

Dit toekomstplan is van

jeugd

west
brabant
west

WAAROM EEN TOEKOMSTPLAN?

Heb jij al eens nagedacht over jouw toekomst? Wat vind jij belangrijk? Het toekomstplan helpt je te ontdekken welke toekomstwensen jij hebt. Daarnaast helpt het toekomstplan jou om goed voorbereid te zijn op de periode na je 18e door je te helpen bij zaken die je voor die tijd allemaal moet regelen.

WAAROVER GAAT HET TOEKOMSTPLAN?

Dit toekomstplan gaat over jou. Er zijn verschillende thema's die in het plan staan.

→ Zorg en gezondheid

→ Netwerk

→ Dagingvulling

→ Geldzaken

→ Wonen

→ Veiligheid

HOE VUL JE HET TOEKOMSTPLAN IN?

Per thema vul je in hoe het nu gaat, wat je wil behalen en hoe je dat gaat doen. Je kan het toekomstplan zelf invullen of met behulp van je netwerk (familie of vriend), begeleider of jeugdprofessional. Je begeleider of jeugdprofessional kan je helpen om te bepalen wat belangrijk is voor jou en hoe je je toekomstwensen kan bereiken, ook kunnen zij ondersteunen bij regelzaken.

ZORG EN GEZONDHEID

Of je nu oud bent of jong, arm of rijk, ziek of gezond; goed zorgen voor jezelf en jouw gezondheid is belangrijk. Daarin is de mentale gezondheid even belangrijk als de lichamelijke gezondheid. Hoe kan jij goed voor jezelf zorgen?

Hoe gaat het nu? Zorg je goed voor jezelf, denk daarbij aan persoonlijke verzorging, eten, voldoende beweging? Hoe voel je je op mentaal vlak? Helpt iemand je om mentaal en lichamelijk gezond te worden/blijven?

Wat wil je behalen? Hoe ziet jou ideale toekomst eruit qua mentale en geestelijke gezondheid? Welke begeleiding is belangrijk voor jou?

Niet van toepassing

Hoe ga je dat doen? Welke doelen moet je nog behalen? Welke dingen moet je nog regelen? Wie kan jou helpen daarbij?

Niet van toepassing

Checklist zorg en gezondheid met regelzaken

ID-bewijs aanvragen

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Zorgverzekering afsluiten

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Aanvragen zorg na 18e (Verlengde jeugdhulp, Wmo, Wlz, Zvw)

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Inschrijven tandarts

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Inschrijven huisarts

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Inschrijven apotheek

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Donorregistratie

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

NETWERK

De een is graag alleen, een ander is liever met anderen samen. Maar één ding geldt voor ons allemaal: niemand kan alles alleen.

Hoe gaat het nu? Hoe ziet jou sociaal netwerk eruit? Denk aan je familie, ouders, vrienden, partner, begeleider, je burens andere mensen met wie jij contact hebt. Waar voel jij je thuis en wie helpt jou?

Wat wil je behalen? Wil je je sociaal netwerk behouden, uitbreiden of juist wat meer afstand nemen? Heb je behoefte aan meer of minder hulp vanuit je netwerk?

Niet van toepassing

Hoe ga je dat doen? Welke doelen moet je nog behalen? Welke dingen moet je nog regelen? Wie kan jou helpen daarbij?

Niet van toepassing

Checklist netwerk met regelzaken

Hulp vragen aan netwerk (bv. vrienden, familie)

Hulp vragen aan netwerk (bv. vrienden, familie)			WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	

Administratie bijhouden

Administratie bijhouden			WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	

DAGINVULLING

Op welke manier je je tijd graag besteedt is voor iedereen anders. Waar de één zich wil ontwikkelen via een opleiding op school, kiest de ander ervoor om te gaan werken of een andere vorm van vrijetijdsbesteding. Wat past is voor iedereen anders.

Hoe gaat het nu? Ga je naar school? Heb je vrijwilligers- of betaald werk? Sport je of heb je hobby's of andere activiteiten waar je aan deelneemt?

Wat wil je behalen? Wat zijn jou plannen voor de toekomst? Droom je over een bepaalde baan of opleiding of andere activiteiten?

Niet van toepassing

Hoe ga je dat doen? Welke doelen moet je nog behalen? Welke dingen moet je nog regelen? Wie kan jou helpen daarbij?

