

Behoefte aan de Brug naar een betere toekomst binnen Humanitas TA Zwolle

- De werkwijze binnen de Thuisadministratie bleek niet goed aan te sluiten bij het ondersteunen van deelnemers
 1. Men haakt af op het moment dat er geen acuut probleem meer is
 2. Men leeft veel meer bij de dag
 3. Men heeft naast geldproblemen ook andere problemen
- De stress sensitieve dienstverlening, met als middel de brug, ondervangt deze problematiek

GEVOLGEN CHRONISCHE STRESS

Stress verandert de bedrading van het brein

- Impulsiever (automatisch) reageren (stress respons)
 - Emotioneler reageren (angst, achterdocht, agressie)
 - Minder goed leren en geheugen
 - Niet goed in staat problemen te analyseren, opties te verkennen en prioriteiten te stellen (bij de dag leven)
 - Niet goed in staat positieve intenties om te zetten in actie
 - Fysiek ongezonder
 - Laag geloof in eigen kunnen
 - Geen overzicht van vraagstukken op diverse levensdomeinen (tunnelvisie)
-

Executieve functies

Komen tot inzet bij:

- Vooruit plannen
- Problemen oplossen (mentale flexibiliteit)
- Volhouden (doorzettingsvermogen)
- Doelgericht handelen (inhibitie)
- In actie komen (taak initiatie)
- Dingen onthouden (werkgeheugen)

Stress sensitieve dienstverlening bestaat o.a. uit

- Vriendelijke inrichting van het gebouw
- Positieve bejegening klanten
- Schaarste opheffen
- Beroep op executieve functies verlagen
- Tools die compenseren voor zwakke executieve functies

BRUG NAAR EEN BETERE TOEKOMST



Thuis		Welzijn		Dagbesteding		Geldzaken	
Woonplek	Zorg voor anderen	Gezondheid	Vangnet	Opleiding	Tijdsbesteding	Schulden	Budget
Ik heb een geschikte woonplek, en die past binnen mijn budget .	De zorg voor anderen is geen probleem : ik kan werk/thuis/studie prima aan. OF: Ik hoef voor niemand te zorgen.	Mijn (psychische) gezondheid is geen probleem : ik kan werk/thuis/studie prima aan.	Ik durf en ik kan altijd op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren. Ik help ook anderen.	Ik heb een diploma MBO 3+ die mij een goede kans op werk geeft.	Ik heb een volledige baan en/of ik ga naar school .	Ik heb geen schulden (anders dan voor hypotheek of studie).	Mijn budget is meer dan genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik kan sparen voor grote uitgaven.
Ik heb een geschikte woonplek, alleen die past niet binnen mijn budget .	De zorg voor anderen is bijna geen probleem : ik kan werk/thuis/studie goed aan.	Mijn (psychische) gezondheid is bijna geen probleem : ik kan werk/thuis/studie goed aan.	Ik durf en ik kan meestal op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb een diploma MBO-3+ die mij een redelijke kans op werk geeft.	Ik heb een tijdelijke volledige baan en/of ik ga naar school .	Ik los al mijn schulden af en maak geen nieuwe schulden (anders dan voor hypotheek of studie).	Mijn inkomen is voldoende om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik heb een buffer voor onverwachte uitgaven.
Ik heb een woonplek, maar ik moet op zoek naar iets anders.	De zorg voor anderen is een probleem : ik kan werk/thuis/studie een beetje aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een probleem : ik kan werk/thuis/studie een beetje aan.	Ik durf en ik kan soms op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb een diploma MBO-2 of HAVO (startkwalificatie).	Ik heb een nul-uren-contract of een deeltijd contract en/of ik ga naar school .	Ik heb voor (bijna) alle schulden passende betalingsafspraken .	Mijn inkomen is precies genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik heb geen buffer .
Ik woon in de maatschappelijke opvang .	De zorg voor anderen is een groot probleem : ik kan werk/thuis/studie maar moeilijk aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een groot probleem : ik kan werk/thuis/studie maar moeilijk aan.	Ik durf en ik kan bijna nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb diploma's en/of certificaten, maar geen startkwalificatie .	Ik heb vrijwilligerswerk en/of ik ga naar school .	Ik heb schulden en een overzicht van mijn schulden, inkomsten en uitgaven.	Mijn inkomen is te laag om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen.
Ik heb geen vaste woonplek.	De zorg voor anderen is een heel groot probleem : ik kan werk/thuis/studie niet aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een heel groot probleem : ik kan werk/thuis/studie niet aan.	Ik durf en ik kan nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb geen diploma's of certificaten .	Ik heb geen dagbesteding .	Ik heb schulden en geen overzicht van mijn schulden, inkomsten, en uitgaven.	Ik heb geen inkomen .

