

Het persoonlijk plan

Persoonlijk plan

Opgesteld op :
Ingevuld door :
Mede-invuller (partner, familielid, mantelzorger, e.d.) :

Persoonsgegevens

Naam :
Adres :
Telefoon :
E-mail :
Gezinssamenstelling :

Vraag 1. Wie ben ik?

Wat is uw situatie? Hoe ziet uw huishouden er uit? Waarom vraagt u ondersteuning aan bij de gemeente? Welke belemmering ervaart u in het dagelijks leven? *(Als u dit wilt, kunt u hierbij medische informatie uit uw eigen dossier bijvoegen. U bent dit niet verplicht! Maar u kunt daarmee misschien wel makkelijker uitleggen waarom u bepaalde ondersteuning nodig heeft van de gemeente.*

Vraag 2. Wat wil ik in mijn leven en welke ondersteuning heb ik daarbij nodig?

A. Wat wil ik in mijn leven?

Denk na over de vraag hoe u wilt u dat uw leven eruit ziet, nu en in de toekomst. Wat wilt u gaan ondernemen, leren of proberen? Wat wilt u veranderen? En wat wilt u hetzelfde houden?

B. Wanneer heb ik ondersteuning nodig?

Geef aan welke ondersteuning u nodig heeft. In de toelichting bij het persoonlijk plan vindt u een overzicht van de diverse levensterreinen. U zult merken dat sommige terreinen belangrijker voor u zijn dan andere. Dat is niet erg, maar het is wel handig om ze na te lopen, zodat u niets vergeet.

Vraag 3. Wat kan ik zelf of met hulp oplossen?

Beschrijf wat u zelf kunt doen en wat uw partner, familie, vrienden of burens eventueel kunnen doen. Geef ook aan welke hulp u al krijgt vanuit dit eigen netwerk.

Vraag 4. Hoe moet de ondersteuning er volgens u uit zien?

U wilt graag de ondersteuning die bij u past. Denk daarbij zaken zoals:

- De ondersteuner moet passen bij mijn gezinsleven, aansluiten bij mijn culturele of religieuze opvattingen of persoonlijk voorkeuren;
- Ik wil een ondersteuner die zich voor langere tijd aan mij verbindt;
- Ik wil iemand die mij stimuleert om eropuit te gaan;
- Ik heb iemand nodig die flexibel is in werktijden;
- Ik heb iemand in de nacht nodig;
- Ik heb iemand nodig die mij kan tegenspreken als dat nodig is;
- etc.

Het kan helpen om voor uzelf na te gaan welke ondersteuning voor u absoluut niet werkt. Als u weet wat voor u niet werkt, dan weet u uit ervaring aan welke eisen goede ondersteuning voor u moet voldoen. Bijvoorbeeld: "Ik wil niet dat iemand mij zomaar aanraakt, dus ik vind het belangrijk dat de ondersteuner niet over mijn grenzen gaat en mijn leefwijze respecteert."

Wat werkt wel	Wat werkt niet

Vraag 5. Zijn er algemene voorzieningen van de gemeente geschikt?

Algemene voorzieningen zijn bijvoorbeeld: het buurthuis, het ouderenwerk, het maatjesproject, de strijkservice. Tip: informeer bij uw gemeente (telefonisch of via de website) welke algemene voorzieningen uw gemeente heeft en of u daarmee in uw situatie uit de voeten kunt. Als u die informatie niet van de gemeente kunt krijgen, kunt u alleen dat vermelden.

Vraag 6. Waarvoor vraag ik ondersteuning bij de gemeente?

Beschrijf het doel van de ondersteuning en de activiteiten/het type ondersteuning om dat doel te bereiken. *Let op: geef aan hoeveel ondersteuning u gemiddeld per maand nodig heeft. Dit kan in tijd wisselen: in sommige maanden minder dan in andere maanden). Beschrijf per activiteit het gemiddelde aantal uren per week/maand en het totaal aantal uren dat u jaarlijks nodig heeft.*

Activiteit/type ondersteuning	Gemiddeld aantal uren per week of maand	Totaal aantal per jaar

Als u voor dit voor het eerst invult, is het moeilijk om dit exact aan te geven. Houd rekening met bijvoorbeeld vakanties. Spreek in het gesprek af wanneer u dit met de gemeente evalueert en zo nodig bijstelt (zie ook de toelichting op dit persoonlijk plan - volgende pagina)

Indien van toepassing:

Vraag 7. Waarom wil ik (onderdelen van) deze ondersteuning inkopen via een pgb?

Beschrijf waarom u kiest voor een persoonsgebonden budget.