

Obsequios considerados para padres cuidadores

La vida cotidiana de los padres de niños con necesidades especiales de atención médica suele estar llena de cuidados y consultas médicas, reuniones escolares, inquietudes relacionadas con la alimentación y el sueño, desafíos relacionados con el comportamiento, problemas entre hermanos y mucho más. Todo esto se encuentra por encima de los trabajos, las tareas y la vida familiar. La situación puede resultar abrumadora para estos padres que, por lo general, no tienen tiempo para ocuparse de ellos mismos, de sus relaciones y de las cosas que disfrutan hacer.

Durante esta temporada de festividades, piense en algunos regalos prácticos y personales para un padre cuidador que conozca, que ayuden a aliviar parte su estrés durante todo el año. Recuerde que puede resultar difícil para estos padres ausentarse durante períodos de tiempo prolongados. ¡A veces, compartir algo de tiempo, tener una mente abierta y ofrecer ayuda son los mejores obsequios!

Ideas de obsequios que ofrecen ayuda

- Ayudar con el lavado de ropa
- Limpiar un armario o una habitación
- Recoger o entregar materiales reciclables
- Clasificar correspondencia u otros documentos
- Hacer las compras de alimentos
- Preparar comidas
- Reemplazar las baterías de los detectores de humo
- Desechar documentos viejos
- Colocar o guardar adornos de festividades
- Llevarlos a las consultas
- Lavar el automóvil
- Realizar el mantenimiento de temporada del hogar/jardín
- Cuidar a los niños
- Brindar ayuda práctica (preparar comidas, brindar apoyo en una reunión del programa de educación individualizada o IEP, llevar a los hermanos a un evento escolar, etc.)
- Invitarlos a tomar un café o un té con un amigo
- Permitir la dedicación de tiempo ininterrumpido para hacer una actividad personal

Ideas de obsequios personales

- Servicio de comidas a domicilio
- Tarjeta de regalo de un supermercado
- Servicio de productos de supermercado a domicilio
- Entradas para ir al cine
- Libro favorito
- Canasta de obsequios (películas, juegos, artículos inspiradores, etc.)
- Pañales, toallitas y otros productos descartables similares.
- Servicio de limpieza
- Tarjeta de regalo para tomarse una fotografía familiar
- Suscripción a servicios de música
- Tarjeta de regalo para obtener combustible

