

Fase 1: Wennen en kennis maken

Startdatum:

In deze fase begin ik op mijn woonplek en met mijn begeleidingstraject. Ik leer mijn medebewoners en de buurt **kennen**. Ik maak kennis met mijn begeleiders.

Het doel van deze fase is om te **wennen** aan mijn nieuwe woonsituatie. En om goed te leren **samenwerken** met mijn begeleiders.

Ik weet waarom ik hier woon. En waarom ik begeleiding krijg. Ik weet waarom we met het faseplan werken.

Wat doe ik?	Dit kan ik	Dit doe ik zelfstandig	Wat doen je begeleiders?	Akkoord PB-er
Ik maak kennis met mijn begeleiders			Je begeleiders stellen zich aan je voor	
Ik ruim mijn nieuwe woning in			Je huidige en/of nieuwe begeleiders helpen jou de woning in te ruimen	
Ik teken het sleutelcontract			Je begeleiders nemen met jou het sleutelcontract door en vragen je deze te ondertekenen	
Ik gebruik mijn sleutels volgens de afspraken			Je begeleiders leggen je de afspraken uit	
Ik zorg ervoor dat instanties en mijn naasten mijn nieuwe adres hebben			Je begeleiders ondersteunen je bij het invullen en verzenden van je adreswijzigingen	
Ik heb een DigID			Je begeleiders leggen je uit wat een DigID is en helpen je zo nodig bij het aanvragen	
Ik laat mijn begeleiders toe in mijn woning			Je begeleiders vragen toestemming om binnen te komen	
Ik heb elke dag contact met mijn begeleiders			Je begeleiders helpen je herinneren en zijn er voor je	
Ik houd mij aan de huisregels			Je begeleiders leggen de huisregels uit en houden je er aan	
Als een begeleider belt neem ik op of bel ik dezelfde dag nog terug			Je begeleiders houden je aan deze afspraak	
Ik vertel mijn begeleiders wanneer ik de locatie verlaat en wanneer ik terugkom			Je begeleiders moeten altijd weten wie er in de locatie aanwezig zijn	
Ik vertel wanneer ik weer terug ben			Je begeleiders moeten altijd weten wie er in de locatie aanwezig zijn	
Ik ben om 22 uur thuis			Je begeleiders checken of je om 22 uur thuis bent	
Ik schrijf me in bij een huisarts, tandarts en apotheek			Je begeleiders helpen je hier zo nodig bij	
Ik neem mijn medicatie in			Je begeleiders vullen samen met jou het formulier in (BEM lijst) Jullie spreken samen af hoeveel begeleiding je hierbij nodig hebt	

Titel: Faseplan verblijf		Versienummer: 2.0
Auteur: Hans Willemsen	Vastgesteld door: MT GGZ-LVB+	Datum: 25 januari 2025
Co-Auteur::		Geldig tot 25 januari 2024

Wat doe ik?	Dit kan ik	Dit doe ik zelfstandig	Wat doen je begeleiders?	Akkoord PB-er
Ik heb een gesprek met mijn begeleiders over mijn persoonlijke verzorging			Je begeleiders beginnen hierover als jij dat niet doet Je begeleiders geven je zo nodig tips en adviezen	
Ik maak kennis met de gedragsdeskundige			Je begeleiders helpen je hier zo nodig bij De gedragsdeskundige legt uit wat hij/zij voor jou kan doen	
Ik gebruik geen alcohol en drugs in mijn woning			Je begeleiders zien hierop toe en helpen je als dat nodig is	
Ik heb geen drugs of alcohol in huis			Je begeleiders controleren dat	
Ik maak een bezoekerlijst			Je begeleiders leggen uit waarom. Ze bespreken deze lijst met je zodat ze weten wie je bezoekers zijn	
Ik meld mijn bezoek aan en af bij mijn begeleiders			Je begeleiders helpen je hier zo nodig bij	
Ik maak kennis met mijn burens			Je begeleiders helpen je daar zo nodig bij en	
Ik gedraag me als een goede buur			Je begeleiders bespreken hoe je met je burens om moet gaan	
Ik maak kennis met alle medewerkers van de locatie (nachtdienst, gastvrouw, huismeester)			Je begeleiders helpen je daarbij en houden bij of je iedereen hebt ontmoet	
Ik heb dagbesteding/werk/school voor minimaal drie dagen per week			Je begeleiders helpen je hierbij en stimuleren je	
Ik bespreek mijn financiën met mijn begeleiders			Je begeleiders helpen je om je inkomsten en uitgaven op een rij te zetten	
Ik weet welke indicatie ik heb en voor hoe lang			Je begeleiders leggen uit wat een indicatie is en wat dat voor je betekent	
Ik doe boodschappen voor een gezonde maaltijd			Je begeleiders helpen je hierbij	
Ik weet welke indicatie ik heb en voor hoe lang			Je begeleiders leggen uit wat een indicatie is en wat dat voor je toekomst betekent	
Ik nodig mijn toezichthouder (reclassering) uit in mijn woning en stel hem voor aan mijn begeleiders			Je begeleiders helpen je deze afspraak te maken	

