

Abuelos:

Siendo Padres y Madres Otra Vez



ADRC del Condado de Brown está aquí para ayudarlo a usted y a su familia. Este manual es una guía para comenzar su viaje como abuelo/a y convertirse en padre/madre nuevamente. Comuníquese siempre que necesite ayuda.

©Monkey Business Images || Dreamstime.com

ADRC of Brown County

300 S. Adams St. Green Bay, WI 54301

(920) 448-4300

www.adrcofbrowncounty.org

ADRC is a nonprofit, 501(c)3 organization

Find us online:



Empezando

Convertirse en abuelo/a es uno de los momentos más emocionantes de su vida. Esperó mucho tiempo para tener este vínculo especial con sus nietos.

Sin embargo, si usted es uno de los millones de abuelos/as que cuidan a un nieto/a a tiempo completo, entonces sabe que convertirse en abuelo/a puede ser abrumador.

Es posible que tenga miedo y ansiedad por brindar la atención que su nieto/a necesita y merece. Es posible que te preocupe cómo cambiará ese vínculo especial a medida que asumas el papel de "padre o madre". Tal vez tengas un poco de enojo y frustración porque tu vida ya no es tuya, especialmente cuando planeaste relajarte y disfrutar de tus años de jubilación.

ADRC del Condado de Brown está aquí para ayudarlo a usted y a su familia. Utilice este manual como guía para comenzar este viaje. Llámenos cada vez que necesite ayuda.

Table of Contents

3	Cinco consejos para los cuidadores
4	Cómo manejar las preocupaciones y los retos de la familia
5	Equilibrar el cuidado, el empleo y las finanzas
6	Asistencia financiera, beneficios y preocupaciones legales
7	Educación
8	¿Necesitas un descanso? Buscar cuidado de niños Salud
9	Asistencia en Ropa y Muebles
10	¿Necesitas hablar con alguien? Busca Apoyo
11	La información es poder - Recursos en línea

Nuestra Misión:
"Empoderar y enriquecer la vida de los adultos mayores, los adultos con discapacidades y sus cuidadores."

Para más información:

Visite nuestro sitio en la web:
www.adrcofbrowncounty.org

211 base de datos Servicio Comunitario: www.get211.org

Cinco consejos para los cuidadores

Empieza con el pie derecho. Sigue estos sencillos consejos para organizarte y sentirte listo para asumir el papel de abuelo o abuela.

Programe una reunión familiar

Una reunión familiar ofrece una oportunidad para que las personas, sus familias y cuidadores se comuniquen y trabajen juntos para coordinar un plan. Si existe algún conflicto, puede ser útil traer a una parte neutral a la reunión, como un trabajador social, un consejero o un mediador. Para obtener más información sobre las reuniones familiares, consulte el recurso "Celebración de una reunión familiar" de ADRC.

Infórmese sobre las condiciones de salud

Conocer el estado de salud de su nieto/a le ayuda a planificar para el futuro. Muchas organizaciones dedicadas a enfermedades específicas están disponibles para obtener información y apoyo, como la Fundación de Asma y Alergia de Estados Unidos, la Fundación de Leucemia Infantil y la Fundación de Epilepsia. Una búsqueda rápida en Internet te conectará con estas agencias y más.

Mantenga un registro médico

Tener un registro médico facilita el acceso a la información de salud de su nieto/a. Llévelo a cada cita médica. Asegúrate de incluir una lista de:

- Medicamentos (recetados, de venta libre y suplementos)
- Preguntas e inquietudes para el médico, además de notas de las citas
- Cambios que observa en su nieto/a

Ejercicio

Además de hacerte sentir bien (el ejercicio libera endorfinas naturales), el ejercicio puede liberar el estrés. Asegúrese de consultar con su médico antes de comenzar un programa de ejercicios. ¡Puedes vincularte con tu nieto/a incluyéndolo en tu rutina! Pruebe estas actividades:

- Caminatas: incluye búsquedas de tesoro para duplicar la diversión
- Tai Chi: desarrolla la armonía física y mental
- Golf: juegue al golf en el patio trasero o haga un viaje a un parque de minigolf
- Yoga: relaja tu mente
- Ejercicios con juegos de video como el Wii Fit

Conéctese y obtenga soporte

No estás solo/a. Acércate a otros abuelos, como tú, para formar un sistema de apoyo.

