



MÖTESCIRKEL - Äldre - Läs detta innan mötet

1 Inledning

Du ska innan mötet ha godkänt att alla som deltar får dela information om din situation. En person håller i mötet, berättar hur mötet ska gå till, hur lång tid det tar samt vad som ska tas upp på mötet. Alla närvarande ska presentera sig.

2 Aktuell situation

Alla deltagare på mötet ska kort beskriva hur de uppfattar din situation just nu. Du ska också själv beskriva hur det ser ut för dig just nu. Du behöver inte beskriva allt som hänt tidigare, tänk igenom vad som är viktigt att få med just nu.

3 Behov

Nu ska ni komma fram till vad som behövs för att det ska bli bra för dig. Tänk igenom innan vad du vill och behöver. En del saker kan handla om vad som behövs just nu och annat om hur du vill att det ska bli längre fram. Beskriv så tydligt som möjligt. De andra som är med på mötet ska också beskriva vad de tycker är viktigt och vilken hjälp de kan ge.

4 Sammanfattning

Mötesledaren sammanfattar vad ni har bestämt så att alla har uppfattat samma sak. Det ska vara tydligt vem som ska göra vad. Det ni bestämt ska skrivas i planen och någon ska vara huvudansvarig för planen. Tala gärna om vem du vill att det ska vara.

5 Avslutning

Alla på mötet ska ha en plan. Så småningom ska ni ha ett nytt möte för att följa upp hur det fungerar för dig.



Det finns cirklar riktade till olika målgrupper, t.ex. ungdomar, vuxna och äldre. Läs mer på www.uppdragpsyiskhalsa.se



Sveriges
Kommuner
och Landsting