

Sopra er et privat tværfagligt konsulentfirma, der arbejder inden for det psykologiske, sociale og pædagogiske område. Vi henvender os til både borgere, pårørende og fagprofessionelle – bl.a. gennem Socialstyrelsens rådgivningsenhed, VISO.

Hos Sopra er vi specialiserede inden for udviklingshæmning, autisme, ADHD og mennesker med problemskabende adfærd eller psykisk sårbarhed. Vi tilbyder rådgivning, kurser, supervision, projektføløb og psykologisk/pædagogiske udredninger.

## Ressourcer

### Low Arousal 2 (LA2):

- *Metodemanualen* kan findes på Socialstyrelsens hjemmeside: <https://socialstyrelsen.dk/udgivelser/la2-2013-metodemanual-til-forebyggelse-af-vold-og-fremme-af-trivsel-pa-botilbud>
- *Redskaberne* kan findes på Sopras hjemmeside: <http://sopra.dk/la2/>

### Andre materialer:

- *Min Håb- og Drømmeplan* kan findes på Sopras hjemmeside: <http://sopra.dk/haab-og-droemmeplan/>
- *Mestringsplaner* kan findes på Sopras hjemmeside: <http://sopra.dk/mestringsplaner/>



Trine Uhrskov  
 Tlf.: +45 3063 9411  
 E-mail: [tu@sopra.dk](mailto:tu@sopra.dk)



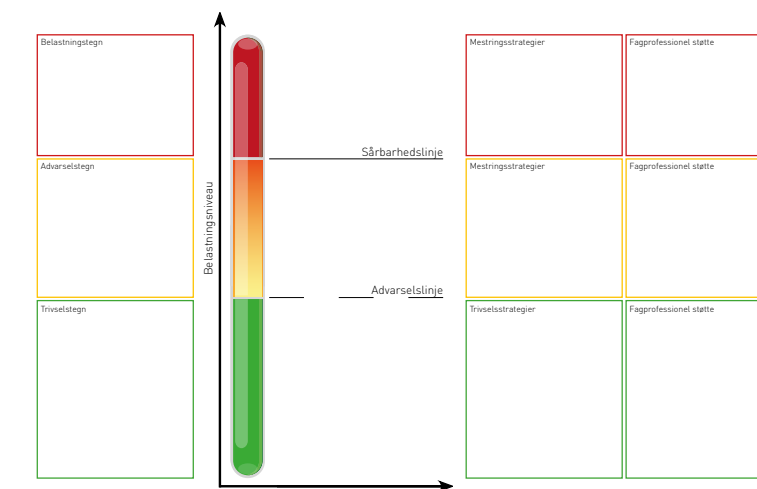
Marie Louise Stochholm  
 Tlf.: +45 6130 5930  
 E-mail: [msl@sopra.dk](mailto:msl@sopra.dk)

# Fælles Trivselsplan

LA2 – Low Arousal 2

BORGERENS NAVN

DATO



FOREBYGGELSE  
Trivselsplan

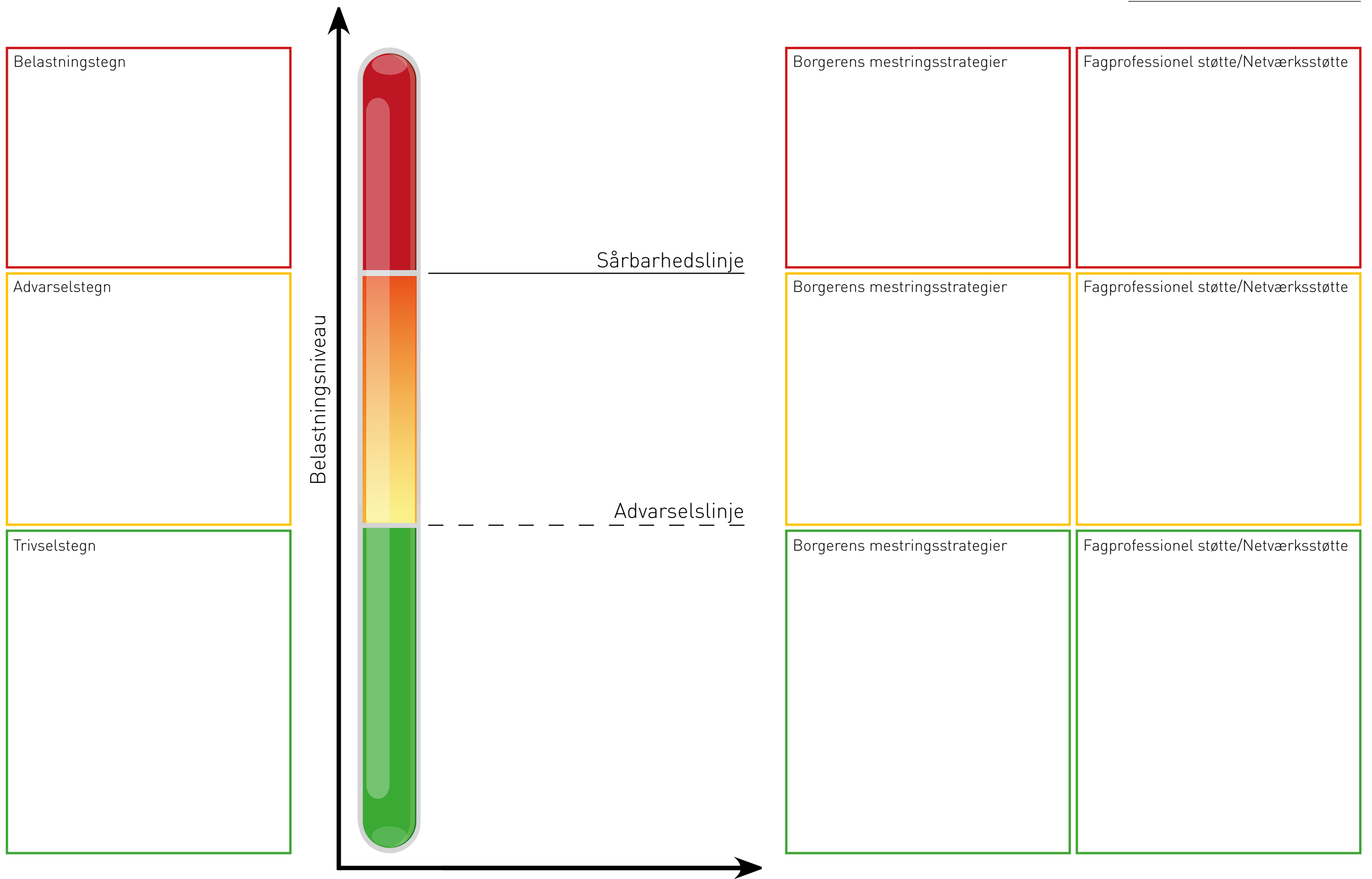
HÅNDTERING  
Tryghedsplan

LÆRING  
Læringsplan

# Fælles Trivselsplan

Borgerens navn: \_\_\_\_\_

Dato: \_\_\_\_\_



Belastningstegn

Advarselstegn

Trivselstegn

Borgerens mestringsstrategier

Fagprofessionel støtte/Netværksstøtte

Borgerens mestringsstrategier

Fagprofessionel støtte/Netværksstøtte

Borgerens mestringsstrategier

Fagprofessionel støtte/Netværksstøtte

Belastningsniveau

Sårbarhedsslinje

Advarselsslinje