Conectarse con alguien que esté pasando por una situación similar puede ayudar a reducir el estrés y mejorar su bienestar general. ADRC ofrece clases de Herramientas Poderosas para Cuidadores durante todo el año. Llame a ADRC para obtener información sobre las próximas sesiones (920) 448-4300.

Cómo manejar las preocupaciones y los desafíos de la familia

Como abuelo/a, es probable que esté interviniendo para criar a su nieto durante una situación de crisis en su familia. Aprenda a hacer frente a los desafíos sin dejar de brindar atención.

A mi nieto le molesta que sus padres entren y salgan de sus vidas.

¿Qué debo hacer?

Considere sus opciones y lo que cree que funcionará mejor para proporcionar un entorno estable para su nieto. Puede crear un cronograma de visitas con sus padres como una forma de establecer límites y proporcionar estabilidad. Si programar los tiempos es un reto, puede ser beneficioso solicitar la ayuda de un mediador capacitado, un profesional de la fe, un consejero o un amigo de la familia.

Los padres de mi nieto son adictos al alcohol o a las drogas.

¿Hay ayuda para nuestra familia?

Esto puede ser estresante y provocar conflictos dentro de la familia, pero hay ayuda. A usted y a su nieto les puede resultar útil unirse a un grupo de apoyo. También puede considerar servicios de asesoramiento y/o explorar recursos como la Fundación para Hijos de Alcohólicos para ayudar a sobrellevar estos desafíos.

Los padres de mi nieto están en la cárcel.

¿Debo ayudar a mi nieto a mantenerse en contacto?

Esta es una pérdida significativa, no solo para su nieto, sino también para usted. Hable sobre la opción de visitar, llamar o escribir a los padres con su nieto. Si su nieto expresa interés, comuníquese con los servicios para visitantes a través de la cárcel para que lo ayuden a identificar la mejor manera de comunicarse con los padres y planificar su visita.

Los padres de mi nieto han muerto.

¿Cómo puedo ayudar a mi nieto a sobrellevar la situación?

Tómese el tiempo para permitirse a usted y a su nieto llorar a su manera. Al mismo tiempo que brinda apoyo, una sensación de seguridad y amor, es posible que también desee informar a los maestros de su nieto u otras figuras importantes en su vida sobre las circunstancias. Además, puede buscar servicios de asesoramiento y/o grupos de apoyo para el duelo para usted y su nieto.

Equilibrar el cuidado, el empleo y las finanzas

Como nuevo abuelo/a cuidador/a, considere cómo apoyará financieramente a su nieto.

Equilibrio entre el cuidado y el trabajo:

Es posible que tenga que cambiar su horario de trabajo, llegar tarde o temprano, o modificar sus viajes relacionados con el trabajo para encontrar tiempo para las responsabilidades de cuidado. Hable con su departamento de Recursos Humanos para ver si su empleador tiene un programa de cuidado de ancianos, un Programa de Asistencia al Empleado (EAP) o un horario de trabajo más flexible. Los subsidios para el cuidado infantil también pueden ser una opción para pagar el cuidado infantil mientras trabajas. Póngase en contacto con el Consorcio de Bay Lake para conocer las pautas de elegibilidad (consulte la página 6).

Regreso al trabajo:

Si necesita ingresos adicionales para cuidar a su nieto, obtenga ayuda con su búsqueda de empleo:

Centro de trabajo de Wisconsin

Proporciona servicios de empleo, capacitación y asistencia laboral para personas que buscan trabajo.
701 Cherry St. Green Bay

Programa de Servicio para Personas Mayores de Curative Connections

Proporciona a los participantes, que tienen 55 años o más, un puesto en una organización gubernamental o sin fines de lucro para adquirir experiencia y desarrollar habilidades profesionales.
(920) 593-3557 | 1-800-636-1161, ext. 3557

Programa de Empleo para Personas Mayores de Wisconsin (WISE)

