## **Lijst met personen die je kan contacteren als er een probleem is**

#### Dit is een fictieve lijst ter inspiratie. Uiteraard is zo’n lijst persoonlijk. Pas hem aan en breidt hem uit volgens je eigen noden. Doorheen de tijd veranderen de contacten.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Probleem | Wie  | Hoe | Wanneer mag het? |
| Huishoudelijke taken: wassen, strijken, koken, poetsen* Vragen over huishouden
* Hulp nodig
 | Nancy (buurvrouw)Mama  | Langsgaan en aanbellenBel 01/11.22.33. | Tussen 8u en 20uOverdag |
| Elektrische apparaten  | Mark (nonkel)Tom (buurman) | Bel 04/12.34.56.Langsgaan en aanbellen | Na 17u of weekendTussen 8u en 20u |
| Problemen op het werk | Nathalie (jobcoach)Greet (vorige jobcoach): bij terugkerend probleemNicole (leidinggevende) | Mail sturenBellenBellenMail sturenLangsgaan Bellen | Altijd OverdagNiet te vaak (max 1x/maand)AltijdAls de deur open is Tussen 9u en 17u |
| Gedachten niet geordend krijgen | Mathias (goede vriend)Ellen(vroegere coach) | Bel 04/65.43.21.Bel 04/33.33.33.Mail sturen | altijdaltijd (september en juni minder beschikbaar) |
| Administratie * Dagelijks papierwerk
* Dringend
 | Kim (thuisbegeleider)Kim (thuisbegeleider)mama | Vragen noteren in schrift en overlopen als Kim er is. Bel 04/99.99.99Bel 04/11.11.11. | Elke donderdag van 17u tot 18uKantooruren Overdag  |
| Weekplanning | Kim (thuisbegeleider) | Vragen noteren in schrift en overlopen als Kim er is.  | Elke donderdag van 17u tot 18u  |
| Studies* Dagelijkse taken, opdrachten, leerstof, lessen
* Studiekeuze, studiebegeleiding, algemene vragen
 | Sofie(studiegenoot)Bianca (studentenbegeleider) | BellenSMSMail sturenMail sturenBellen | 10u – 23ualtijdaltijdAltijdWerkdagen 9u – 17u |
| Financiële zaken | papa | Langsgaan of bellen | Overdag |
| Sociale activiteit voorbereiden | Kim (thuisbegeleider)Mathias (goede vriend)Ellen(vroegere coach) | Vragen noteren in schrift en overlopen als Kim er is. Bel 04/65.43.21.Bel 04/33.33.33. | Elke donderdag van 17u tot 18ualtijdaltijd (september en juni minder beschikbaar) |
| Vrije tijd * Invulling zoeken
* Problemen, duurzame oplossing zoeken
 | Simon (goede vriend)Mathias (goede vriend)Sofie (studiegenoot)Kim (thuisbegeleider) | BellenBellenBellenVragen noteren in schrift en overlopen als Kim er is. Bel 04/99.99.99 (dringend) | Weekend Altijd Tijdens de week Elke donderdag van 17u tot 18uKantooruren  |
| Onverwachte omstandigheden | Kim (thuisbegeleider)Mathias (goede vriend)Ellen(vroegere coach) | BellenBellenBellenMailen | Overdag AltijdAltijd (september en juni minder beschikbaar) |
| Kledij | Katrijn (zus) | BellenMailen om af te sprekenLangsgaan  | Altijd  |
|  |  |  |  |