



Información Motivación Apoyo

de alguien que ha estado ahí

"Tener un mentor ha significado mucho para mí, ya que me sentía solo en una comunidad de personas sin discapacidades. Nadie entiende lo que estoy pasando mejor que un mentor. Estoy entusiasmado con mi futuro". – Tom

¡Infórmese hoy mismo!

**Fundación de Christopher & Dana Reeve
CENTRO NACIONAL DE RECURSOS
PARA LA PARÁLISIS**

636 Morris Turnpike, Suite 3A
Short Hills, NJ 07078
800 539 7309 línea gratuita dentro de los EE. UU.
973-379-2690 teléfono

ChristopherReeve.org/ProgramaPFSP
ChristopherReeve.org | Paralisis.org

Esta publicación cuenta con el apoyo de la Administración para la Vida en Comunidad (ACL) del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos (HHS), como parte de una subvención de asistencia financiera de \$9,447,037, financiada en un 100 % por dicha entidad. El contenido es de los autores y no representa necesariamente las opiniones oficiales de la ACL/ HHS o del Gobierno de Estados Unidos, ni su respaldo.



¿Qué es el Programa de Apoyo entre Compañeros y Familiares?

La mejor fuente de conocimiento es la experiencia. Las personas que viven con parálisis y sus familiares o cuidadores a veces tienen dificultad o se sienten abrumados al tratar de lidiar con su nueva realidad.

Es por eso que la Fundación de Christopher & Dana Reeve creó el Programa de Apoyo entre Compañeros y Familiares para que las personas que viven con parálisis, así como para aquellos que les cuidan, puedan unirse en esperanza, apoyo y para seguir juntos adelante.

Nuestra red gratuita de mentores, disponible en todo el país, ayuda a todos, desde las personas con parálisis reciente y sus familiares, hasta las personas que han vivido con parálisis por mucho tiempo. Ofrece orientación e información personalizada que necesitan para vivir una vida satisfactoria.

Una vez que haya sido emparejado con su mentor entrenado y certificado, recibirá:

- **Apoyo de un mentor**—obtenga asesoramiento y orientación de su mentor que entiende las realidades cotidianas y los desafíos a largo plazo de la vida con parálisis.
- **Ayuda personalizada**—reciba respuestas a sus preguntas y motivación para alcanzar sus metas de alguien que está prosperando en la vida con parálisis.
- **Orientación para explorar los recursos**—obtenga ayuda para acceder a una variedad de recursos locales, estatales y nacionales.
- **Emparejamiento con un mentor**—tratamos de reunir a personas de edad, sexo, nivel de parálisis y estado de veterano similares.
- **Interacciones personales confidenciales y enfocadas en sus necesidades**—decida que temas desea discutir, con qué frecuencia se reunirá y cómo se comunicará con su mentor (en persona o por teléfono, correo electrónico, mensaje de texto o video chat).

Más de 22,000 personas han sido ayudadas por nuestros mentores ubicados más de 40 estados.

Adaptarse a la vida con parálisis es más fácil con ayuda. Comuníquese con nosotros ya para hablar con un mentor.



“Gracias al Programa de Apoyo entre Compañeros y Familiares de la Fundación Reeve, siento que mi familia y yo no estamos solos en esta nueva etapa de mi vida.” – Kristi

¿Cómo puede ayudar un mentor?

Con años de experiencia en el mundo real y acceso a una gran cantidad de información y recursos, su mentor está bien equipado para ofrecer ayuda en una variedad de temas como:

- Transición de un centro de rehabilitación al hogar
- Regresar al trabajo o a la escuela
- Cuidado de la salud y complicaciones secundarias
- Hacer frente a las responsabilidades de ser cuidador
- Fomentar confianza y motivación
- Mantener relaciones saludables después de la parálisis
- Y mucho, mucho, mucho más

Si desea tener una discusión honesta, real y constructiva sobre la vida con parálisis, póngase en contacto con nosotros hoy.