Niet van toepassing

Checklist daginvulling met regelzaken

Opleiding zoeken

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Inschrijven opleiding

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

OV-chipkaart kopen

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Studentenreisproduct bij DUO aanvragen

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Betaald of vrijwilligerswerk zoeken

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

CV maken en motivatiebrief schrijven

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Vrijtijdsbesteding zoeken (sport/hobby/activiteit)

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Vervoer: fiets/scooter/auto kopen

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

GELDZAKEN

Sommige mensen voelen zich rijk, ook al hebben ze weinig geld. Anderen verdienen veel, maar komen toch elke maand geld tekort. Dit thema gaat over hoe je met geld omgaat. Over administratie en overzicht krijgen.

Hoe gaat het nu? Hoe ga je om met post die binnenkomt? Heb je voldoende inkomsten om rond te komen? Heb je schulden?

Wat wil je behalen? Wil je zelf je administratie en financiën doen of met hulp? Hoe ga je om met (spaar)geld?

Niet van toepassing

Hoe ga je dat doen? Welke doelen moet je nog behalen? Welke dingen moet je nog regelen? Wie kan jou helpen daarbij?

Niet van toepassing

Checklist geldzaken met regelzaken

DigiD aanvragen

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	------------------------

Overzicht in inkomsten en uitgaven

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	------------------------

Betaalrekening, spaarrekening en pinpas

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Bewindvoering aanvragen

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Studiefinanciering aanvragen

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Zorgtoeslag aanvragen

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Huurtoeslag aanvragen

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Aangifte inkomstenbelasting

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Vervolg checklist geldzaken met regelzaken

Bijstandsuitkering aanvragen

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Regelingen aanvragen; bijzondere bijstand/inkomens- en studietoeslag

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Kwijtschelding aanvragen (gemeentelijke belastingen/waterschap)

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Voedselbank aanmelden

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Telefoonabonnement afsluiten

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Uitvaartverzekering afsluiten

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

WONEN

Wonen gaat over de plek waar je woont. Wonen gaat niet alleen om een huis, maar is vooral een plek waar jij je veilig en fijn voelt. Een plek waar jij kunt bouwen aan je toekomst.

Hoe gaat het nu? Denk daarbij aan: Woon je op een fijne plek? Kan je zelfstandig het huishouden doen zoals koken en schoonmaken? Veroorzaak je overlast?

Wat wil je behalen? Hoe en waar wil je wonen op je 18e?

Niet van toepassing

Hoe ga je dat doen? Welke doelen moet je nog behalen? Welke dingen moet je nog regelen? Wie kan jou helpen daarbij?

Niet van toepassing

Checklist wonen met regelzaken

Woonruimte zoeken

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Inschrijven woningcorporatie

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Bij verhuizing; inschrijven gemeente

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Adreswijzigingen sturen

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Postadres aanvragen bij dakloosheid

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Woninginrichting/uitzet kopen

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Gas/water/licht contract afsluiten

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Internet/televisie abonnement afsluiten

DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG	WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
--------------------	-----------------	---------------------------	------------------------

Vervolg checklist wonen met regelzaken

Aansprakelijkheidsverzekering afsluiten

DIT IS			WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
GEREGELD	MOET	(NU)	
	NOG	NIET NODIG	

Opstal en inboedelverzekering afsluiten

DIT IS			WIE HELPT MIJ HIERBIJ?
GEREGELD	MOET	(NU)	
	NOG	NIET NODIG	

VEILIGHEID

Veiligheid gaat over jouw wensen en grenzen. Over respect van en voor anderen. Als je je veilig voelt, kun je zijn wie je bent. Jouw veiligheid is een belangrijk recht.

Hoe gaat het nu? Hoe veilig voel jij je? Daarbij kan je denken aan voel je je veilig op de plek waar je woont, op social media of bij de mensen met wie je omgaat.

Wat wil je behalen? Wat zorgt ervoor dat jij je veilig voelt? En hoe ziet voor jou een veilige omgeving eruit?

Niet van toepassing

Hoe ga je dat doen? Welke doelen moet je nog behalen? Welke dingen moet je nog regelen? Wie kan jou helpen daarbij?

Niet van toepassing

Checklist veiligheid met regelzaken

Aanvragen mentor/curator

WIE HELPT MIJ HIERBIJ?		
DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG

Veiligheidsplan opstellen

WIE HELPT MIJ HIERBIJ?		
DIT IS GEREGELD	DIT MOET NOG	DIT IS (NU) NIET NODIG

OVERIGE

Mis je een thema of wil je nog iets kwijt, dan kan je dat hier invullen.

Meer informatie over hoe je alles kan regelen kun je vinden op deze [landelijke website](#).