Mijn begeleiders en ik zijn het erover eens dat ik met deze fase klaar ben.

Datum:

Naam en handtekening cliënt:

Naam en handtekening begeleider:

.....

.....

Fase 2: Mijn plan maken

In deze fase onderzoek ik wie ik **ben** en wat ik wil **leren**. En ik onderzoek **wat ik daarbij nodig heb**.

Ik kijk met mijn begeleiders waar ik goed in ben. En waar ik begeleiding of hulp bij nodig heb.

Het doel van deze fase is een plan te maken. Hierin staan mijn doelen. En wat ik ga doen om deze doelen te bereiken.

Aan het einde van deze fase is mijn **zorgplan** gereed.

Wat doe ik?	Dit kan ik	Dit doe ik zelfstandig	Wat doen je begeleiders?	Akkoord PB-er
Ik vertel wat voor mij belangrijk is in mijn leven			Je begeleiders vragen je hiernaar en jullie praten dan over wat jouw leven zin geeft	
Ik bespreek met mijn begeleiders wat een goede woonplek voor mij is.			Je begeleiders geven je tips of uitleg	
Ik weet wat ik voor die woonplek nog moet leren			Je begeleiders geven je tips of uitleg	
Ik heb een gesprek over mijn toekomst met de gedragsdeskundige			Je begeleiders gaan, als je dat wilt, met je mee	
Ik weet wat risicosituaties voor mij zijn en maak een plan hoe ik daarmee om wil leren gaan			Je begeleiders helpen je hierbij en adviseren je	
Ik bespreek met mijn toezichthouder de risicosituaties in mijn zorgplan			Je begeleider is hierbij aanwezig; de toezichthouder vult aan vanuit het toezichtplan	
Ik vul de vragenlijsten in voor mijn zorgplan			Je begeleiders weten welke lijsten dit zijn en helpen je hierbij.	
Ik kan vertellen wat ik over een jaar wil hebben bereikt			Je begeleiders vragen hiernaar en geven je tips	
Ik weet aan welke doelen ik wil werken en wat ik wil leren			Je bespreekt deze doelen samen met je begeleiders	
Ik leer hoe ik hulp kan vragen			Je begeleiders geven je tips en oefenen met je	
Bij moeilijke beslissingen vraag ik advies aan mijn begeleiders			Je begeleiders leggen je uit over welke dingen dat bijvoorbeeld kan gaan. Ze geven je advies als je dat vraagt	
Ik vertel mijn begeleiders over mijn vrienden			Je begeleiders vragen hiernaar Samen passen jullie zo nodig de bezoekerslijst aan	
Ik spreek vaste contactmomenten af met mijn begeleiders.			De begeleiders komen naar je toe en spreken met je in je kamer/woning.	
Als ik een afspraak heb met een begeleider, dan zorg ik dat ik er ben			Je begeleiders helpen je herinneren en leren je wat je kunt doen als het niet lukt	
Ik houd mij aan de afspraken met mijn begeleiders			Je begeleiders maken duidelijk om welke afspraken het gaat, bijvoorbeeld je weekschema, mee-eten, wasmomenten	