Proporciona a los participantes, que tienen 55 años o más, capacitación para el empleo y experiencia laboral remunerada a tiempo parcial en organizaciones de servicio comunitario.
(920) 469-8858

¿Necesita entender cómo el trabajo podría afectar sus beneficios, incluyendo la jubilación, FoodShare y Medicaid? Hable con un especialista en beneficios de incentivos de trabajo en cualquiera de estos lugares:

Employment Resource, Inc.
(608) 246-3444 | www.eri-wi.org

Opciones para la Vida Independiente
(920) 490-0500

Asistencia financiera:

Con base en los ingresos de su nieto (por ejemplo, fondos fiduciarios o pagos de manutención de niños), es posible que pueda acceder a programas de beneficios tales como: Asistencia Temporal para Familias Necesitadas (TANF, por sus siglas en inglés), Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI, por sus siglas en inglés) para niños con discapacidades, Programa de Seguro Médico para Niños (CHIP, por sus siglas en inglés) y/o el Crédito Tributario por Ingreso del Trabajo (EITC, por sus siglas en inglés).

Para acceder a algunos de estos beneficios, no es necesario tener la custodia o tutela de su nieto. Sin embargo, otros beneficios requerirán que tenga una relación legal formal con su nieto. Póngase en contacto con ADRC para obtener más información, (920) 448-4300. Si tiene la custodia de su nieto, considere hablar con un abogado de derecho de familia sobre los pagos de manutención de los hijos para ayudar a criar a su nieto.

Asistencia financiera, beneficios y preocupaciones legales

Los siguientes recursos ofrecen una variedad de maneras en las que aprender sobre los beneficios y la asistencia disponibles como alguien que cría a un nieto.

Bay Lake Consortium

111 N. Jefferson St. Green Bay

888-794-5747 | www.access.wi.gov

Asistencia para el Cuidado de Niños (Programa WI SHARE) disponible para ayudar a las familias trabajadoras elegibles a pagar el cuidado de niños.

Brown County Child Support Agency

111 N. Jefferson St. Green Bay

(920) 448-4090 | www.browncountywi.gov

Los pagos de manutención de los hijos pueden estar disponibles para los abuelos que crían a sus nietos.

Nota: Es posible que los abuelos quieran consultar primero con un abogado de derecho de familia.

Brown County Health & Human Services

111 N. Jefferson St. Green Bay

(920) 448-6000 | www.browncountywi.gov

Proporciona información, referencias, apoyo y asistencia para personas que pueden estar experimentando dificultades económicas, negligencia, abuso, delitos juveniles o incapacidades.

Kinship Care

111 N. Jefferson St. Green Bay

(920) 448-4144 | www.browncountywi.gov

Ofrece ayuda con la transición a un rol de cuidador familiar. Es posible que haya asistencia financiera disponible a través de las Subvenciones para el Cuidado de Familiares. Póngase en contacto para discutir los requisitos de elegibilidad y el proceso de solicitud.

National Coalition of Grandparents

137 Larkin St. Madison, WI 53705

(608) 238-8751

Coalición nacional de abuelos cuidadores que están trabajando por cambios en la legislación y las políticas en apoyo de los cuidadores familiares, con el objetivo de proteger y garantizar los derechos inherentes de los abuelos, los niños y sus familiares.

Educación

Los siguientes recursos educativos ofrecen oportunidades de aprendizaje para los abuelos y nietos.

Family & Childcare Resources of N.E.W.

201 W. Walnut St. Suite 100, Green Bay

(920) 432-8899 | www.fcrnew.org

Equipa a los adultos con información, programación y recursos. Ofrece un área de juegos sin cita previa y grupos de juego que apoyan a los cuidadores y promueven la socialización de los niños.

Head Start

1420 Harvey St. Green Bay

(920) 448-2226 | www.headstart.gbaps.org

Se ofrecen clases gratuitas para niños que cumplirán tres o cuatro años el 1 de septiembre. Las familias deben cumplir con los requisitos de ingresos (llame para obtener pautas) y/o estar trabajando con cuidado de crianza temporal o cuidado familiar. El programa incluye: exámenes médicos y dentales, comidas, refrigerios, transporte, programación bilingüe para estudiantes que están aprendiendo el idioma inglés (español), servicios para niños con discapacidades y capacitaciones para padres, tutores y familias.

