

Hoe werk ik?

Ik werk altijd **samen met jou** aan de je vragen en zorgen. Via onderstaande vragen kan je zelf eens kijken waar je leven zou willen verbeteren.

- Wat gaat goed?
- Wat kan beter?
- Hoe doe ik dat?
-

Dit model gaat uit van de **eigen kracht van iedereen** en het **gewone dagelijks leven verbeteren**. Iemand kan vragen hebben in meerdere gebieden, waardoor men het overzicht kwijt raakt. Daarom kijk ik vooral naar:

- **Eerst de basis** in orde krijgen: financiën en huisvesting verbeteren, daarna de rest aanpakken.
- Denk dan aan bijvoorbeeld:
 - o gezonde voeding,
 - o hoe besteed je je dag beter?
 - o Huis opruimen zodat je weer bezoek kan uitnodigen bij jou thuis
 - o werk/hobby/ studie (weer) oppakken
 - o (vrijwilligers)werk zoeken
 - o Contacten / relaties met familie en vrienden beter maken
 - o Zorgen voor anderen (en voor jezelf)
 - o Minder denken /piekeren maar meer gaan doen in je leven.
 - o Bij laag inkomen: waar kan ik extra geld aanvragen?
 - o Waar kan ik extra hulp en advies krijgen om mijn dagelijkse problemen minder erg te maken?