Wat doe ik?	Dit kan ik	Dit doe ik zelfstandig	Wat doen je begeleiders?	Akkoord PB-er
Ik ga op een nette manier met mijn begeleiders en medebewoners om			Je begeleiders spreken je hierop aan en geven je tips	
Ik ga naar dagbesteding/school/werk			Je begeleiders zien hierop toe. Samen met je begeleiders bespreek je hoeveel dagen per week je aankunt	
Ik ga op tijd naar bed wanneer dat nodig is			Je begeleiders spreken je hierop aan en geven je tips	
Ik heb een vrijetijdsbesteding			Je begeleiders geven je tips over de manieren waarop jij je vrije tijd op een goede manier kunt invullen	
Ik heb een gesprek over mijn lichaam en over seksualiteit			Je begeleiders beginnen hierover als jij dat niet doet en geven je zo nodig tips of uitleg	
Ik maak kennis met de wijkagent, zodat ik weet bij wie ik terecht kan als ik problemen heb			Je begeleiders helpen je hierbij en leggen uit waarom	
Ik ken de voorzieningen in de buurt			Je begeleiders maken met jou een rondje in de buurt. We lopen langs winkels, de gemeente, huisarts, tandarts, apotheek, bus en tram	
Ik bekijk met mijn persoonlijk begeleider of ik geld kan besparen			Je begeleiders helpen je hier bij (bijvoorbeeld: https://www.amsterdam.nl/werk-inkomen/pak-je-kans/ of een stadspas)	

Mijn begeleider en ik zijn het erover eens dat ik met deze fase klaar ben.

Datum:

Handtekening cliënt:

Handtekening begeleider:

.....

.....

Fase 3: Mijn plan uitvoeren

Ik ga aan de slag met mijn doelen. Ik leer om steeds meer dingen **zelfstandig** te doen.

Ik leer rekening te houden met anderen. En om te gaan met **regels en vrijheden**.

Aan het eind van deze fase weet ik waar ik goed in ben. En ik kan omgaan met mijn beperking.

Ik weet wat de **gevolgen** zijn van mijn keuzes en mijn gedrag.

Wat doe ik?	Dit kan ik	Dit doe ik zelfstandig	Wat doen je begeleiders?	Akkoord PB-er
Ik weet wat een passende vervolgplek voor me is			Je begeleiders bespreken dit nogmaals met je	
Ik beheer mijn eigen voedingsgeld en lever de kassabonnen in			Je begeleiders controleren of het goed gaat en geven je tips	
Ik hou mij aan mijn medicatie afspraken			Je begeleiders zien hierop toe	
Ik weet hoe ik met risicosituaties om moet gaan			Je begeleiders zorgen dat je hierop blijft letten	
Ik weet wat wel en wat niet goed is voor mijn gezondheid			Je begeleider leggen je dit uit en stimuleren gezond gedrag	
Ik bereid gezonde maaltijden			Je begeleiders zien hierop toe en geven je tips	
Ik maak mijn woning 1 x per week schoon			Je laat dit zien aan je begeleiders, zij geven je tips of uitleg	
Ik verzorg mezelf en mijn lichaam goed			Je begeleiders stimuleren je	
Ik ga op een verstandige manier met seksualiteit om			Je begeleiders geven je tips of uitleg	
Ik praat over de dingen waar ik niet goed in ben of hulp bij nodig heb			Je begeleiders of de gedragsdeskundige doen dit samen met je	
Ik vraag op een goede manier om hulp			Je begeleiders ondersteunen je hierbij en doen het zo nodig voor	
Ik gedraag mij als een goede partner, vriend of familielid			Je begeleiders bespreken wat jij onder 'goed' verstaat en geven je tips of uitleg. Je begeleiders stimuleren je in contacten met je netwerk	
Ik zeg nee als ik iets niet wil of iets niet goed voor mij is			Je begeleiders zien hierop toe en helpen je hierbij	
Ik ga op een goede manier met het gebouw en de buurt om			Je begeleiders zien hierop toe	
Als ik iets stuk maak / er iets stuk gaat, zorg ik dat het gerepareerd wordt			Je begeleiders helpen je hier zo nodig bij	

