

Leva med cerebral pares

Tillfälle 5

Att möta framtiden



Reflektion sedan förra gången: att hantera livets förändringar



Dagens program

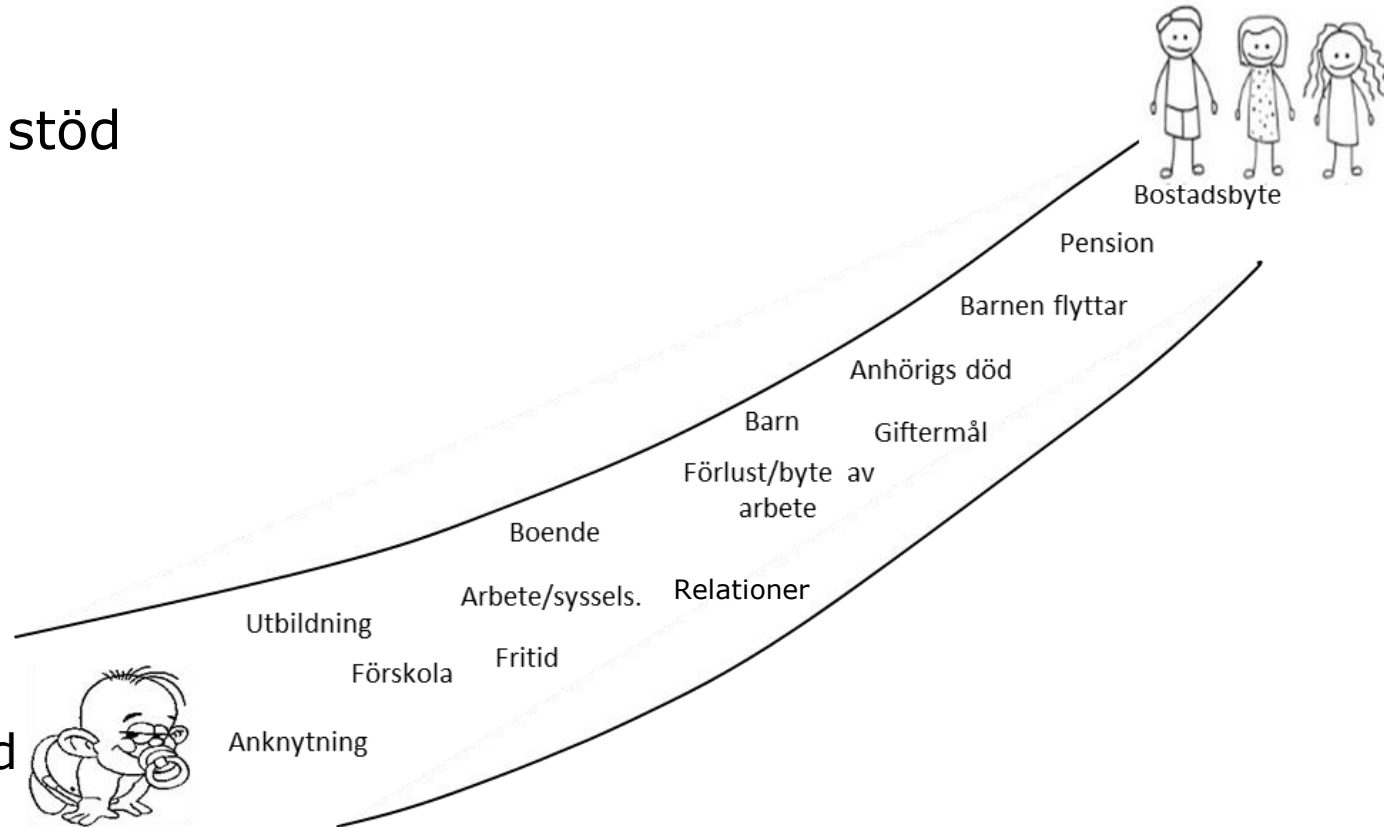
- Framtiden – vad innehåller den?
- Olika sätt att skapa förutsättningar för en god framtid
- Samhällsstöd
- Utvärdering



Framtiden - vad innehåller den?

