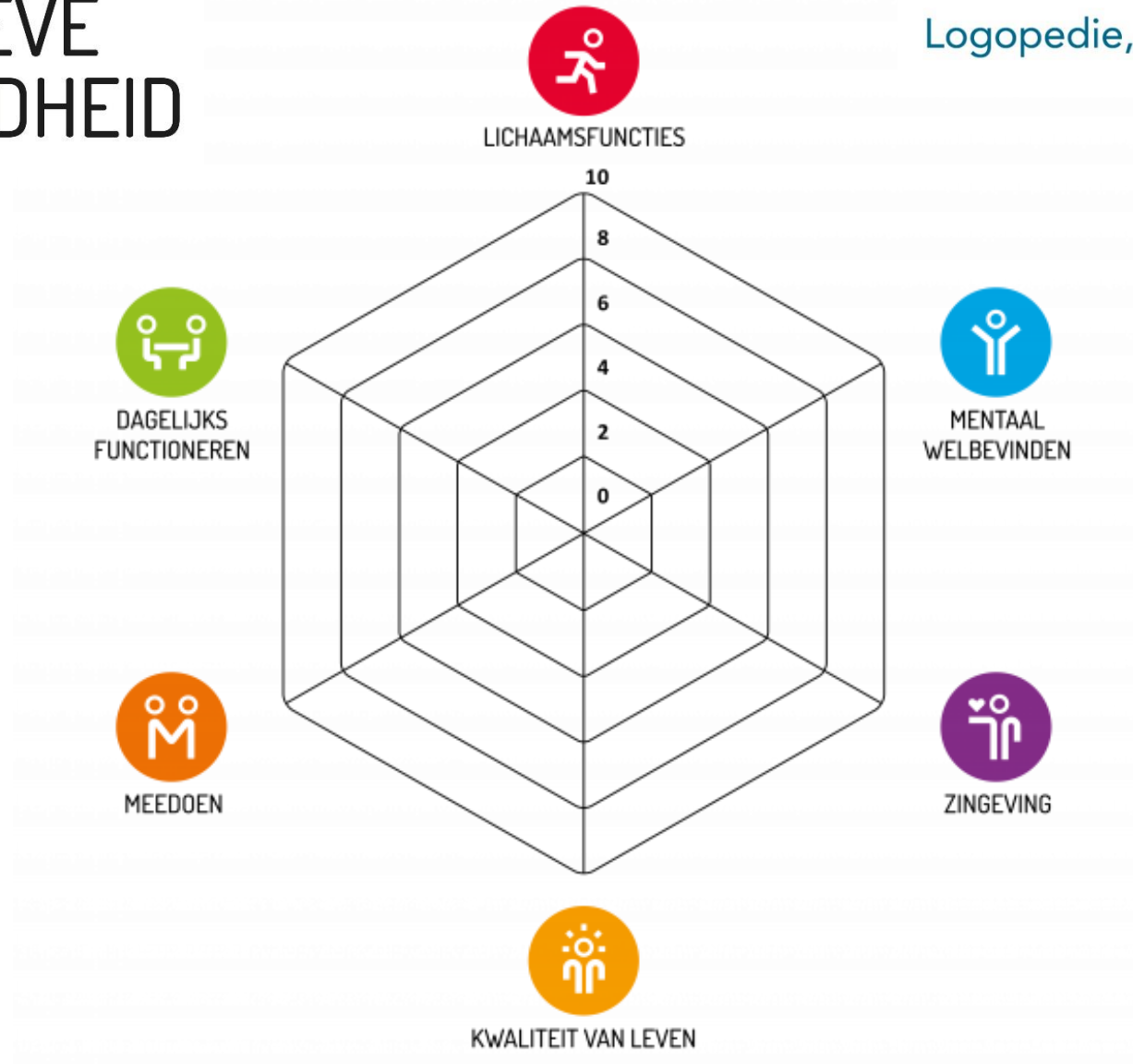


 MIJN
POSITIEVE
GEZONDHEID

verbalis 
Logopedie, training & coaching



Lichaamsfuncties:

Mijn hulpvraag gaat over:

- Eten/drinken (slikken, kauwen)
- Communiceren d.m.v. spreken, schrijven en/of gebaren
- Begrijpen van gesproken en/of geschreven taal
- Ademen
- Stemgeving

Mentaal welbevinden:

- Ik heb voldoende energie om dagelijkse activiteiten te kunnen uitvoeren
- Ik kan mij voldoende ontspannen en zit lekker in mijn vel
- Ik herken problemen bij mijzelf die mijn balans verstoren
- Ik kan zeggen wat ik wil/vind/voel en voel mij hierin gehoord (autonomie)
- Ik kan er zelf voor zorgen dat ik mij beter ga voelen (welbevinden optimaliseren)
- Ik kan bij veranderingen mijn evenwicht bewaren of snel terugvinden

Zingeving:

- Ik kan die activiteiten uitvoeren die zingevend voor mij zijn
- Ik kan aan anderen vertellen wat mij zin geeft in mijn leven
- Om mijn idealen te kunnen verwezenlijken maak ik kenbaar dat ik anderen nodig heb met dezelfde idealen en interesses
- Ik gebruik communicatie als verbindende factor (met mijn omgeving)

Kwaliteit van leven:

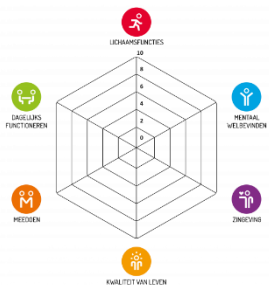
- Ik kan veilig slikken en heb hier vertrouwen in
- Ik krijg voldoende voedingsstoffen binnen zodat ik niet afval en genoeg energie heb
- Ik kan binnen mijn mogelijkheden mijn zelfstandigheid behouden
- Ik kan mijn behoeftes duidelijk maken aan anderen
- Ik voel mijn voldoende veilig om mijn behoeftes te bespreken met anderen
- Ik bespreek mijn problemen die mijn balans verstoren
- Het lukt mij om samen met mijn omgeving het evenwicht te (her)vinden

Meedoen:

- Ik weet op welke manier je contact kunt maken en hoe je dat kunt onderhouden.
- Ik communiceer met taal, maar kan ook zonder taal dingen duidelijk maken.
- Ik durf te praten
- Ik heb vertrouwen in mijn manier van communiceren
- Het lukt mij duidelijk te maken waar mijn grenzen liggen en wat mijn behoeftes zijn
- Ik durf te eten in het bijzijn van anderen
- Ik kan meedoen, net als mijn leeftijdsgenoten

Dagelijks functioneren:

- Ik ken mijzelf
- Ik weet waar mijn grenzen liggen en kan deze ook aangeven
- Ik weet wat ik kan en wat de mogelijkheden zijn
- Ik kan en durf hulp te vragen
- Ik aanvaard aangeboden hulp
- Ik heb voldoende energie en mogelijkheden om te kunnen eten en drinken
- Eten en drinken lukt mij zonder belemmeringen en/of stress



verbalis 
Logopedie, training & coaching