

MODULE “HUISHOUDEN & WONEN”



Jongeren met een beperking in bewegen kunnen evenals hun leeftijdsgenoten een zelfstandig bestaan opbouwen. Dit gaat echter niet altijd vanzelf. De groepsbijeenkomsten met het thema ‘Huishouden en Wonen’ bieden ondersteuning bij de weg naar een zelfstandig leven.

Wat is het doel van de module “Huishouden & Wonen”

Jongeren met een chronische aandoening ondersteunen bij het zelfstandig plannen en keuzes maken met betrekking tot huishouden en wonen, en het managen van financiële uitgaven en het runnen van het huishouden.

Hoe gaat de module te werk?

Tijdens de eerste groepsbijeenkomst maak je kennis met je groepsgenoten. In de bijeenkomsten daarna bespreken we de dromen en wensen voor de toekomst en gaan we aan de slag met het maken én uitvoeren van ieders individuele stappenplan. Ook krijg je informatie over het vinden van passende huisvesting, leer je je eigen financiën te beheren en oefen je met huishoudelijke taken, zoals het koken van een maaltijd.

Na ongeveer een half jaar komen we met de hele groep nog een keer bij elkaar. Tijdens deze bijeenkomst horen we graag hoe het met je gaat en of de je de eerder gemaakte plannen hebt kunnen uitvoeren. Afhankelijk hiervan is het mogelijk aanvullende individuele begeleiding te krijgen van de ergotherapeut of de maatschappelijk werker.

Na het volgen van de module:

- heb je inzicht in je eigen toekomstbeeld ten aanzien van studie, werk, wonen
- heb je een duidelijk actieplan om je doelen te bereiken
- kan je een dag- en weekplanning maken waarin je rekening houdt met jouw belastbaarheid
- ben je op de hoogte waar je relevante informatie over het thema wonen kan vinden
- heb je geoefend met het koken van een maaltijd
- heb je geoefend met huishoudelijke taken zoals boodschappen, stofzuigen, etc

- heb je inzicht in hoeveel geld je aan het huishouden kwijt bent en hoe je je geld kan beheren
- ben je op de hoogte van de instanties die je kunnen helpen bij het vinden van (tijdelijk) werk

Welke disciplines zijn bij de ondersteuning betrokken?

Tijdens de bijeenkomsten is er zowel een ergotherapeut als een maatschappelijk werker aanwezig.

Voor wie?

De module is ontwikkeld voor jongeren met een lichamelijke beperking in de leeftijd van 15 tot 25 jaar, zonder ernstige leerproblemen. De ondersteuning vindt in groepsverband plaats. Er zijn dertien bijeenkomsten van circa twee uur. Elke bijeenkomst bestaat uit een informatief deel en een actief deel waarin je zelf aan de slag gaat.

Hoe kun je je aanmelden?

Je kunt bij het revalidatiecentrum in jouw buurt navragen of zij een Polikliniek Jongvolwassenen hebben. Hier kunnen ze je ook doorverwijzen naar een ander centrum of ziekenhuis. Je kunt ook zelf op Internet kijken in welke plaatsen je terecht zou kunnen:

www.opeigenbenen.nu/nl/transitienet

VU medisch centrum



Deze module is ontwikkeld door VU medisch centrum Amsterdam

Voor meer informatie kunt u terecht bij

TransitieNet
Coördinator Sander Hilberink
Erasmus MC
Afdeling Revalidatiegeneeskunde (kamer D.025)
Postbus 2040
3000 CA Rotterdam
E: s.hilberink@erasmusmc.nl
T: 010- 703 1549

TransitieNet wordt mogelijk gemaakt door:

