

Persoonlijk plan

Dit is een voorbeeld van een ingevuld persoonlijk plan. De persoonlijke gegevens zijn verzonden. De situatie is gehaald uit veel voorkomende voorbeelden die bij ReumaNederland zijn binnengekomen. Kom je er niet uit? Vraag hulp aan een cliëntondersteuner.

Persoonlijk plan van: J. de Haag

Datum: 20-7-2020

1. Persoonlijke gegevens

Naam: Mevr. J. de Haag
Adres: Ontspanningspad 16
Postcode en woonplaats: 1234 AB Zomaarstad
Geboortedatum: 01-01-1960
Burgerservicenummer: 123456789
Getrouwd of samenwonend: ja / ~~nee~~
Telefoon: 06-12345678
E-mail: jdehaag@gmail.com
Medeondertekenaar (partner-familieid): M. de Haag

2. Hoe ziet mijn situatie eruit?

Vertel hieronder kort hoe je leven er nu uitziet.

Heb je bijvoorbeeld een partner en kinderen? In welke leeftijd zijn je kinderen?

Woon je in een flat (zonder/met lift) of een huis?

Heb je (vrijwilligers)werk? Heb je geen (vrijwilligers)werk hoe ziet je dag er dan uit?

Welke vorm van reuma heb je en wat zijn daar de beperkingen van? (dit hoeft niet, maar kan helpen om de Wmo consulten meer inzicht in je aandoening te geven)

Ik woon samen met mijn partner in een eengezinswoning. Wij hebben 3 volwassen kinderen die op minimaal 1 uur rijden van ons vandaan wonen. Zij hebben een druk gezinsleven en werk. Mijn partner heeft een drukke baan en loopt moeilijk. Ik heb reumatoïde artritis en in mijn heup en knie een prothese. Door pijn en beperkingen van mijn andere heup loop ik slecht. Door de reuma ben ik snel vermoeid. Mijn handen doen ook erg veel pijn waardoor ik ze moeilijk lang achter elkaar kan gebruiken.

3. Tegen welke problemen loop ik aan?

Denk bijvoorbeeld aan het doen van je huishouden, eten koken, het combineren van je huishouden met je werk of problemen met vervoer. Geef ook aan waarom je er moeite mee hebt. Bijvoorbeeld door vermoeidheid of omdat je moeilijker kunt bewegen.

Ik heb moeite met het doen van zware huishoudelijke klussen. Zoals de keuken, de badkamer en de WC en zuigen. Mijn man doet veel in het huishouden naast zijn werk. Hij doet de boodschappen en kookt omdat ik last heb van mijn handen en daardoor moeilijk kan snijden en zware pannen tillen. Mijn man houdt dit naast zijn drukke werk en de klachten van zijn been, niet lang meer vol. Door het moeilijke lopen en fietsen kom ik bijna de deur niet meer uit. Overdag zie ik weinig mensen en voel ik me vaak erg alleen.

4. Wat kan ik zelf of met hulp oplossen?

Het koken, de was en lichte huishoudelijke werk, doet mijn man. Ik probeer af en toe ook wat te doen maar dat lukt moeizaam. Over het strijken van de was doe ik bijna een week.

Mijn burens doen de tuin voor een groot deel. Zij kunnen dit niet structureel doen.

Ik heb weinig vrienden en als ze eens komen, wil ik niet dat zij aan het werk moeten voor mij. De vriendschap schiet er dan bij in.

5. Hoe kan die ondersteuning er voor mij het beste uitzien?

- Via een persoonsgebonden budget (pgb) ja/nee
- Een voorziening in natura? En zo ja, welke?

Het liefst heb ik iemand die op vaste dagen en tijden mij helpt in het huishouden. Vooral de zware klussen. Ik wil zo min mogelijk administratie hebben.

Ik wil ook graag overdag meer mensen zien. Dat lukt niet omdat ik geen vervoer heb en wandelen en fietsen niet goed lukt. Zeker geen langere afstanden.

Met vriendelijke groet,

Mevr. J. de Haag