este será un espacio para que las personas que abogan por sí mismas se reúnan para hacer preguntas, compartir ideas y aprender los unos de los otros.

Cada capacitación cubrirá un capítulo de la guía, Aprenderá sobre un tema distinto cada semana.

- **19 de Marzo:** Abogando por su buena vida
- **26 de Marzo:** Servicios de I/DD en Oregon
- **2 de Abril:** La Evaluación de Necesidades de Oregon (Oregon Needs Assessment, ONA por sus siglas en inglés)
- **9 de Abril:** Reuniones del Plan de Apoyo Individual (Individual Support Plan, ISP por sus siglas en inglés)
- **16 de Abril:** Sus derechos y qué hacer si no está de acuerdo con sus servicios

Al registrarse, se inscribe en todas las capacitaciones. No tiene que asistir a todas las capacitaciones. Puede elegir a cuáles asistir.

¿Quiénes pueden asistir a las capacitaciones?

Las capacitaciones son para las personas que abogan por sí mismas. Todos los que apoyan a las personas que abogan por sí mismas para planificar sus servicios son bienvenidos también. Aquellos que apoyan a las personas aprenderán las mejores formas de apoyar a las personas que abogan por sí mismas.

¿Cuál es el horario y cómo me registro?

- Hora: De 3:00 a 4:00 p.m. Hora de verano del Pacífico
- Fechas: 19 y 26 de marzo; 2, 9 y 16 de abril
- Para asistir: Debe registrarse con anticipación. [Use este enlace o el código QR a continuación para registrarse.](#) El enlace lo llevará a una página web con algunas preguntas. Contéstelas. Esto nos ayudará a hacer la capacitación sea accesible y acogedora para todos. Muchas gracias.



¿Cómo me uno el día de la capacitación?

Al registrarse, Zoom le enviará un correo electrónico que incluirá un enlace. Utilice ese enlace para unirse a la capacitación. Usará el mismo enlace cada semana.

Recomendamos que se una con cinco minutos de anticipación para que esté listo para empezar a las 3:00 p.m.

¿Puedo obtener apoyo para la reunión?

Sí. Queremos que todos se sientan bienvenidos y seguros. Daremos apoyo gratis para que usted participe incluyendo:

- Lengua de Señas Americana
- Subtítulos en vivo

Cuando se registre en línea, puede pedir apoyo en otro idioma. También puede pedirlo enviando un correo electrónico a odds.questions@odhsoha.oregon.gov o llamando a ODDS al 503-945-5811. Envíe su solicitud 48 horas antes de la capacitación.

¿Cómo obtengo una copia de la guía?

Visite [la página web de la “Guía de Autodefensa” y recursos](#). Podrá ver y descargar la guía allí. La página web también tiene videos que le muestran cómo usar la guía. Puede pedirle ayuda a su coordinador de servicios o su agente personal. Es posible que tengan guías impresas disponibles.

La guía está disponible en árabe, inglés, ruso, chino simplificado, somalí, español y vietnamita. Si necesita otro idioma o un formato más accesible, ODDS lo obtendrá para usted gratis. Para pedirlo, envíe un correo electrónico a odds.questions@odhsoha.oregon.gov.

Nos vemos en las capacitaciones

“La Guía de Autodefensa” y las capacitaciones son parte de nuestro trabajo para apoyar a las personas para que entiendan sus servicios, conozcan sus derechos y expresen sus opiniones sobre la vida que quieren. Esperamos que se una a nosotros.

Comparta esta noticia y motive a las personas para que asistan.

Muchas gracias,

Programa para Discapacidades Intelectuales y del Desarrollo

Puede obtener este documento gratis en otros idiomas, letra grande, braille o el formato que usted necesite. Envíe un correo electrónico a dd.directorsoffice@odhs.oregon.gov o llame al 503-945-5811. Aceptamos todas las llamadas de retransmisión.

Recursos

- Inscribese para [las actualizaciones de ODDS](#).
- Entérese de [los eventos de ODDS](#).
- Inscribese para [las actualizaciones del Departamento de Servicios Humanos de Oregon](#).
- Lea [los mensajes de ODDS](#).

- Síguenos en [Facebook @oregondhs.idd](https://www.facebook.com/oregondhs.idd)