Howe Community Resource Center

526 S. Monroe Ave. Green Bay

(920) 448-7340 | www.howecommunityresourcecenter.org

Un lugar seguro para que las personas y las familias aprendan y crezcan, individualmente y juntos. Ofrece clases para padres, visitas domiciliarias y tutoría de lectura para fortalecer la unidad individual y familiar. Proporciona información sobre los recursos de la comunidad.

HSHS Clase Para Abuelos

St. Vincent Hospital, 835 S. Van Buren St. Green Bay

(920) 433-0111 | www.stvincenthospital.org

Discusión de los cambios que ocurren para los abuelos en la transición a su nuevo rol. Esta clase es particularmente útil para los abuelos primerizos.

¿Necesitas un descanso? Busca cuidado de niños

Use estos recursos para encontrar guarderías cerca de usted, incluidas aquellas con opciones de tarifas de escala móvil. Además, consulte con la escuela de su nieto para ver si se ofrece cuidado después de la escuela.

Family & Childcare Resources of N.E.W.

El personal puede ayudarlo en su búsqueda de cuidado infantil o cuidado después de la escuela. Acceda sus bases de datos de cuidado infantil regulado en el condado de Brown, además de conocer las preguntas que debe hacer al buscar opciones de cuidado infantil.

201 W. Walnut St. Suite 100, Green Bay
(920) 432-8899 | www.fcrnew.org

YoungStar

Este es el Sistema de Mejora y Tasa de Calidad del Cuidado Infantil de Wisconsin. Use la base de datos para buscar cuidado infantil de calidad en todo el estado.

(Family & Childcare Resource Center of NEW is the local YoungStar office.)

www.dcf.wisconsin.gov

Salud

Los siguientes recursos de salud pueden ayudar a promover el bienestar físico y la seguridad de su nieto/a.

Brown County Health & Human Services - Public Health Division

610 S. Broadway St. Green Bay
(920) 448-6400 | www.browncountywi.gov

Ofrece clínicas de inmunización, educación e instalación de asientos de seguridad, exámenes de audición y visión para niños en edad escolar, coordinación de servicios para niños con necesidades especiales de atención médica, información y referencias a recursos comunitarios, y visitas domiciliarias para evaluación y educación sobre temas de crianza, crecimiento y desarrollo.

De Pere Health Department

335 S. Broadway St. De Pere
(920) 339-4054 | www.de-pere.org

Ofrece programas similares a los de la División de Salud Pública y Servicios Humanos del Condado de Brown (mencionada anteriormente), pero solo para los residentes de De Pere.

Asistencia con Ropa y Muebles

Los siguientes recursos ofrecen opciones y asistencia para obtener artículos básicos como ropa, muebles y otros artículos para el hogar.

Goodwill Industries

2814 S. Oneida St. Green Bay

(920) 498-0990

1301 Brosig St. Green Bay

(920) 465-9601

www.goodwillncw.org

Tiendas minoristas que ofrecen ropa y artículos para el hogar a precios asequibles. Los vales basados en la necesidad están disponibles para las personas elegibles.

Love Life Ministry

Ayuda a las familias de bajos ingresos a satisfacer las necesidades básicas de los bebés menores de 3 años. Pañales y otros artículos para bebés según estén disponibles. Jueves (excepto el 5to jueves del mes) de 1 a 4 p.m. Debe traer una identificación con foto, comprobante de domicilio, comprobante de nacimiento para niños y tarjeta de WIC si está disponible. Cada ubicación se basa en la residencia, asista al sitio del lado este si vive en East Green Bay y al sitio del lado oeste si vive en West Green Bay.

West Side Site:

The Hope Center

505 Clinton St. Green Bay

(920) 497-1087

East Side Site:

Central Church

831 Schoen St. Green Bay

(920) 468-5414 | (920) 336-5636

St. Vincent de Paul Society & Store

1529 Leo Frigo Way Green Bay

940 Hansen Rd. Green Bay

(920) 435-4040 | www.svdpgb.org

Tienda minorista que ofrece ropa y artículos para el hogar a precios asequibles. Los vales basados en la necesidad están disponibles para las personas elegibles.