Stap 1: Status quo

BRUG NAAR EEN BETERE TOEKOMST

Thuis		Welzijn		Dagbesteding		Geldzaken	
Woonplek	Zorg voor anderen	Gezondheid	Vangnet	Opleiding	Tijdsbesteding	Schulden	Budget
Ik heb een geschikte woonplek, en die past binnen mijn budget .	De zorg voor anderen is geen probleem : ik kan werk/thuis/studie prima aan. OF: Ik hoef voor niemand te zorgen.	Mijn (psychische) gezondheid is geen probleem : ik kan werk/thuis/studie prima aan.	Ik durf en ik kan altijd op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren. Ik help ook anderen.	Ik heb een diploma MBO 3+ die mij een goede kans op werk geeft.	Ik heb een volledige baan en/of ik ga naar school .	Ik heb geen schulden (anders dan voor hypotheek of studie).	Mijn budget is meer dan genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik kan sparen voor grote uitgaven.
Ik heb een geschikte woonplek, alleen die past niet binnen mijn budget .	De zorg voor anderen is bijna geen probleem : ik kan werk/thuis/studie goed aan.	Mijn (psychische) gezondheid is bijna geen probleem : ik kan werk/thuis/studie goed aan.	Ik durf en ik kan meestal op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb een diploma MBO-3+ die mij een redelijke kans op werk geeft.	Ik heb een tijdelijke volledige baan en/of ik ga naar school .	Ik los al mijn schulden af en maak geen nieuwe schulden (anders dan voor hypotheek of studie).	Mijn inkomen is voldoende om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik heb een buffer voor onverwachte uitgaven.
Ik heb een woonplek, maar ik moet op zoek naar iets anders.	De zorg voor anderen is een probleem : ik kan werk/thuis/studie een beetje aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een probleem : ik kan werk/thuis/studie een beetje aan.	Ik durf en ik kan soms op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb een diploma MBO-2 of HAVO (startkwalificatie).	Ik heb een nul-uren-contract of een deeltijd contract en/of ik ga naar school .	Ik heb voor (bijna) alle schulden passende betalingsafspraken .	Mijn inkomen is precies genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik heb geen buffer .
<div style="background-color: #4a90e2; color: white; padding: 10px; border-radius: 15px; display: inline-block;"> <h3>Overzicht</h3> </div>				Ik durf en ik kan bijna nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb diploma's en/of certificaten, maar geen startkwalificatie .	Ik heb vrijwilligerswerk en/of ik ga naar school .	Ik heb schulden en een overzicht van mijn schulden, inkomsten en uitgaven.
				Ik heb geen vaste woonplek.	De zorg voor anderen is een heel groot probleem : ik kan werk/thuis/studie niet aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een heel groot probleem : ik kan werk/thuis/studie niet aan.	Ik durf en ik kan nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.