- Olika sätt att skapa förutsättningar för en god framtid

- Kunskap om mig själv
- Ta hand om mig själv
- Veta vad jag kan få för stöd
 - i hemmet
 - vid utbildning
 - på arbete
 - med ekonomin
 - när jag blir äldre
 - med transporter
 - inom hälso- och sjukvård



Kunskap om mig själv

- Kunna förstå sig själv och förklara för andra
 - Diagnoskunskap
 - Vad får diagnosen för konsekvenser i min vardag
- Kunskap kring åldrande
 - Åldrande när man har cerebral pares



Ta hand om mig själv

- Äta, sova och röra sig regelbundet
- Balans mellan aktivitet och vila
- Delta i självvalda aktiviteter t ex träffa vänner, fritidsaktiviteter, vara politiskt aktiv, delta i föreningsliv



Diskussion

- Vad gör du för att ta hand om dig själv/må bra?
- Vad gör du på fritiden, vad har du för intressen, var finner du meningsfull stimulans/tillvaro?
- Har dina intressen, möjligheter förändrats över tid?

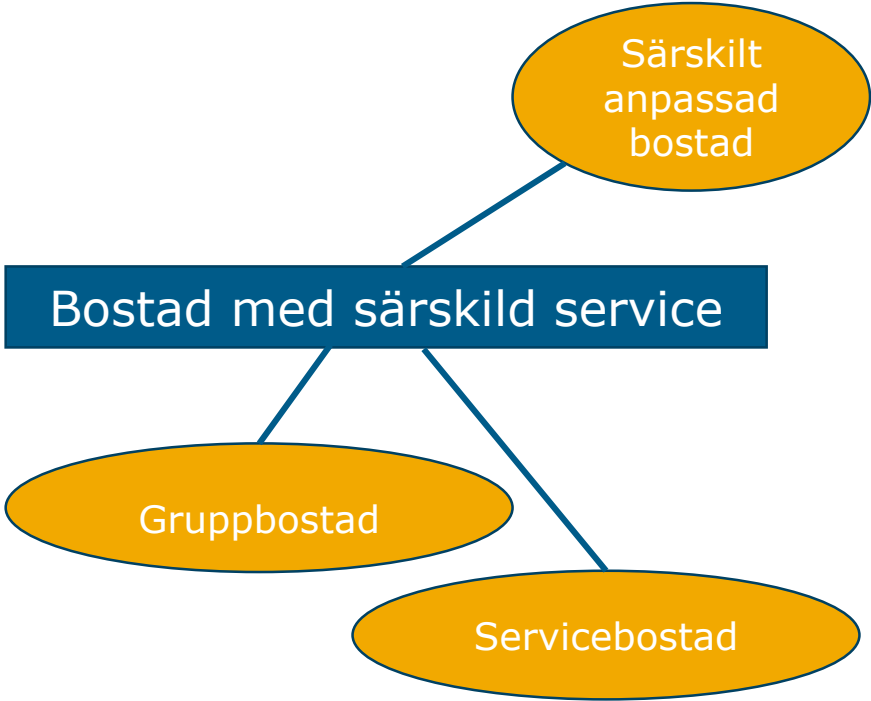


Samhällsstöd

- Boende
- Sysselsättning
- Ekonomi
- Livet efter pensionsålder
- Transporter
- Hälsa- och sjukvård



Boende



- Kontakta handläggaren i din kommun

Utbildning

- Gymnasieskolan — elevvårdsteam
- Riksgymnasium — elevvårdsteam, habilitering, boende
- Komvux
- Folkhögskola } elevvårdsteam
- Universitet och högskola — samordnare för personer med funktionsnedsättning
- Anpassningar och hjälpmedel
- Berätta om dig själv, dina starka och begränsande sidor

Läs mer om utbildningar på din kommuns webbplats och på studera.nu, folkhogskola.nu och spsm.se



Arbete

- Din kommun
- Försäkringskassan
- Arbetsförmedlingen
 - Extra vägledning eller information
 - Stöd av ett personligt biträde
 - Förslag på en lämplig arbetsplats eller praktikplats
 - Hjälpa att anpassa arbetsplatsen/praktikplatsen
 - Hjälpmedel
 - Ekonomisk stöd till arbetsgivaren, sk anställning med lönebidrag
- Berätta om dig själv, dina starka och begränsande sidor

Information om stödinsatser hittar du på [www.arbetsförmedlingen.se](http://www.arbetsformedlingen.se)



Ekonomi

- Socialförsäkringar
 - Aktivitetsersättning
 - Sjukersättning
 - Merkostnadsersättning
 - Aktivitetsstöd/utvecklingsersättning
 - Bostadstillägg eller bostadsbidrag
- Studiestöd
 - Studiebidrag, studielån, riksgymnasiebidrag mm
- Kommunalt bistånd
 - Försörjningsstöd
- Försäkringar



Livet efter pensionsålder

- Ekonomi
 - Pension, Bostadstillägg, Merkostnadsersättning, Äldreförsörjningsstöd.
- Sysselsättning
 - Daglig verksamhet, Dagverksamhet, Mötesplatser.
- Stöd och hjälp
 - Habiliteringen, Äldreomsorg, Personlig assistans, Hemtjänst, Hemsjukvård, Fixartjänst, Teknikstöd i hemmet, Bostadsanpassning.