Salvation Army Men's Closet

1125 W. Mason St. Green Bay

(920) 884-2950 | www.sagreenbay.org

Ropa gratuita y apropiada para el trabajo para hombres necesitados.

YWCA Women's Closet

230 S. Madison St. Green Bay

(920) 432-5581 | www.ywcagreenbay.org

Ropa gratuita y apropiada para el trabajo para mujeres necesitadas.

¿Necesita hablar con alguien? Encuentre apoyo

Los siguientes recursos de apoyo se pueden utilizar como punto de partida para obtener más información sobre los servicios relacionados con los abuelos que crían a sus nietos.

Brown County Human Services Department

111 N. Jefferson St. Green Bay

(920) 448-6000 | www.browncountywi.gov

Proporciona información, referencias, apoyo y asistencia para personas que pueden estar experimentando dificultades económicas, negligencia, abuso, delitos juveniles o incapacidades.

Family Services of Northeast WI, Inc.

300 Crooks St. Green Bay

(920) 436-6800 | www.familyservicesnew.org

Ofrece varios programas para apoyar a los niños y las familias, que incluyen: desarrollo de la primera etapa de la infancia, servicios de asesoramiento y tratamiento, y servicios para jóvenes en riesgo.

Crisis Center of Family Services

3150 Gershwin Dr. Green Bay

(920) 436-8888

Brinda asesoramiento a corto plazo, gratuito y confidencial las 24 horas del día, los 7 días de la semana para personas de todas las edades en el condado de Brown.

ADRC of Brown County

300 S. Adams St. Green Bay

(920) 448-4300 | www.adrcofbrowncounty.org

Los especialistas en información y asistencia y beneficios están disponibles por teléfono o con cita previa para analizar una amplia variedad de opciones de recursos comunitarios. Tome prestados libros y DVD a través de la Sala de Recursos de ADRC. Materiales disponibles para abuelos que crían nietos, adultos, preadolescentes y niños. Además, pregunte sobre la disponibilidad de clases de Herramientas Poderosas para cuidadores

La Información Es Poder- Recursos en Línea

AARP: Grandparents Raising Grandchildren-www.grandfamilies.org

Proporciona una guía básica para las personas que crían a un nieto (o al hijo de otro pariente). La guía incluye la siguiente información: cómo comenzar, apoyo, asuntos legales, finanzas, trabajo, vivienda y seguridad, salud, educación y cuidado infantil, y retos familiares.

Brookdale Foundation Group: Relatives as Parents Program (RAPP)

www.brookdalefoundation.net

Promueve la creación o ampliación de servicios para abuelos y otros familiares que han asumido la responsabilidad de la paternidad/ maternidad sustituto/a debido al maltrato de los padres. Proporciona acceso a publicaciones de RAPP, enlaces estatales y nacionales útiles, y programas locales y estatales.

Family Caregiver Alliance- www.caregiver.org

Ofrece consejos para cuidadores, información, cuestiones de pólizas, boletines informativos, grupos en línea y más recursos.

Grandfamilies State Law & Policy Resource Center- www.grandfamilies.org

Proporciona recursos legales colaborativos nacionales que apoyan a las familias de abuelos dentro y fuera del sistema de bienestar infantil. Encuentre una base de datos de búsqueda de leyes y legislaciones aplicables a las familias de abuelos, resúmenes y comparaciones de leyes y legislación, publicaciones que apoyan a las familias de abuelos y más.

National Alliance for Caregiving- www.caregiving.org

Ofrece informes, consejos para cuidadores, publicaciones y más.

UW-Extension: Grandparenting Today- fyi.extension.wisc.edu/grandparenting

Las hojas informativas "A través de los ojos de un niño" dan a los abuelos información sobre las relaciones y el desarrollo infantil.

This publication is produced courtesy of ADRC of Brown County, endorsements are not assumed or implied. Reproduction is permitted as long as credit to the agency is retained and distribution is for noncommercial purposes only. ADRC of Brown County is an equal opportunity provider functioning under an affirmative action plan.