Wat doe ik?	Dit kan ik	Dit doe ik zelfstandig	Wat doen je begeleiders?	Akkoord PB-er
Ik kom op tijd bij mijn dagbesteding/school/werk			Je begeleiders stimuleren je en zien hierop toe	
Ik stuur bezoek naar huis als ik naar bed moet of iets anders moet doen			Je begeleiders zien hierop toe	
Ik werk aan de doelen van mijn zorgplan			Je begeleiders stimuleren je en helpen je hier zo nodig bij	
Ik ga op een verstandige manier met drank, gamen en drugs om			Je begeleiders zien hierop toe en helpen je hier zo nodig bij	
Ik weet hoe ik mezelf rustig kan maken of houden, als ik bang, boos of verdrietig ben			Je begeleiders helpen je hierbij	
Ik geef mij op voor een cursus als ik iets wil of moet leren			Je begeleiders stimuleren je hierin en helpen je hierbij	
Ik ga op een verstandige manier met sociale media om			Je begeleiders helpen je hierbij	
Ik ga niet met mensen om die me betrekken bij criminele activiteiten			Je begeleiders en toezichthouder helpen je hierbij	
Ik houd contact met mijn toezichthouder en laat hem / haar weten hoe het met mijn plan gaat			Je begeleiders stimuleren je hierin en helpen je hierbij. Ze regelen min. 1 x per 3 maanden een evaluatie samen met de toezichthouder	
Ik weet hoe ik terugval in criminele activiteiten kan voorkomen			Je begeleiders en toezichthouder helpen je hierbij	

Mijn begeleider en ik zijn het erover eens dat ik met deze fase klaar ben.

Datum:

Handtekening cliënt:

Handtekening begeleider:

.....

.....

Fase 4: Zorgen dat het goed blijft gaan

In deze fase laat ik zien dat ik veel dingen zelf kan regelen.
 Ik zorg dat het goed met me blijft gaan en houd me uit mezelf aan de afspraken.
 Ik heb minder begeleiding, maar vraag wel hulp als dat nodig is.

Wat doe ik?	Dit kan ik	Dit doe ik zelfstandig	Wat doen je begeleiders?	Akkoord PB-er
Ik kom uit met mijn (voedings)geld			Je begeleiders laten je steeds meer vrij als het goed gaat	
Ik houd mijn woning zelfstandig schoon			Je begeleiders zien erop toe	
Ik weet wat een passende vervolgplek is en doe wat ik moet doen om daar te kunnen gaan wonen			Je begeleiders gaan - als dat kan - alvast met je kijken op zo'n plek	
Ik maak een lijst van mijn risicosituaties			Je begeleiders en toezichthouder helpen je hierbij	
Ik schrijf daarachter wat ik moet doen om uit de problemen te blijven			Je begeleiders en toezichthouder helpen je hierbij	
Ik los eenvoudige problemen zelf op			Je begeleiders zien hierop toe en leggen je uit wat problemen zijn waar je altijd hulp bij moet vragen	
Ik vraag hulp bij het maken van moeilijke keuzes			Je begeleiders helpen je hierbij door de voordelen en nadelen van de keuzes met je te bespreken	
Ik regel mijn eigen huishouden (eten, woning, hygiëne, was)			Je begeleiders zien hierop toe en helpen je hier zo nodig bij	
Ik vraag hulp bij dingen die ik niet zelf kan (regelen)			Je begeleiders zien hierop toe	
Ik ga naar de dokter of tandarts als dat nodig is			Je begeleiders zien hierop toe en helpen je hier zo nodig bij	
Ik neem zelfstandig mijn medicatie in			Je begeleiders zien hierop toe	
Als ik seks heb, doe ik dat op een verstandige manier en met respect voor de ander			Je begeleiders vragen hiernaar en geven uitleg	
Ik kan er mee omgaan als een probleem niet meteen opgelost kan worden			Je begeleiders leren je dit zo nodig Je begeleiders geven je tips of uitleg	
Ik ken mijn risico's en weet die te vermijden			Je begeleiders zien hierop toe	
Ik heb een steunend sociaal netwerk en onderhoud dat			Je begeleiders zien hierop toe	
Ik heb een haalbaar toekomstplan en werk daaraan			Je begeleiders zien hierop toe	

Wat doe ik?	Dit kan ik	Dit doe ik zelfstandig	Wat doen je begeleiders?	Akkoord PB-er
Ik gedraag mij netjes in verschillende situaties			Je begeleiders spreken je hierop aan en geven je tips of uitleg	

Mijn begeleider en ik zijn het erover eens dat ik met deze fase klaar ben.

