

# Individuell plan

Lättläst



## Vad är en individuell plan?

Du har rätt till en individuell plan om du har rätt till hjälp enligt LSS, lagen om stöd och service till funktionshindrade.

En individuell plan talar om vilken hjälp du ska få och hur du ska kunna leva den närmaste tiden.

En individuell plan är ett sätt för dig att bestämma mer över ditt liv och din vardag.

En individuell plan består av två delar.  
Dels skriver du eller någon annan ner vad du vill göra.  
Dels har du möten med andra som kan hjälpa dig med det du vill göra.

## När är det bra med en individuell plan?

En individuell plan kan hjälpa dig om du tycker att andra bestämmer för mycket och du själv för lite om det som är viktigt i ditt liv.  
En individuell plan kan hjälpa dig om du ska ändra på något i ditt liv, till exempel att börja göra något nytt på din fritid eller att flytta hemifrån.

En individuell plan kan hjälpa dig om du vill prova på att arbeta med något nytt eller börja arbeta på ett nytt ställe.

Du kan få hjälp med att ändra på något där du bor.

En individuell plan kan hjälpa dig om du tycker att ingen lyssnar på vad du vill.

En individuell plan kan vara bra  
om du vill att personal  
och andra som hjälper dig  
ska samarbeta bättre.

## **Hur gör du för att få en individuell plan?**

Du säger till din LSS-handläggare  
att du vill ha en individuell plan.  
Du väljer någon som ska hjälpa dig  
med att skriva din individuella plan.  
Ni ska prata om vad du vill göra.  
Ni ska bestämma vem som ska vara med  
på mötena som ni ska ha.  
Du bestämmer om du ska prata själv på mötena  
eller om du vill ha hjälp med det.

Den person som hjälper dig  
ska skicka ut en inbjudan till de andra  
som ni har bestämt ska vara med.  
I den inbjudan ska det stå  
att du vill ha en individuell plan.  
De som blir inbjudna måste få veta  
varför du vill ha en plan.  
Då kan de ta reda på saker  
som du kan ha nytta av  
och berätta om dem på mötet.

I inbjudan ska det stå  
när och var mötet ska vara  
och hur länge det ska hålla på.

## **Första mötet**

På det första mötet ska ni prata om  
hur du har det nu.  
Du ska berätta vad som är bra  
och vad du vill ändra på.  
Ni ska bestämma vad ni ska göra  
för att det ska bli som du vill ha det.  
Ni ska tänka efter hur lång tid det kommer att ta.  
Ni ska bestämma vem som ska göra vad  
och när det ska göras.  
Ni ska bestämma när ni ska ha nästa möte  
och vilka som ska vara med då.

## **Nästa möte**

På nästa möte ska ni prata om vad som har hänt efter det första mötet. Alla som har gjort någonting som ni bestämde på det första mötet ska berätta hur det har gått. Ni ska prata om hur allt har fungerat.

Om det behövs kan ni ha flera möten.

## **Hur har det gått?**

På första mötet bestämmer ni hur lång tid det ska ta för att göra klart din individuella plan. När det har gått så lång tid ska ni träffas igen. Då ska ni prata om hur din plan har fungerat.

Du ska berätta om det blev som du ville. Ni ska prata om vad som gick bra och vad som var dåligt. Du ska bestämma om du är nöjd eller om du vill ändra på något. Du kanske har fått andra idéer om vad du vill göra. Du ska berätta om du tycker att du fick bestämma så mycket som du ville.

## **Hur ska din plan se ut?**

Den person som hjälper dig med din plan ska skriva ner vad ni säger på alla möten. Det är viktigt att allt skrivs ner och sparas. Då vet ni säkert efteråt vad ni har sagt och bestämt, och du kan visa planen för andra.

Din plan behöver inte se ut som någon annans plan,  
men några viktiga saker ska alltid skrivas ner.

Det ska stå varför du vill ha en plan  
och vad du längtar efter och vill göra.

Det ska stå vilken dag personen som hjälper dig  
börjar skriva planen.

Det ska stå vilka som är med på mötena.

Det ska stå vem som ska göra vad  
och när det ska vara klart.

Det ska stå hur lång tid det ska ta  
innan allt är klart.

När den tiden har gått ska ni ha ett möte  
och prata om hur din plan har fungerat.

Det ska stå vem eller vilka  
som du tycker ska läsa din plan.

Du ska skriva ditt namn på planen  
när det står som du vill.

Den som hjälper dig med din plan  
ska också skriva sitt namn på planen.

## **Vill du veta mer?**

Om du vill veta mer om hur det går till

att få en individuell plan

kan du ringa eller skriva till .....

.....

.....



*Denna text är omskriven till lättläst  
av Helena Löfgren, Centrum för lättläst*