Stap 2: Reflecteren

BRUG NAAR EEN BETERE TOEKOMST



Thuis		Welzijn		Dagbesteding		Geldzaken		
Woonplek	Zorg voor anderen	Gezondheid	Vangnet	Opleiding				
Ik heb een geschikte woonplek, en die past binnen mijn budget .	De zorg voor anderen is geen probleem : ik kan werk/thuis/studie prima aan. OF: Ik hoef voor niemand te zorgen.	Mijn (psychische) gezondheid is geen probleem : ik kan werk/thuis/studie prima aan.	Ik durf en ik kan altijd op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren. Ik help ook anderen.	Ik heb een diploma MBO 3+ die mij een goede kans op werk geeft.	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content; margin: auto;"> <h3 style="margin: 0;">Inzicht</h3> </div>			
Ik heb een geschikte woonplek, alleen die past niet binnen mijn budget .	De zorg voor anderen is bijna geen probleem : ik kan werk/thuis/studie goed aan.	Mijn (psychische) gezondheid is bijna geen probleem : ik kan werk/thuis/studie goed aan.	Ik durf en ik kan meestal op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb een diploma MBO-3+ die mij een redelijke kans op werk geeft.		Ik heb een tijdelijke volle baan en/of ik ga naar school .	Ik heb voor al mijn schulden en maak geen uw e schulden anders dan voor (huur, bank, verzekering of studie).	Mijn inkomen is voldoende om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik heb een buffer voor onverwachte uitgaven.
Ik heb een woonplek, maar ik moet op zoek naar iets anders.	De zorg voor anderen is een probleem : ik kan werk/thuis/studie een beetje aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een probleem : ik kan werk/thuis/studie een beetje aan.	Ik durf en ik kan soms op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb een diploma MBO-2 of HAVO (startkwalificatie).		Ik heb een nul-urencontract of een deeltijd contract en/of ik ga naar school .	Ik heb voor (alle) schulden passende betalingsovereenkomsten en/of overeenkomsten .	Mijn inkomen is precies genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik heb geen buffer .
Ik woon in de maatschappelijke opvang .	De zorg voor anderen is een groot probleem : ik kan werk/thuis/studie maar moeilijk aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een groot probleem : ik kan werk/thuis/studie maar moeilijk aan.	Ik durf en ik kan bijna nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb geen diploma en/of certificaten, maar geen startkwalificatie .		Ik heb vrijwilligerswerk en/of ik ga naar school .	Ik heb schulden in een overzicht van mijn schulden, inkomsten en uitgaven.	Mijn inkomen is te laag om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen.
Ik heb geen vaste woonplek.	De zorg voor anderen is een heel groot probleem : ik kan werk/thuis/studie niet aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een heel groot probleem : ik kan werk/thuis/studie niet aan.	Ik durf en ik kan nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb geen diploma's of certificaten .		Ik heb geen dagbesteding .	Ik heb schulden en geen overzicht van mijn schulden, inkomsten, en uitgaven.	Ik heb geen inkomen .

Stap 3: Doelen stellen

Lange termijn denken

VOOR EEN BETERE TOEKOMST

Thuis		Welzijn		Dagbesteding		Geldzaken	
Woonplek	Zorg voor anderen	Gezondheid	Vangnet	Opleiding	Tijdsbesteding	Schulden	Budget
Ik heb een geschikte woonplek, en die past binnen mijn budget .	De zorg voor anderen is geen probleem : ik kan werk/thuis/studie prima aan. OF: Ik hoef voor niemand te zorgen.	Mijn (psychische) gezondheid is geen probleem : ik kan werk/thuis/studie prima aan.	Ik durf en ik kan altijd op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren. Ik help ook anderen.	Ik heb een diploma MBO 3+ die mij een goede kans op werk geeft.	Ik heb een volledige baan en/of ik ga naar school .	Ik heb geen schulden (anders dan voor hypotheek of studie).	Mijn budget is meer dan genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik kan sparen voor grote uitgaven.
Ik heb een geschikte woonplek, alleen die past niet binnen mijn budget .	De zorg voor anderen is bijna geen probleem : ik kan werk/thuis/studie goed aan.	Mijn (psychische) gezondheid is bijna geen probleem : ik kan werk/thuis/studie goed aan.	Ik durf en ik kan meestal op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb een diploma MBO-3+ die mij een redelijke kans op werk geeft.	Ik heb een tijdelijke volledige baan en/of ik ga naar school .	Ik los al mijn schulden af en maak geen nieuwe schulden (anders dan voor hypotheek of studie).	Mijn inkomen is voldoende om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik heb een buffer voor onverwachte uitgaven.
Ik heb een woonplek, maar ik moet op zoek naar iets anders.	De zorg voor anderen is een probleem : ik kan werk/thuis/studie een beetje aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een probleem : ik kan werk/thuis/studie een beetje aan.	Ik durf en ik kan soms op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb een diploma MBO-2 of HAVO (startkwalificatie).	Ik heb een nul-uren contract of een deeltijd contract en/of ik ga naar school .	Ik heb voor (bijna) alle schulden passende betalingsafspraken .	Mijn inkomen is precies genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik heb geen buffer .
Ik woon in de maatschappelijke opvang .	De zorg voor anderen is een groot probleem : ik kan werk/thuis/studie maar moeilijk aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een groot probleem : ik kan werk/thuis/studie maar moeilijk aan.	Ik durf en ik kan bijna nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb diploma's en/of certificaten, maar geen startkwalificatie .	Ik heb vrijwilligerswerk en/of ik ga naar school .	Ik heb schulden en een overzicht van mijn schulden, inkomsten en uitgaven.	Mijn inkomen is te laag om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen.
Ik heb geen vaste woonplek.	De zorg voor anderen is een heel groot probleem : ik kan werk/thuis/studie niet aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een heel groot probleem : ik kan werk/thuis/studie niet aan.	Ik durf en ik kan nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb geen diploma's of certificaten .	Ik heb geen dagbesteding .	Ik heb schulden en geen overzicht van mijn schulden, inkomsten, en uitgaven.	Ik heb geen inkomen .