Datum:

Handtekening cliënt:

Handtekening begeleider:

.....

.....

Fase 5: terugkijken en voorbereiden op een vervolgplek

In deze fase bereid ik me voor op mijn vervolgplek. Ik werk toe naar de **afronding**. Ik leid een redelijk zelfstandig leven en kan goed omgaan met regels en vrijheden. Ik kan goed duidelijk maken aan anderen wie ik ben. Ik kijk met mijn begeleiders terug op wat ik geleerd heb. Ik maak **lijstjes met aandachtspunten** voor mezelf. We spreken af hoe de **overdracht** eruit zal zien. Ik zorg ervoor dat de verhuizing soepel kan verlopen. En dat ik een goede start op mijn vervolgplek kan maken.

Wat doe ik?	Dit kan ik	Dit doe ik zelfstandig	Wat doen je begeleiders?	Akkoord PB-er
Ik maak een lijst van de dingen die ik in de afgelopen periode geleerd heb en de dingen die ik (nu) zelfstandig kan			Je begeleiders helpen je hier zo nodig bij	
Ik vertel - wanneer dat nodig is - aan andere mensen wie ik ben en waar ik hulp bij nodig heb			Je begeleiders oefenen dit met je	
Ik maak een lijstje van de dingen waar ik goed in ben			Je begeleiders helpen je hierbij	
Ik weet aan welke doelen ik nog moet werken			Je begeleiders leggen je uit hoe welke doelen dat zijn	
Ik ga kijken op mijn vervolgplek			Je begeleiders gaan met je mee	
Ik maak een lijst van dingen die ik nog moet doen voordat ik naar de vervolgplek kan verhuizen			Je begeleiders helpen je hier zo nodig bij	
Ik maak een lijst van situaties die ik wil vermijden (mijn risicosituaties) en hoe ik dat kan doen			Je begeleiders gaan hierover met je in gesprek en neemt deze lijst met je door	
Ik maak een lijst met de belangrijkste dingen waar ik op moet blijven letten om uit de problemen te blijven			Je begeleiders gaan hierover met je in gesprek en neemt deze lijst met je door	
Ik maak een lijst van de dingen die ik ga doen om mijn toekomstplan te bereiken			Je begeleiders stimuleren je hierin en zien hierop toe	
Ik maak een lijst van de 5 dingen die belangrijk zijn om op een goede manier met mij om te gaan (mijn 'handleiding')			Je begeleiders helpen je hierbij	
Ik maak een lijst van de dingen en de keuzes waar ik hulp bij nodig heb			Je begeleiders helpen je hier zo nodig bij	

Ik regel mijn verhuizing en vraag hulp als ik die nodig heb			Je begeleiders stimuleren je hierin en zien hierop toe	
Ik kijk samen met mijn begeleider en toezichthouder terug op mijn traject			Je begeleiders helpen je zo nodig deze afspraak te maken	

Alle gemaakte lijsten worden toegevoegd aan het faseplan. Zo heb ik een goed verhaal over wie ik ben en wat ik geleerd heb.

Mijn begeleider en ik zijn het erover eens dat ik met deze fase klaar ben.

Datum:

Handtekening cliënt:

Handtekening begeleider:

.....

.....

Wat gebeurt er rond mijn verhuizing?

Na deze fase ga ik naar mijn vervolgplek. Vooraf vindt een warme overdracht plaats.

Ik weet waar ik hulp bij nodig heb en aan wie ik hulp kan vragen.

In de eerste periode na mijn verhuizing houd ik contact met mijn begeleiders.

Als ik gewend ben, bouw ik het contact met mijn vroegere begeleiders af.