

# ORIENTIERUNGSHILFE FÜR CARE LEAVER:INNEN

## IM ÜBERGANG IN DIE SELBSTÄNDIGKEIT

Diese Orientierungshilfe soll ein Arbeitspapier für junge Menschen in der stationären Jugendhilfe und deren Betreuer:innen sein, die sich mit dem Thema der Verselbständigung beschäftigen. Das Arbeitspapier soll **NICHT** als Checkliste gesehen werden nach dem Motto je mehr positiv abgehakt-desto eher steht ein Auszug an- NEIN!  
Kommt ins Gespräch miteinander, tauscht euch aus, reflektiert gemeinsam, kreuzt an, macht Notizen,  
Zeichnet und malt- tobt euch aus! :) Viel Spaß dabei!  
-Eure Anlaufstelle Leaving Care in Böblingen-

### → FINANZEN, LEBENSUNTERHALT

	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Anmerkung, Notiz
Geld einteilen, Überweisungen leisten			
Kontoführung ( sperren, Kontostand überwachen,..)			
Schulden vermeiden, abbauen- Bestellungen			
Abo-Fallen vermeiden- Bußgelder			
Ein- und Ausgänge (Daueraufträge)			
Lebensunterhalt lückenlos sichergestellt			
Erwerbstätigkeit (Arbeitsplatzsicherung)			
ggf. Beantragung von Sozialleistungen			
Aufstellung Sparplan			
Sonstiges			

# → Wohnen, Haushalt, Hygiene

		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Anmerkung, Notiz
 Einkaufen				
 Kochen				
 Waschen und Putzen				
 Körperhygiene (Zähne, Haare, Körper)				
 Strom, Gas, Wasser Nutzung				
 kleine Reparaturen				
 Handwerker				
 Erstausstattung für Wohnung				
 Einhaltung eines bewohnbaren Zustandes				
 Sonstiges				



# → Gesundheit, Gesundheitsfürsorge

	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Anmerkung, Notiz
Ernährung (Selbstversorgung, regelmäßige Mahlzeiten etc.)			
Bewusstsein für physischen u. psychischen Gesundheitszustand (Wie geht es mir? Was brauche ich?)			
Hausarzt/ärztin vorhanden u. bekannt			
Krankmeldungen einholen			
Einnahme von Medikamenten			
Vereinbaren u. Wahrnehmen notwendiger ärztlicher Untersuchungen, therapeutischer Angebote etc.			
Verantwortungsvoller Umgang mit Suchtmittel (Nikotin, Alkohol, Drogen, etc)			



# → Identität

	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Anmerkung, Notiz
Personalausweis			
Schwerbehindertenausweis			
Führerschein			
Duldung/ Aufenthaltstitel			
Anmeldung im Rathaus			
Familie und Kultur kennen (Kontaktaufnahme, bewusster Kontaktabbruch,...)			



# → Bürokratie

	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Anmerkung, Notiz
→ Verträge (Mietvertrag, Handy, W-LAN, Arbeitsvertrag,...)			
→ Kaution			
→ Versicherungen (Krankenversicherung, Haftpflicht etc.)			
→ Abo (VVS/SSB, Vereine,...)			
→ Post öffnen und bearbeiten/lesen			
→ Anträge stellen und wissen wo man sich Hilfe hierzu holen kann			
→ Erreichbarkeit (Handy, E-Mail, Postfach, Briefkasten)			
→ Überblick über notwendige Unterlagen (Ordner anlegen, etc...)			
→ Sonstiges			



# → Autonomie

	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Anmerkung, Notiz
→ Bedarfe für Termine erkennen u. selbständig vereinbaren + wahrnehmen, Inhalte umsetzen			
→ Aushandlungen (Nachbarn, Vermieter, Arbeitgeber, Institution, Ärzte,...)			
→ Kalender führen			
→ Alltagsorganisation			
→ Zugang zu Informationen, rechtliche Beratung			
→ sich fehlendes Wissen selbständig aneignen und weiterbilden			
→ Notfallplan (wichtige Kontakte; wen rufe ich an wenn:...)			
Sonstiges			



# → Sozialverhalten, Bindungen, Partnerschaften

	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Anmerkung, Notiz
Bindung aufbauen und halten			
Freundschaften pflegen, Beziehungen eingehen			
Partnerschaften, verantwortungsbewusstes Sexualverhalten bzw. Umgang mit Sexualität			
Kommunikationsfähigkeit			
Kontakte zum Familien-/ Freundesystem			
solide Konfliktlösungsstrategien			
Sonstiges			



# → Freizeit

	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Anmerkung, Notiz
Hobby pflegen			
Auszeit/ Urlaub planen			
Reisen			
(Lebens-) Träume			
Sonstiges			



# → Bildung/ Berufstätigkeit

	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Anmerkung, Notiz
 Schulabschluss (Aufgaben selbständig bewältigen)			
 Schulmaterial organisieren, Krankmeldungen			
 Verlässlichkeit bei Schule oder Arbeit			
 Ausbildung/ Studium			
 Eigenmotivation, Wünsche, Träume			
 Bewerbung schreiben			
 Sonstiges			



# → Befindlichkeiten, Subjektives Erleben, kurz gesagt- Wie geht's Dir?

	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Anmerkung, Notiz
 Fühlst du dich für einen Auszug in eine eigene Wohnung gut vorbereitet?			
 Gibt es noch etwas, bei dem du Dir Unterstützung wünschst?			
 Ist es dein Wunsch auszuziehen?			
 Hast du vor etwas Angst oder machst Dir Sorgen, wenn ja was ist das?			
 Wenn du vor hast auszuziehen- Wie soll eine Verabschiedung aussehen? Welche Vorstellungen und Wünsche hast du?			
 Besprecht gemeinsam, wie Kontakte nach dem Auszug aussehen können. Besteht noch der Wunsch Kontakt zu halten? Vlt. in Form von Beratungsgutscheinen?			
Welche anderen Möglichkeiten gibt es, wenn du jemanden zum Reden brauchst. (siehe letzte Seite)			
 Wer soll sich nach deinem Auszug wie oft bei dir melden und auf welchem Weg? Überlege dir das schon mal- das wird Thema im letzten Hilfeplangespräch.			



# WICHTIGE ADRESSEN UND KONTAKTE ZUM REDEN, INFORMIEREN UND FÜR DEN NOTFALL



## Kontakt Anlaufstelle Leaving Care:

Ricarda Schnürer-Butsch

Calwerstraße 7

71034 Böblingen

Tel: 07031-663 50 51

Email: R.Schnuerer-Butsch@lrabb.de



Platz für eigene individuelle Kontakte:

Vorschläge/Ideensammlung wer könnte hier hin:

- > Jugendhäuser, Mobile Jugendarbeit
- > psychologische Beratungsstellen
- > Sozialer Dienst
- > Migrationsberatung für junge Menschen
- > Sandra Engel- Berufsberatung vor dem Erwerbsleben – Schwerpunkt Nichtschüler
- > Nummer gegen Kummer
- > Suchthilfezentrum
- > Thamar
- > FORTIS
- > Ombudstelle BaWü
- > NERO/ NERO U21 Stgt
- > Adresse von Ärzten
- > Adressen von Freunden