De brug naar een betere Toekomst

Casus 1

Casus 1

Aanmelding website

Reden : Mw. heeft geen overzicht en is angstig over haar financiële toekomst

Algemene informatie

Het betreft een jonge vrouw (19 jaar) die nog thuis woont bij haar ouders. Mevrouw volgt geen opleiding en zit thuis. Er is een inkomen (uitkering) van ongeveer 240 euro per maand. Ze werkt 1 ½ uur per week in de thuiszorg. Er is een schuld van 300 euro.

Bij de intake vertelde mw. dat haar ouders het financieel altijd goed hebben gehad. In 2009 kreeg haar vader (zelfstandig ondernemer) een ongeluk waardoor hij arbeidsongeschikt raakte. Door het wegvallen van het inkomen begonnen de financiële problemen bij haar ouders. Haar ouders leven op/onder het sociaal minimum. Haar ouders willen geen hulp van gemeente of wie dan ook.

Mw. volgde een opleiding op MBO niveau 3 maar haakte in het tweede jaar af wegens een depressie. De behandeling van de depressie heeft ze gestaakt. Het 4 x per week op en neer rijden naar de therapie kon ze niet meer betalen. Daarnaast was de medicatie te duur. Haar dagindeling is op de bank hangen, hond uitlaten en weer op de bank hangen. Uitgaan of met vrienden afspreken wil ze niet.

Ze maakt zich nu enorm veel zorgen over hoe ze zelf economisch zelfstandig kan worden, want ze wil niet eindigen zoals haar ouders.

Bij de intake de brug met haar ingevuld.

