

# Aanmeldformulier training 'Zelfstandig(er) wonen'

**Naam:**

**Datum:**

**Handtekening:**

**Wij vragen u onderstaande vragen te beantwoorden en één of twee leerwensen te benoemen die u tijdens deze training (beter) wilt leren (toepassen). Uw leerwensen kunt u aangeven door onderstaande vragen te beantwoorden, of door het invullen van de leerwensenlijst op de achterzijde dit formulier. De leerwensen lijst kan een hulpmiddel zijn bij het invullen.**

**1. Ik meld me aan** (aankruisen wat van toepassing is, meerdere opties kunnen op u van toepassing zijn )

- Vanuit mijn eigen wens en op eigen initiatief
- Ik ontvang zorg van MET ggz
- Ik heb een leef zorg plan en ontvang een WMO arrangement van de gemeente
- Anders namelijk:

**2. Wat is op u van toepassing? Licht uw antwoord toe.**

1. Ik wil mijn kennis/vaardigheden wil verbeteren/vergroten/uitbreiden om zelfstandig te kunnen wonen of om zelfstandig wonen te behouden.

2. Mijn sterke kanten m.b.t. het gebied wonen zijn (geef een toelichting):

3. a: Ik heb moeite met:

b: Beschrijf een voorbeeld van de situatie waarmee u moeite hebt:

4. Wat ik graag (beter) zou willen kunnen na afloop van de training is:

## Aanmeldformulier training 'Zelfstandig(er) wonen'

5 Kruis minimaal 1 en maximaal 3, voor u belangrijke leerwensen aan.	In welke mate bent u hiertoe in staat?		
Financiën en administratie zie aparte module	goed	matig	niet
Ik heb kennis van regels, huurcontract, omgevingseisen die aan een huurder gesteld worden, eisen vanuit de woningbouwvereniging/ buurt/ MET ggz.			
Ik heb uitgezocht waar ik wil gaan/blijven wonen en heb dit in kaart gebracht.			
Ik heb in kaart gebracht of ik kan voldoen aan omgevingseisen (van buurt, woningbouw, MET ggz zodat mijn wonen niet in gevaar komt door klachten van anderen.			
Ik heb in kaart gebracht wat persoonlijk wensen zijn/wat persoonlijk belangrijk gedrag is, om naar mijn en andermans tevreden te blijven wonen in de (tijdelijke oefen-) woning.			
Ik heb in kaart gebracht wat nog belangrijk is voor mij, wat ik nog moet leren m.b.t. zelfstandig wonen en ik weet ook welke hulpbronnen hiervoor nodig zijn.			
Ik weet wat het moeilijk voor mij kan maken om zelfstandig te gaan/blijven wonen, wat ik als hindernis kan tegenkomen (bijv. planning, motivatie, angsten, geldgebrek, middelengebruik) en ik weet wat ik eraan kan doen.			
Ik heb kennis van verplichte verzekeringen, WA, evt. onkosten zoals service kosten, borg.			
Ik heb (in de nabije toekomst) beschikking over voldoende financiën voor huur, gas, water licht, WA (servicekosten) en ziektekostenverzekering.			
<b>Vaardigheden m.b.t. het huishouden en het onderhoud van de woning</b>			
Ik kook zelfstandig vijf verschillende (volgens voedingsschijf verantwoorde) warme maaltijden.			
Ik eet voldoende verantwoord mijn eten en krijg voldoende vitamines naar binnen.			
Ik koop mijn huishoudboodschappen in (via winkel of online).			
Ik was mijn kleding zelfstandig en mijn kleding is schoon.			
Ik blijf binnen wettelijke kaders en voor de buurt toelaatbare (geluids)normen en overschrijd deze niet.			
Ik heb een goed beeld welke taken ik heb in huis en weet hoe ik die taken kan uitvoeren.			
Ik maak zo nodig een planning van huishoudelijke taken.			
Ik kan mijn planning van het huishouden uitvoeren en ik hou me aan de planning (mijn taken zijn gedaan).			
Ik motiveer mezelf om de taken uit te voeren.			
Ik poets mijn woning naar tevredenheid en ik voldoe aan normen van de omgeving (buurt/ woningbouw/MET ggz.)			
Ik spaar mijn huisvuil niet op en ik zorg ervoor dat ik wekelijks mijn huisvuil weggooi.			
Ik zorg dat mijn directe woonomgeving netjes blijft, de woning en tuin zijn onderhouden, er liggen geen spullen.			
Ik zorg dat kleine onderhoudsklussen gebeuren door mezelf of door anderen, en voorkom achterstallig onderhoud.			
Ik breng geen schade aan de woning toe en ik meld eventuele schade aan de woning vroegtijdig bij de verhuurder.			
Ik weet welke hulpbronnen nodig zijn voor een onderhouden woning en ik regel de nodige hulp.			
<b>Vaardigheden m.b.t. veilig wonen, bezoek, huisdieren</b>			
Ik zorg op een verantwoorde en liefdevolle wijze voor mijn huisdier, dit is ook naar tevredenheid van mijn burens/ woningbouw/ MET ggz, het dier zorgt niet voor schade/overlast.			
Ik ben in staat tot goed gastheerschap.			
Ik weet wat mijn grenzen zijn, als ik gasten heb en ik kan mijn grenzen aangeven bij gasten/bezoek.			
Ik weet wat de grenzen van mijn burens/ MET ggz/Woningbouwvereniging zijn en ik en mijn gasten respecteren dit.			
Ik waarborg mijn privacy en ik waarborg de privacy van de burens.			
Ik geef indien nodig grenzen aan bij gasten in relatie tot woninggebruik, ik voorkom schade en overlast.			
Ik ga beleefd om met de burens en maakt indien nodig/gewenst omgangsafspraken met burens.			
Ik heb voldoende rust en orde in het hoofd om huishoudelijke activiteiten op te pakken.			
Ik heb en creëer voldoende veiligheid voor mezelf in de woning.			
Ik heb meubels en spulletjes die goed functioneren. Ik draag er zorg voor dat ik nieuwe spullen krijg als dit nodig is.			
Ik ben in staat om bij vermindering van veiligheidsgevoelens actie te ondernemen waardoor ik me weer veilig voel.			
Ik ben in staat om mijn angst en achterdocht te hanteren en kom daardoor niet in woonproblemen.			
Ik ben niet verbaal dreigend, boos of agressief naar mensen in de woonomgeving.			
Ik en mijn bezoek maken zich niet schuldig aan wettelijke overtredingen (dealen) in en bij de woning.			
<b>Eigen andere wensen, vul deze in op de voorzijde van dit formulier</b>			