

Glosario para los cursos de la sesión 5 de RAFT

- 5.1 Resiliencia y próximos pasos

CÓMO USAR ESTE GLOSARIO

Este glosario explica las palabras y términos que puede encontrar en los cursos de la sesión 5 de RAFT.

Las palabras están enumeradas en orden alfabético (de A-Z). Si ve una palabra que no conoce, búsquela según la primera letra de la palabra.

Cada palabra tiene una definición corta y simple. Algunas definiciones incluyen ejemplos para ayudar a entenderlas. Si la definición incluye otra palabra en negritas, también la puede buscar en el glosario.

Puede usar este glosario en cualquier momento mientras aprende. Está aquí para ayudarle a entender mejor el contenido de RAFT.

Glosario para cursos de sesión 5 de RAFT

211

Es una línea directa de recursos y referencias que ayuda a las personas a identificar, navegar y conectarse con los recursos locales que necesitan.

Agotamiento del cuidador

Es cuando usted se siente muy cansado física, mental y emocionalmente después de mucho tiempo de tener demasiado estrés cuando cuida a alguien.

Catálogo de capacitaciones para las familias de apoyo

Es un catálogo que enumera las capacitaciones disponibles para los padres de apoyo y adoptivos para apoyar sus conocimientos y habilidades para cuidar a niños y jóvenes.

Foster Parent Night Out (FPNO – Noche de descanso para los padres de apoyo)

Foster Parent Night Out (FPNO) es un evento mensual gratis en donde los padres de apoyo pueden dejar a todos los niños de su hogar tanto los niños en cuidado de crianza, como los adoptados y biológicos, durante cuatro horas para descansar y recargar energías. Los niños se divierten, comen, y se relacionan con el mismo grupo de voluntarios capacitados y atentos.

Guía de recursos

La Guía de recursos de Every Child está diseñada para ser un punto de partida útil para las familias de apoyo que buscan recursos comunitarios que les ayuden en su labor como padres.

Glosario para cursos de sesión 5 de RAFT

Mentoría entre pares

La mentoría entre padres empareja de forma estratégica a padres de apoyo con experiencia con padres de apoyo recién certificados en sus primeros 2 años para acompañarlos en un programa guiado de 12 semanas.

My NeighbOR (Mi vecino)

My NeighbOR es un programa que ayuda a las familias de apoyo a cubrir necesidades tangibles con el apoyo de su comunidad. Es un portal en línea en donde las familias de apoyo pueden publicar cualquier necesidad que tengan y los miembros de la comunidad les ofrecen su ayuda.

Pase para parques estatales

El Departamento de Parques y Recreación de Oregon (OPRD) ofrece campamento y estacionamiento de uso diarios gratis para los padres de apoyo, tutores y padres que han adoptado a niños del sistema de cuidado de crianza de Oregon. Los niños bajo cuidado de crianza deben estar presentes durante la visita al parque. Puede acampar gratis hasta 4 noches por mes calendario en una tienda de campaña, vehículo recreativo (RV) o sitio estándar para caballos. El pase no cubre yurts, cabañas, otras instalaciones especiales del parque, ni los cargos por llevar un vehículo adicional al sitio de campamento (el primer vehículo es gratis). El pase también cubre el estacionamiento de uso diario en los parques estatales que cobran esta tarifa para los padres de apoyo y los niños que los acompañan.

Glosario para cursos de sesión 5 de RAFT

Proyecto Limonada

La tienda del Proyecto Limonada está abierta todo el año para atender las necesidades de los jóvenes en cuidado de crianza. La tienda ofrece un ambiente acogedor para que los jóvenes de entre 5 y 24 años compren, sin costo alguno, ropa, zapatos y accesorios nuevos y de moda. Los jóvenes en cuidado de crianza en todo el estado también pueden comprar en línea.

Resiliencia al estrés de ser padres

Es la habilidad de criar y apoyar al niño en épocas de estrés.

Cómo se ve:

- No permitir que el estrés interfiera en la crianza.
- Mantener una actitud positiva sobre la crianza y el niño.
- Capacidad de regular emociones para corregular con el niño.
- Cuidarse continuamente para estar presente y en sintonía (alineado) con el niño.