Läs mer på pensionsmyndigheten.se

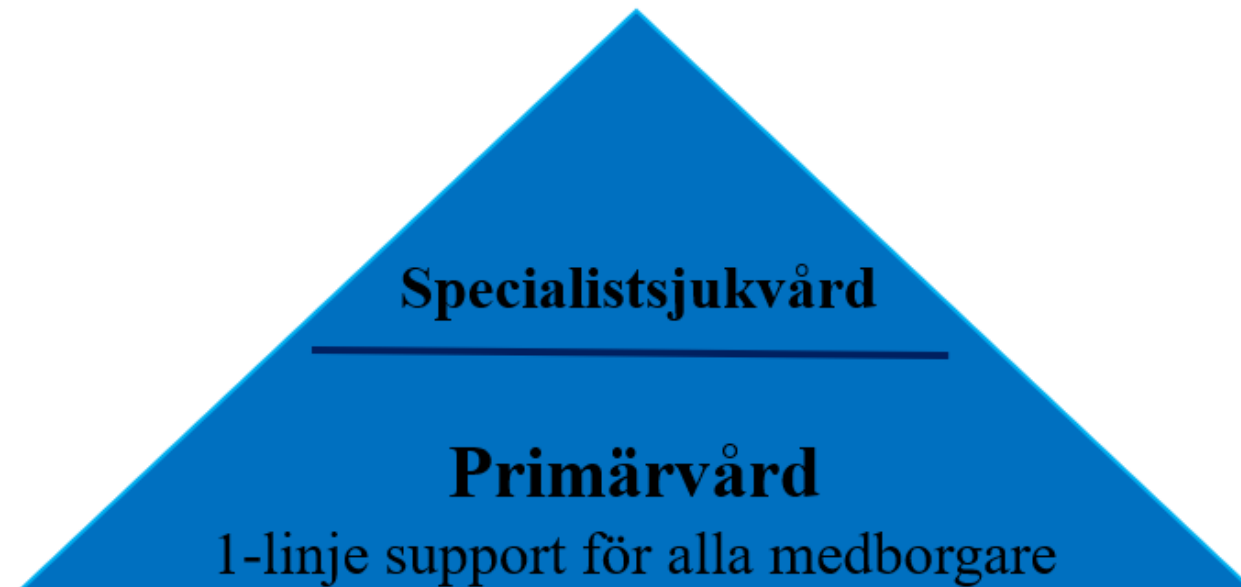
Transporter

- Körkort
 - körkortstillstånd
 - mobilitetscenter
 - bilstöd
- Parkeringstillstånd
- Färdtjänst
- Sjukresor
- Mer info hittar du på <http://www.funkaportalen.se/guide/Stod-service/Bil/> ,
körkortsportalen: <https://www.transportstyrelsen.se/korkort> och <https://mobilitetscenter.se/>
<https://www.1177.se/Vastra-Gotaland/sa-fungerar-varden/sjukresor-och-fardtjanst/sjukresor-i-vastra-gotaland/>



Hälso- och sjukvård

- Primärvård, kommunal primärvård
Primärvårdsrehab, kommunal primärvårdsrehab
- Specialistsjukvård t ex Habilitering, Neurologen



Diskussion

- Har du några tankar om din egen framtid? Är det något av det vi pratat om som du skulle vilja ta del av för att skapa förutsättningar för att du ska kunna uppnå dina livsmål?



Sammanfattning

- Förutsättningar för en god framtid kan vara
 - Att ha kunskap om mig själv och sin funktionsnedsättning
 - Att ta hand om mig själv
 - Att veta vilka stödinsatser som samhället erbjuder
- Vad tar du med dig från idag?
- Vad tar du främst med dig från dessa 5 tillfällen?

Tack för idag!

Utvärdering

