pciones legales.

tando quién tiene la autoridad legal de re y en nombre de su nieto. ¿Dónde vivirá é atención médica recibe? Para resolver stos, y dependiendo de su situación, ar lo siguiente:

s padres le dan su consentimiento para niño a corto plazo

la de parientes—usted brinda cuidados el estado tiene la custodia legal

usted tiene la patria potestad, pero los ndo algunos derechos (como de visita) ene toda la autoridad y los padres no

estado a otro. Para obtener más onerse en contacto con:

alizado en derecho de familia

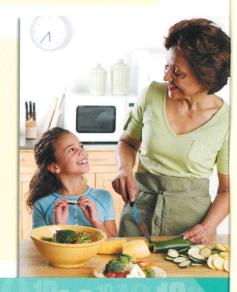
n asistente legal

servicios sociales local o estatal.

ok.

er cuando se y sus actos n alabarlo, nás simples Usted puede us esfuerzos deportes o a, incluso si nada portante comentarios os!

6



10 consejos para criar a los nietos

Cuídese.

No ignore su propia salud y bienestar. Sin ellos, no podrá brindarle a su nieto todos los cuidados que necesita.

- Vea a su profesional de la salud para exámenes periódicos y citas.
- Coma comidas saludables y duerma lo suficiente.
- Haga ejercicio físico. (Consulte a su profesional de la salud antes de iniciar un programa de ejercicio físico.)
- Dedíquese tiempo. Es importante que se tome un descanso de vez en cuando. Haga algo divertido o relajante que lo ayude a "recargar sus pilas".



iRecuerde que no está solo!

Muchos abuelos están haciendo lo mismo que usted. Hay ayuda disponible. Para obtener apoyo y asistencia, póngase en contacto con:

- un grupo de apoyo, como un grupo para "familias de abuelos"
- > servicios de cuidados de alivio
- el consejero escolar o el asistente social de su nieto
- centros comunitarios y organizaciones religiosas locales
- ▶ la National 2-1-1 Collaborative (para servicios de salud y humanos) www.211.org o llame al 2-1-1.

Sus cuidados son un don para su nieto y para su hijo(a). Los cuidados llenos de amor son el mayor regalo.

7