

Lista de verificación para la planificación centrada en la persona:

No planifiquen sobre mí sin mí.

- Invitaré a personas importantes para mí a mi reunión.
- Decidiré quién dirigirá mi reunión.
- Elegiré de qué deseo hablar en mi reunión y también de qué no deseo hablar.
- Escogeré una hora y un lugar para mi reunión que resulte conveniente para que todos asistan.
- Mis deseos y necesidades se incluirán en mi plan.
- Los cambios en mi plan se realizarán únicamente después de discutirlos con mi trabajador.
- Seré finalmente responsable de las decisiones que tome.

La Planificación Centrada en la Persona es un proceso que ayuda a conectarlo con los servicios adecuados para usted. Adaptamos los servicios y apoyos a sus necesidades basados en su condición y circunstancias y, en la medida de lo posible, en su elección personal.

¿A quién contactar?

Si una persona está en riesgo inmediato de causar daño grave a sí misma o a otra persona, llame al 911.

Para crisis llame al 1-833-295-0616 (TTY 711)

Para acceder a los servicios, llame al (231) 922-4850 o 1-800-492-5742 o a una de las cuatro oficinas enumeradas a continuación:

Para acceder a los Servicios de Trastornos por Uso de Sustancias llame a NMRE al 1-800-834-3393.

Para Servicio al Cliente llame al 1-800-337-8598

HORARIOS DE OFICINA LUNES a VIERNES 8:00 AM-5:00 PM

OFICINA ADMINISTRATIVA

105 Hall Street, Suite A 2715 South Townline Road
Traverse City, MI 49684 Houghton Lake, MI 48629
(231) 922-4850 (989) 366-8550

527 Cobb Street 204 Meadows Drive
Cadillac, MI 49601 Grayling, MI 49738
(231) 775-3463 (989) 348-8522

northernlakescmh.org

Si habla un idioma distinto al inglés, hay servicios de asistencia lingüística disponibles para usted, sin costo alguno. Llame a Servicios al Cliente al 1-800-337-8598 (TTY 711). Northern Lakes Community Mental Health Authority (NLCMHA) cumple con las leyes federales vigentes sobre derechos civiles y no discrimina por motivos de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo. NLCMHA es miembro de la Entidad Regional del Norte de Michigan (www.nmre.org) y recibe su financiación principal del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Michigan. Esta información fue revisada por consumidores.

Rev. enero del 2025



Planificación Centrada en la Persona

¡Todo gira alrededor de USTED!



www.northernlakescmh.org

¿Qué es la Planificación Centrada en la Persona?

Planificación Centrada en la Persona (PCP) es el proceso que utilizas para desarrollar tu Plan Individual de Servicios (PIS). Este proceso te ayuda a establecer y alcanzar las metas que son importantes para ti. La Planificación Centrada en la Persona toma en cuenta tus preferencias, elecciones, habilidades y cultura, y se basa en tus fortalezas y en los apoyos que ya puedes tener en la comunidad.

La planificación comienza contigo y con tu profesional de salud mental y puede incluir a cualquier otra persona que elijas invitar. Puedes elegir involucrar a tus padres, otros miembros de la familia, amigos o cualquier persona importante en tu vida. La decisión es completamente tuya.

También puedes elegir a un asistente capacitado llamado Facilitador Independiente para ayudarte a desarrollar tu plan y conducir tu reunión de PCP. (Este servicio no está disponible para personas que reciben servicios ambulatorios a corto plazo, solo medicación o trastornos por uso de sustancias.)



¿Cómo comienzo?

Tendrás que pensar en algunas cosas con anticipación, como:

- ¿Cuáles son mis esperanzas, sueños y deseos para el futuro?
- ¿Cómo quiero pasar el tiempo cada día?
- ¿Con quién quiero pasar tiempo?
- ¿Qué cosas me gustaría aprender?
- ¿Qué cosas nuevas me gustaría hacer?
- ¿Qué cosas geniales debería saber mi trabajador sobre mí?
- ¿Qué apoyos necesito ahora y en el futuro?

¿Cómo será la Reunión de Planificación?

Necesitarás decidir con quién te gustaría contar para crear un plan para establecer y alcanzar tus metas. Estas personas serán invitadas a una reunión. La reunión puede comenzar con todos presentándose y compartiendo por qué están en tu reunión.

Compartirás tus esperanzas, sueños y deseos para el futuro. Las personas que hayas invitado también compartirán sus sueños para ti. De esta manera, todos se conocerán mejor.

Hablarás sobre lo que podría obstaculizar tus planes. Puede ser un problema de salud física o mental, o quizás haya una habilidad que necesitas aprender primero.

Después de que se hayan discutido todos los problemas, tú y tu grupo trabajarán juntos para decidir quién puede ayudarte a trabajar en tus planes para el futuro.

Si no estás satisfecho con tu plan, asegúrate de informar a tu trabajador. Él o ella puede organizar un nuevo proceso de planificación para que tenga lugar. Tu trabajador también te informará sobre tu derecho a apelar si continúas estando insatisfecho con tu plan..