

# WEET WAT JE KAN

Tijdens Weet wat je kan krijg je uitleg over licht verstandelijke beperking (LVB).  
Dat noem je psycho-educatie.

- Wil jij meer leren over licht verstandelijke beperking (LVB)?
  - Wil je graag lotgenoten ontmoeten?
  - Wil je meer duidelijkheid over wat je kan en waar je hulp bij nodig hebt?
  - Heb je andere vragen over LVB?
- DAN IS "WEET WAT JE KAN" IETS VOOR JOU!**



## Waarom?

Je krijgt hulp van OPSY.

Je wilt werken aan een betere toekomst.

Daarbij helpt het om te weten wat je kan!

## Wat leer je bij Weet wat je kan?

- Wat LVB is.
- Hoe LVB een rol speelt in jouw leven.
- Wat je kan, wat je sterke kanten zijn.
- Wat je nodig hebt om verder te komen.
- Trots op jezelf te zijn.

## Wat doen we?

- We gaan nadenken en praten over onszelf.  
Wie je bent en wat je kan.  
En hoe je daar in de toekomst verder mee komt.
- Moeilijk informatie wordt makkelijk uitgelegd.
- Samen maken we opdrachten die met de uitleg te maken hebben.
- Je kunt je vragen kwijt en je krijgt tips.

## Wanneer?

Weet wat je kan heeft 5 lessen.

Elke les duurt 1 ½ uur.

In elke les is er een pauze.

Dag: \_\_\_\_\_

Tijd: \_\_\_\_\_

## Waar?

Weet wat je kan wordt gegeven bij OPSY ambulantly.  
Dr. Poletlaan 11 in Eindhoven.

## Voor wie?

Weet wat je kan is voor cliënten van OPSY.

De lessen worden gegeven door 1 vaste trainer aan een klein groepje.

Een groepje met daarin jou en nog maximaal drie anderen.

Op deze manier hoor je ook van andere mensen hoe LVB een rol speelt in hun leven!

## Aanmelden

Als je denkt "Weet wat je kan is echt iets voor" geef het dan door aan je casemanager of begeleider. Hij of zij kan jou meer informatie geven en je aanmelden.