BRUG NAAR EEN BETERE TOEKOMST

Thuis		Welzijn		Dagbesteding		Geldzaken	
Woonplek	Zorg voor anderen	Gezondheid	Vangnet	Opleiding	Tijdsbesteding	Schulden	Budget
Ik heb een geschikte woonplek, en die past binnen mijn budget .	De zorg voor anderen is geen probleem : ik kan werk/thuis/studie prima aan. OF: Ik hoef voor niemand te zorgen.	Mijn (psychische) gezondheid is geen probleem : ik kan werk/thuis/studie prima aan.	Ik durf en ik kan altijd op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren. Ik help ook anderen.	Ik heb een diploma MBO 3+ die mij een goede kans op werk geeft.	Ik heb een volledige baan en/of ik ga naar school .	Ik heb geen schulden (anders dan voor hypotheek of studie).	Mijn budget is meer dan genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik kan sparen voor grote uitgaven.
Ik heb een geschikte woonplek, alleen die past niet binnen mijn budget .	De zorg voor anderen is bijna geen probleem : ik kan werk/thuis/studie goed aan.	Mijn (psychische) gezondheid is bijna geen probleem : ik kan werk/thuis/studie goed aan.	Ik durf en ik kan meestal op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb een diploma MBO-3+ die mij een redelijke kans op werk geeft.	Ik heb een tijdelijke volledige baan en/of ik ga naar school .	Ik los al mijn schulden af en maak geen nieuwe schulden (anders dan voor hypotheek of studie).	Mijn inkomen is voldoende om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik heb een buffer voor onverwachte uitgaven.
Ik heb een woonplek, maar ik moet op zoek naar iets anders.	De zorg voor anderen is een probleem : ik kan werk/thuis/studie een beetje aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een probleem : ik kan werk/thuis/studie een beetje aan.	Ik durf en ik kan soms op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb een diploma MBO-2 of HAVO (startkwalificatie).	Ik heb een nul-urencontract of een deeltijd contract en/of ik ga naar school .	Ik heb voor (bijna) alle schulden passende betalingsafspraken .	Mijn inkomen is precies genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik heb geen buffer .
Ik woon in de maatschappelijke opvang .	De zorg voor anderen is een groot probleem : ik kan werk/thuis/studie maar moeilijk aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een groot probleem : ik kan werk/thuis/studie maar moeilijk aan.	Ik durf en ik kan bijna nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb diploma's en/of certificaten, maar geen startkwalificatie .	Ik heb vrijwilligerswerk en/of ik ga naar school .	Ik heb schulden en een overzicht van mijn schulden, inkomsten en uitgaven.	Mijn inkomen is te laag om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen.
Ik heb geen vaste woonplek.	De zorg voor anderen is een heel groot probleem : ik kan werk/thuis/studie niet aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een heel groot probleem : ik kan werk/thuis/studie niet aan.	Ik durf en ik kan nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb geen diploma's of certificaten .	Ik heb geen dagbesteding .	Ik heb schulden en geen overzicht van mijn schulden, inkomsten, en uitgaven.	Ik heb geen inkomen .

BRUG NAAR EEN BETERE TOEKOMST

Thuis		Welzijn		Dagbesteding		Geldzaken	
Woonplek	Zorg voor anderen	Gezondheid	Vangnet	Opleiding	Tijdsbesteding	Schulden	Budget
Ik heb een geschikte woonplek, en die past binnen mijn budget .	De zorg voor anderen is geen probleem : ik kan werk/thuis/studie prima aan. OF: Ik hoef voor niemand te zorgen.	Mijn (psychische) gezondheid is geen probleem : ik kan werk/thuis/studie prima aan.	Ik durf en ik kan altijd op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren. Ik help ook anderen.	Ik heb een diploma MBO 3+ die mij een goede kans op werk geeft.	Ik heb een volledige baan en/of ik ga naar school .	Ik heb geen schulden (anders dan voor hypotheek of studie).	Mijn budget is meer dan genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik kan sparen voor grote uitgaven.
Ik heb een geschikte woonplek, alleen die past niet binnen mijn budget .	De zorg voor anderen is bijna geen probleem : ik kan werk/thuis/studie goed aan.	Mijn (psychische) gezondheid is bijna geen probleem : ik kan werk/thuis/studie goed aan.	Ik durf en ik kan meestal op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb een diploma MBO-3+ die mij een redelijke kans op werk geeft.	Ik heb een tijdelijke volledige baan en/of ik ga naar school .	Ik los al mijn schulden af en maak geen nieuwe schulden (anders dan voor hypotheek of studie).	Mijn inkomen is voldoende om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik heb een buffer voor onverwachte uitgaven.
Ik heb een woonplek, maar ik moet op zoek naar iets anders.	De zorg voor anderen is een probleem : ik kan werk/thuis/studie een beetje aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een probleem : ik kan werk/thuis/studie een beetje aan.	Ik durf en ik kan soms op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb een diploma MBO-2 of HAVO (startkwalificatie).	Ik heb een nul-uren-contract of een deeltijd contract en/of ik ga naar school .	Ik heb voor (bijna) alle schulden passende betalingsafspraken .	Mijn inkomen is precies genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik heb geen buffer .
Ik woon in de maatschappelijke opvang .	De zorg voor anderen is een groot probleem : ik kan werk/thuis/studie maar moeilijk aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een groot probleem : ik kan werk/thuis/studie maar moeilijk aan.	Ik durf en ik kan bijna nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb diploma's en/of certificaten, maar geen startkwalificatie .	Ik heb vrijwilligerswerk en/of ik ga naar school .	Ik heb schulden en een overzicht van mijn schulden, inkomsten en uitgaven.	Mijn inkomen is te laag om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen.
Ik heb geen vaste woonplek.	De zorg voor anderen is een heel groot probleem : ik kan werk/thuis/studie niet aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een heel groot probleem : ik kan werk/thuis/studie niet aan.	Ik durf en ik kan nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb geen diploma's of certificaten .	Ik heb geen dagbesteding .	Ik heb schulden en geen overzicht van mijn schulden, inkomsten, en uitgaven.	Ik heb geen inkomen .

