

Stel je eigen ondersteuningsplan op

Tegenwoordig heb je het recht om zelf je ondersteuningsplan op te stellen. In dit plan geef je aan hoe jouw situatie eruit ziet, wat je wil verbeteren en hoe je dat wil bereiken.

Vraag je familieleden, vrienden of andere mensen om je heen om met je mee te denken. De medewerker van het wijkteam zal op basis van jouw ondersteuningsplan afspraken met je





maken over wat jij kunt doen en waar mogelijk het wijkteam in kan ondersteunen.

Hoe jouw ondersteuningsplan er uit ziet, bepaal je helemaal zelf! Het kan een handgeschreven of getypt verhaal, een film-
pje, een tekening, een kunstwerk of iets anders zijn. De stappen hierna zullen je helpen.

Stap 1: Wat gaat goed en waar ervaar ik problemen?

 Financiën	<input type="checkbox"/> Heb je moeite met rondkomen? <input type="checkbox"/> Heb je schulden? <input type="checkbox"/> Ontvang je een uitkering?	 Verslaving	<input type="checkbox"/> Ben je verslaafd aan drugs, gokken of alcohol? <input type="checkbox"/> Zo ja, welke invloed heeft dit op je? <input type="checkbox"/> Krijg je hulp?
 Dagbesteding	<input type="checkbox"/> Heb je overdag iets te doen? <input type="checkbox"/> Heb je betaald werk? <input type="checkbox"/> Volg je een opleiding?	 Activiteiten dagelijks leven	<input type="checkbox"/> Lukt het om goed voor jezelf te zorgen? <input type="checkbox"/> En voor anderen waar je mee samenwoont? <input type="checkbox"/> Hoe organiseer je het huishouden?
 Huisvesting	<input type="checkbox"/> Heb je een vaste woonplek? <input type="checkbox"/> Zo ja, ben je tevreden over waar je woont?	 Sociaal netwerk	<input type="checkbox"/> Heb je vrienden, familie en kennissen om je heen die je kunnen helpen bij problemen?
 Huiselijke relaties	<input type="checkbox"/> Woon je met anderen onder een dak? <input type="checkbox"/> Zo ja, gaat het goed samen?	 Maatschappelijke participatie	<input type="checkbox"/> Maak je deel uit van groep, vereniging, organisatie? <input type="checkbox"/> Wat doe je voor mensen om je heen, behalve vrienden, familie en kennissen?
 Geestelijke gezondheid	<input type="checkbox"/> Heb je last van geestelijke problemen? <input type="checkbox"/> Zo ja, hoe ga je hiermee om? <input type="checkbox"/> Krijg je hulp?	 Justitie	<input type="checkbox"/> Ben je nu of kort geleden in aanraking gekomen met politie of justitie?
 Lichamelijke gezondheid	<input type="checkbox"/> Heb je een lichamelijke aandoening? <input type="checkbox"/> Zo ja, hoe ga je hiermee om? <input type="checkbox"/> Krijg je hulp?		

Stap 2: Wat heb ik nodig?

-  Waar heb ik behoefte aan? 
-  Wat wil ik bereiken? 

Stap 3: Wat gaan we doen en wanneer?



Let op! Zorg dat je het ondersteuningsplan bij je hebt tijdens het gesprek met de medewerker van het wijkteam.

Vragen? Bel 14038, vul het contactformulier in op www.swtzwolle.nl of loop binnen bij het wijkteam. Op de website www.swtzwolle.nl is veel informatie te vinden. Hier vind je ook de openingstijden en locaties van de vijf wijkteams van Zwolle.