



The better You
Du fortjener det

HJÆLP

KURSUS AF MONA NYHOLM

HJEMLIGE UDFORDRINGER

- H**
- > Få hverdagen til at fungere og få overblik over din økonomi
 - > Bedre overskud til de huslige opgaver og lær at styrke energiforbruget
 - > Søge hjælpemidler til både hjemmet og arbejdspladsen

JURIDISK VEJLEDNING

- J**
- > Få overblik og hjælp til den kommunale sag
 - > Hjælp til, hvilke paragraffer du kan søge om hjælp fra
 - > Stå stærkt til rehabiliteringsmødet - evt. med bisidder hjælp

ÆRLIGT SAMARBEJDE

- A**
- > Dit liv og udfordringer i fokus
 - > Støtte til at acceptere dit nye normale (din situation)
 - > Udvikling i at mærke efter og sige ja/nej ud fra din behov

LANGSIGTET ARBEJDSLIV

- L**
- > Støtte til at finde de skånehensyn der er gældende på den lange bane
 - > Finde ny holdbar retning i arbejdslivet og få kontrol over smerterlivet
 - > Hjælp til den gode udretning og dermed det gode praktik forløb

PERSONLIG UDVIKLING

- P**
- > Få bedre selvværd og flere positive tanker
 - > Godt samarbejde med pårørende og omvendt
 - > Forståelse af sammenhængen mellem krop og psyke