BRUG NAAR EEN BETERE TOEKOMST



Thuis		Welzijn		Dagbesteding		Geldzaken	
Woonplek	Zorg voor anderen	Gezondheid	Vangnet	Opleiding	Tijdsbesteding	Schulden	Budget
Ik heb een geschikte woonplek, en die past binnen mijn budget .	De zorg voor anderen is geen probleem : ik kan werk/thuis/studie prima aan. OF: Ik hoef voor niemand te zorgen.	Mijn (psychische) gezondheid is geen probleem : ik kan werk/thuis/studie prima aan.	Ik durf en ik kan altijd op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren. Ik help ook anderen.	Ik heb een diploma MBO 3+ die mij een goede kans op werk geeft.	Ik heb een volledige baan en/of ik ga naar school .	Ik heb geen schulden (anders dan voor hypotheek of studie).	Mijn budget is meer dan genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik kan sparen voor grote uitgaven.
Ik heb een geschikte woonplek, alleen die past niet binnen mijn budget .	De zorg voor anderen is bijna geen probleem : ik kan werk/thuis/studie goed aan.	Mijn (psychische) gezondheid is bijna geen probleem : ik kan werk/thuis/studie goed aan.	Ik durf en ik kan meestal op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb een diploma MBO-3+ die mij een redelijke kans op werk geeft.	Ik heb een tijdelijke volledige baan en/of ik ga naar school .	Ik los al mijn schulden af en maak geen nieuwe schulden (anders dan voor hypotheek of studie).	Mijn inkomen is voldoende om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik heb een buffer voor onverwachte uitgaven.
Ik heb een woonplek, maar ik moet op zoek naar iets anders.	De zorg voor anderen is een probleem : ik kan werk/thuis/studie een beetje aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een probleem : ik kan werk/thuis/studie een beetje aan.	Ik durf en ik kan soms op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb een diploma MBO-2 of HAVO (startkwalificatie).	Ik heb een nul-uren-contract of een deeltijd contract en/of ik ga naar school .	Ik heb voor (bijna) alle schulden passende betalingsafspraken .	Mijn inkomen is precies genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik heb geen buffer .
Ik woon in de maatschappelijke opvang .	De zorg voor anderen is een groot probleem : ik kan werk/thuis/studie maar moeilijk aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een groot probleem : ik kan werk/thuis/studie maar moeilijk aan.	Ik durf en ik kan bijna nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb diploma's en/of certificaten, maar geen startkwalificatie .	Ik heb vrijwilligerswerk en/of ik ga naar school .	Ik heb schulden en een overzicht van mijn schulden, inkomsten en uitgaven.	Mijn inkomen is te laag om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen.
Ik heb geen vaste woonplek.	De zorg voor anderen is een heel groot probleem : ik kan werk/thuis/studie niet aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een heel groot probleem : ik kan werk/thuis/studie niet aan.	Ik durf en ik kan nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb geen diploma's of certificaten .	Ik heb geen dagbesteding .	Ik heb schulden en geen overzicht van mijn schulden, inkomsten, en uitgaven.	Ik heb geen inkomen .

