

# När du möter mig...

Vad unga vuxna med NPF önskar sig i mötet med vården, myndigheter och arbetslivet

Tänk på att jag inte är min diagnos - jag har ett namn, är en person och vi är alla olika!

Var nyfiken på vem jag är och ta gärna reda på vilken information jag behöver och hur jag vill ha den. Var inte rädd för att fråga mig om det du undrar över. Ibland kan jag verka omotiverad, men ofta betyder det att jag behöver anpassningar.

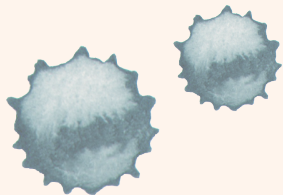
Det här är extra viktigt för mig (kryssa för de alternativ som passar dig).

## Den här kontaktvägen passar bäst för mig:

- Sms
- Telefonsamtal
- Mail
- Brev

## Innan ett möte så önskar jag:

- Påminnelser innan ett möte, gärna dagen innan eller samma dag.
- Jag vill få information om vad mötet handlar om, när det äger rum, var det kommer vara, varför vi ska ha mötet, hur länge mötet varar, vem jag ska träffa och vad som händer sen.
- Jag vill få information om vad som förväntas att jag ska ha genomfört eller ta med mig till mötet.



## Under mötet så önskar jag få hjälpmedel och anpassningar med:

- Time-timer
- Fidget-toys
- Bildstöd
- En lugn miljö utan för mycket ljud
- Ritprat
- Korta och få instruktioner
- Sammanfatta det vi pratat om och ge mig det skriftligt
- Snarare kort möte än för långt
- Annat: .....

## Annat som kan vara bra att veta:

- Jag har svårt med ögonkontakt.
- Min energinivå skiftar, ibland behöver jag ställa mig upp och gå lite för att kunna fokusera.
- Jag har svårt att be om hjälp så fråga gärna vilket typ av stöd jag behöver.
- Jag vill hellre fråga själv om det är något jag undrar.
- Jag vill att du frågar mig om jag förstår.



RIKSFÖRBUNDET  
**Attention**