

Mihin sinä tarvitset valmennusta?



Hyödynnä valmennusta arjessasi!



Tukena

Mitä on valmennus ?

Valmennus on taitojen harjoittelua ja sopeutumista uuteen tilanteeseen.

Valmennus auttaa sinua, jotta pärjät paremmin elämässäsi.

- Valmennuksessa harjoitellaan itsenäisen elämän taitoja.
- Valmennus auttaa sinua silloin, kun elämässäsi tapahtuu isoja muutoksia.

Milloin voit hakea valmennusta ?

- Jos olet vammaisen henkilö.
- Kun et voi saada samanlaista apua muuta kautta esimerkiksi lääkinnällisenä kuntoutuksena.
- Myös läheisesi voivat saada valmennusta, jotta he voivat tukea sinua paremmin.

Valmennuksen askeleet

1

Onko elämässäsi tilanne tai asia, johon tarvitset valmennusta?

2

Pyydä tukihenkilö avuksesi miettimään seuraavien sivujen asioita.

3

Ottakaa yhteys vammais- palveluiden työntekijään.

Sopikaa asiakassuunnitelma- palaveri

4

Ota seuraavat sivut mukaan, kun teette asiakas- suunnitelmaa.

Valmennuskortti sivu 1

Nimeni: _____

Muutostilanne elämässä:

- Elämäntilanteen muutokset, esimerkiksi muutto uuteen kotiin, opiskelun tai työn aloittaminen/lopettaminen.
- Omassa perheessä tapahtuneet muutokset, esim. läheisen sairaus tai muu syy.
- Omassa toiminnassa tapahtuneet muutokset, esim. oman tuen tarpeen muuttuminen.
- Muuta, mitä? _____

Toivon, että valmennus tapahtuu:

- Kahden kesken valmentajan kanssa
- Ryhmässä
- Paikan päällä
- Etänä

Valmennuskortti sivu 2

Näihin asioihin tarvitsen valmennusta:

- Kommunikointi ja vuorovaikutus
- Teknisten laitteiden käyttö ja digitaidot
- Ympäristön hahmottaminen
- Liikkuminen erilaisissa paikoissa
- Ajan hahmottaminen
- Kodinhoito
- Kodin ulkopuolella asiointi
- Rahankäyttö
- Muuta, mitä? _____

Nämä asiat auttavat sinua kertomaan valmennuksen tarpeistasi.
Ota valmennuskortti mukaan asiakassuunnitelmapalaveriin.