BRUG NAAR EEN BETERE TOEKOMST

Lange termijn doelen

Thuis		Welzijn		Dagbesteding		Geldzaken	
Woonplek	Zorg voor anderen	Gezondheid	Vangnet	Opleiding	Tijdsbesteding	Schulden	Budget
Ik heb een geschikte woonplek, en die past binnen mijn budget .	De zorg voor anderen is geen probleem : ik kan werk/thuis/studie prima aan. OF: Ik hoef voor niemand te zorgen.	Mijn (psychische) gezondheid is geen probleem : ik kan werk/thuis/studie prima aan.	Ik durf en ik kan altijd op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren. Ik help ook anderen.	Ik heb een diploma MBO 3+ die mij een goede kans op werk geeft.	Ik heb een volledige baan en/of ik ga naar school .	Ik heb geen schulden (anders dan voor hypotheek of studie).	Mijn budget is meer dan genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik kan sparen voor grote uitgaven.
Ik heb een geschikte woonplek, alleen die past niet binnen mijn budget .	De zorg voor anderen is bijna geen probleem : ik kan werk/thuis/studie goed aan.	Mijn (psychische) gezondheid is bijna geen probleem : ik kan werk/thuis/studie goed aan.	Ik durf en ik kan meestal op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb een diploma MBO-3+ die mij een redelijke kans op werk geeft.	Ik heb een tijdelijke volledige baan en/of ik ga naar school .	Ik los al mijn schulden af en maak geen nieuwe schulden (anders dan voor hypotheek of studie).	Mijn inkomen is voldoende om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik heb een buffer voor onverwachte uitgaven.
Ik heb een woonplek, maar ik moet op zoek naar iets anders.	De zorg voor anderen is een probleem : ik kan werk/thuis/studie een beetje aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een probleem : ik kan werk/thuis/studie een beetje aan.	Ik durf en ik kan soms op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb een diploma MBO-2 of HAVO (startkwalificatie).	Ik heb een nul-uren-contract of een deeltijd contract en/of ik ga naar school .	Ik heb voor (bijna) alle schulden passende betalingsafspraken .	Mijn inkomen is precies genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik heb geen buffer .
Ik woon in de maatschappelijke opvang .	De zorg voor anderen is een groot probleem : ik kan werk/thuis/studie maar moeilijk aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een groot probleem : ik kan werk/thuis/studie maar moeilijk aan.	Ik durf en ik kan bijna nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb diploma's en/of certificaten, maar geen startkwalificatie .	Ik heb vrijwilligerswerk en/of ik ga naar school .	Ik heb schulden en een overzicht van mijn schulden, inkomsten en uitgaven.	Mijn inkomen is te laag om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen.
Ik heb geen vaste woonplek.	De zorg voor anderen is een heel groot probleem : ik kan werk/thuis/studie niet aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een heel groot probleem : ik kan werk/thuis/studie niet aan.	Ik durf en ik kan nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb geen diploma's of certificaten .	Ik heb geen dagbesteding .	Ik heb schulden en geen overzicht van mijn schulden, inkomsten, en uitgaven.	Ik heb geen inkomen .

