Trollhättans Stad

Kartläggningsmaterial SoL

Namn: _____

Sömn och vila

Det här är viktigt för mig när jag vaknar och ska stiga upp
(klockslag, rutiner, dra upp persienner, väckarklocka, annat)

_____

_____

_____

Om jag vilar på dagen är det viktigt för mig att:
(Vila på förmiddagen/ eftermiddagen, tidsspann, antal gånger)

_____

_____

_____

Det här är viktigt för mig när jag ska gå och lägga mig:
(klockslag, rutiner, nattkläder, temperatur i rummet, sovställning, belysning eller annat)

_____

_____

_____

Trollhättans Stad

Det här är viktigt för mig nattetid:
(nattvanor, om jag vaknar? svårt att somna om, känner oro, belysning, dörr på glänt?)

_____

_____

Mat och dryckesvanor

Mat/måltider jag föredrar:
Frukost:

_____

_____

_____

Lunch/middag:

_____

_____

_____

Kvällsmat:

_____

_____

_____

Trollhättans Stad

Dryck/alkohol:

_____

Mat jag inte äter/ allergi:

_____

_____

_____

Övrigt gällande kost: (A-kost, E-kost, timbal, näringsdryck, osv)

_____

Mer om mig

Jag är höger eller vänsterhänt:

_____

Jag använder syn- /hörselhjälpmedel:

_____

Andra hjälpmedel jag använder:

_____

_____

Jag använder inkontinensskydd:

_____

Trollhättans Stad

Min hygien

Fotvård/hårvård:

_____

_____

Då brukar jag duscha eller bada:

_____

Viktigt att tänka på vid dusch/bad:
(stå, sitta, temperatur, rädd för vatten, eller annat som kan vara bra att veta)

_____

_____

_____

Hygienartiklar som jag använder:
(parfym, tvål, schampo, rakvatten, deodorant, hudlotion)

_____

_____

_____

Tand- och munvård

Jag har egna tänder, implantat, hel/delprotes:

_____

Trollhättans Stad

Jag har känsliga tandhalsar som isar lätt:
(Ja/nej)

Jag upplever muntorrhet:
(Ja/nej)

Nöjen

Jag tycker om att läsa:
(dagstidningar, ljudbok, högläsning, eller annat)

Tv- och radioprogram som jag uppskattar:

Musik som jag gillar att lyssna på:
(pop, rock, jazz, dansband, eller annat)

Musik som jag gärna väljer bort:
(pop, rock, jazz, dansband, eller annat)

Digital teknik som jag använder:

Trollhättans Stad

Kroppsintegritet – alla människor har rätt att bestämma över sin kropp.
Är det något särskilt vi behöver veta om dig till exempel när vi hjälper till med dusch och kläder? Alla människor gillar inte beröring, hur är det för dig?

_____

_____

Har du någon allergi/överkänslighet som vi bör känna till?

_____

Något speciellt kring läkemedel:

_____

Ekonomi: (klarar själv, anhörig som hjälper till, god man)

_____

Är det något annat du tycker är viktigt att vi känner till om dig?

_____

_____

_____