



Deltagelse for alle

Videnscenter
om handicap

PÅ VEJ MOD EN GOD HVERDAG

- en håndholdt indsats for veteraner med PTSD

ET TILBUD TIL VETERANER MED PTSD

'På vej mod en god hverdag' er et tilbud til dig, der har været udsendt soldat og derefter har været i behandling for PTSD. Du får tilknyttet en personlig konsulent, der støtter dig i overgangen fra behandling til hverdag. Vi ved ikke, hvor lang din vej er, eller hvor den fører hen. Men målet med samarbejdet er at øge din livskvalitet og hjælpe dig på vej mod en god hverdag.

FRIVILLIGHED OG SELVBESTEMMELSE

Al deltagelse er frivillig, og du vælger selv til og fra. Konsulenten sørger for, at du kan træffe valg på et oplyst grundlag.

TILLID

Tilbuddet bygger på tillid mellem dig og din konsulent. Konsulentens opgave er at vise dig, at vedkommende er til at stole på og sørge for, at du føler dig set og hørt.

MENINGSFULDE FÆLLESSKABER

I tilbuddet er der mulighed for at møde andre veteraner med PTSD, når konsulenterne arrangerer samlinger med fælles aktiviteter.



MORTEN

møder du primært i Midt- eller Nordjylland

Morten Munk
(+45) 24 83 86 98
mm@handivid.dk



MICHAEL

møder du primært i Syddanmark

Michael Madsen
(+45) 43 14 14 01
mhm@handivid.dk



PETER

møder du primært på Sjælland

Peter Due
(+45) 26 80 11 46
pd@handivid.dk

EN PERSONLIG KONSULENT

De såkaldte 360-graders konsulenter kommer fra Videnscenter om handicap. Du vil mødes med den samme konsulent igennem hele forløbet. Hvordan, hvor ofte, og hvor længe I skal mødes, finder I ud af i fællesskab.

EN INDIVIDUEL VEJ

360-graders konsulenten kommer til dig. Sammen forsøger I at forstå dine udfordringer i hverdagen og finde brugbare løsninger. Du træffer alle valg. Fra tidligere forløb ved vi, at udfordringerne blandt andet kan ligge i:

STRUKTUR I HVERDAGEN

- Søvn- og døgnrytme
- Kost
- Dagligdagsgøremål og planlægning

SOCIALT

- Isolation
- Familie
- Venner
- Netværk

FORSØRGELSE

- Kontakt til offentlige instanser
- Beskæftigelse
- Uddannelse
- Pension

FRITID

- Inaktivitet
- Motion og bevægelse
- Fritidsinteresser

På videnomhandicap.dk kan du læse mere og høre fortællinger fra andre veteraner med PTSD.



Samtaler
med en
konsulent



Fællesskab
med
ligesindede

Relationer
og
netværk

Fritids-
aktiviteter

Søvn- og
spisemønster

Støtte hos
offentlige
instanser

DIN VEJ

Måske er dine udfordringer nogle andre og din vej en anden. Her har du mulighed for i samarbejde med din konsulent at udfylde **din** vej mod en god hverdag.





Deltagelse for alle

Videnscenter
om handicap

www.videnomhandicap.dk