BRUG NAAR EEN BETERE TOEKOMST

Prioriteit stellen

Thuis		Welzijn		Dagbesteding		Geldzaken	
Woonplek	Zorg voor anderen	Gezondheid	Vangnet	Opleiding	Tijdsbesteding	Schulden	Budget
Ik heb een geschikte woonplek, en die past binnen mijn budget .	De zorg voor anderen is geen probleem : ik kan werk/thuis/studie prima aan. OF: Ik hoef voor niemand te zorgen.	Mijn (psychische) gezondheid is geen probleem : ik kan werk/thuis/studie prima aan.	Ik durf en ik kan altijd op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren. Ik help ook anderen.	Ik heb een diploma MBO 3+ die mij een goede kans op werk geeft.	Ik heb een volledige baan en/of ik ga naar school .	Ik heb geen schulden (anders dan voor hypotheek of studie).	Mijn budget is meer dan genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik kan sparen voor grote uitgaven.
Ik heb een geschikte woonplek, alleen die past niet binnen mijn budget .	De zorg voor anderen is bijna geen probleem : ik kan werk/thuis/studie goed aan.	Mijn (psychische) gezondheid is bijna geen probleem : ik kan werk/thuis/studie goed aan.	Ik durf en ik kan meestal op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb een diploma MBO-3+ die mij een redelijke kans op werk geeft.	Ik heb een tijdelijke volledige baan en/of ik ga naar school .	Ik los al mijn schulden af en maak geen nieuwe schulden (anders dan voor hypotheek of studie).	Mijn inkomen is voldoende om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik heb een buffer voor onverwachte uitgaven.
Ik heb een woonplek, maar ik moet op zoek naar iets anders.	De zorg voor anderen is een probleem : ik kan werk/thuis/studie een beetje aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een probleem : ik kan werk/thuis/studie een beetje aan.	Ik durf en ik kan soms op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb een diploma MBO-2 of HAVO (startkwalificatie).	Ik heb een nul-uren-contract of een deeltijd contract en/of ik ga naar school .	Ik heb voor (bijna) alle schulden passende betalingsafspraken .	Mijn inkomen is precies genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen. Ik heb geen buffer .
Ik woon in de maatschappelijke opvang .	De zorg voor anderen is een groot probleem : ik kan werk/thuis/studie maar moeilijk aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een groot probleem : ik kan werk/thuis/studie maar moeilijk aan.	Ik durf en ik kan bijna nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb diploma's en/of certificaten, maar geen startkwalificatie .	Ik heb vrijwilligerswerk en/of ik ga naar school .	Ik heb schulden en een overzicht van mijn schulden, inkomsten en uitgaven.	Mijn inkomen is te laag om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen.
Ik heb geen vaste woonplek.	De zorg voor anderen is een heel groot probleem : ik kan werk/thuis/studie niet aan.	Mijn (psychische) gezondheid is een heel groot probleem : ik kan werk/thuis/studie niet aan.	Ik durf en ik kan nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb geen diploma's of certificaten .	Ik heb geen dagbesteding .	Ik heb schulden en geen overzicht van mijn schulden, inkomsten, en uitgaven.	Ik heb geen inkomen .

Stap 5: Doel concreet maken

Doelgericht

Mijn Stappenplan

Pijler: Woonplek Zorg voor anderen Gezondheid Vangnet
 Opleiding Tijdsbesteding Schulden Budget

Mijn doel is: **ik wil graag lekker in mijn vel zitten**

En dat wil ik omdat:

Acties	Deadline	Behaald op	Niet behaald
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

Datum:

Handtekening deelnemer:

Medewerker:

Casus uitkomst

Aanmelding website

Reden : mw. heeft geen overzicht en is angstig over haar financiële toekomst

Algemene informatie

Bij het invullen van de Brug zag mw. dat haar gezondheid haar opleiding en haar inkomen in relatie staan tot elkaar. Om niet te eindigen zoals haar ouders wilde ze een opleiding volgen en afmaken.

Mw. had zelf ook vrij snel in de gaten dat haar depressie nog niet opgelost/verholpen is. Dat was ook de reden dat ze afgehaakt was op school en dat ze hele dagen op de bank doorbrengt.

Ze had echter geen geld om de benzine te betalen om naar de therapie toe te gaan. Behandelaar zit in een ander plaats dan haar woonplaats. Dat is de reden dat ze gestopt is met de behandeling. Het reizen (4 x in de week) kostte haar veel geld.

Samen met haar naar de regelingen binnen de gemeente gekeken en ze kwam voor reiskostenvergoeding in aanmerking.

De week daarop heeft ze haar behandelaar gebeld en aangegeven dat ze nog steeds depressief is . Op dit moment volgt ze intensieve therapie om beter te worden. Tevens is er een regeling getroffen voor haar schuld en deze wordt maandelijks afbetaald.

Inzicht in de situatie was de belangrijkste hulp die zij nodig had.