

# Individuele Traject Begeleiding 'Een stap naar buiten'



**ITB (Individuele Traject Begeleiding) zoekt samen met jou naar passende daginvulling.**

## **Herken je één of meer van deze punten?**

-  Ben je veel thuis of op je kamer?
-  Heb je weinig te doen overdag?
-  Vind je het moeilijk om iets te ondernemen?
-  Heb je weinig zin of misschien nare ervaringen?

 **Dan is ITB er voor jou!**

## **Wat doen we?**

- Samen ontdekken wat je kunt en waar je blij van wordt.
- Werken aan vertrouwen.
- Nieuwe mensen leren kennen.
- Nieuwe dingen uitproberen.
- In kleine stappen, op jouw tempo.

## Hoe doen we dat?

- Je krijgt een eigen vaste coach.
- Door geduldige en vriendelijke begeleiding.
- Door de tijd te nemen om je goed te leren kennen.
- Door samen met jou op onderzoek uit te gaan naar activiteiten of werk.
- Door samen te werken met jouw familie, begeleiding en netwerk.

## Wat heb je eraan?

- ☞ Meer zelfvertrouwen.
- ☞ Meer structuur in je dag.
- ☞ Je voelt je minder alleen.
- ☞ Leuke activiteiten, dagbesteding of werk.

## Ook iets voor jou?

Heb het erover met je begeleiding en neem voor overleg of aanmelding contact op met de helpdesk cliënt van Amarant en vraag naar de afdeling zorgbemiddeling

☎ 088 - 611 99 55

✉ [helpdeskclient@amarant.nl](mailto:helpdeskclient@amarant.nl)

**Amarant**