



# Mit liv

Tilhører:

Skal du flytte på plejehjem? Udfyld gerne sammen med dine nærmeste de følgende sider og tag dem med til indflytningssamtalen. Du kan også udfylde dem sammen med din kontaktperson, når I mødes til samtalen.



# 'Mit Liv'

'Mit liv' er både et godt udgangspunkt for indflytnings samtalen og en hjælp til plejehjemmets medarbejdere, der bedre kan spørge ind til dig, når de kender lidt til din fortid, rutiner, vaner og mennesker i dit liv.

Du og dine pårørende er velkomne til efterfølgende at supplere med nye oplysninger og kommentarer, så vi sammen løbende kan afstemme forventninger til hverdagen i hjemmet.



# Kontaktpersoner

## Familie, venner og bekendte

Personalet vil, med dit samtykke, gerne kunne komme i kontakt med dine nærmeste. Det kan være for at orientere dem om din dagligdag, men også fx at invitere til grillfest, på udflugt eller for at fortælle om, hvad der sker på plejehjemmet gennem nyhedsbreve eller lignende.

NAVN:	RELATION:	TELEFON	E-MAIL:
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

## Andre

Her kan du notere kontaktoplysninger på andre relationer, som personalet eventuelt skal være dig behjælpelig med at formidle kontakt til. Det kan fx være kontaktoplysninger til et bestemt ambulatorium på sygehuset eller bestemte behandlere, du gør brug af.

NAVN:	FAGOMRÅDE:	TELEFON:	E-MAIL:
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

## Hvem gør hvad?

Sammen med dig og dine nærmeste laver vi en fælles plan for pleje, rengøring og praktiske opgaver. Men hvad med alt det andet, der giver hverdagen indhold og mening? Overvej, hvem i familien, der gør hvad, og fortæl det gerne til personalet. Brug listen her som udgangspunkt. Husk, at der også kan være hjælp at hente blandt frivillige, der kommer på plejehjemmet.

### Roller og ansvar:

- Aftaler med, samt transport til, læge, tandlæge, mv.
- Økonomi, regninger
- Digital Post og lignende
- Fjernsyn, computer, telefon, tablet og lign.
- Tømme/tjekke post
- Gåture
- Indkøb
- Hjælp til at komme til og fra sociale sammenkomster og aktiviteter som fx kirkegang, kortklub, foredrag, udflugter og aktiviteter på lokalcentret
- Andet?

## Min dag

Notér gerne dine gøremål, rutiner og vaner. Hvad gør du og hvornår?  
Hvad har du brug for hjælp til, og hvad klarer du selv?

Morgen:

Formiddag:

Frokost:

Eftermiddag:

Aften:

Nat:

## Min livshistorie

– kort fortalt

Minder og fortællinger knytter et menneskes fortid, nutid og fremtid sammen. Livshistorien er et vigtigt redskab i det daglige samvær, og selv om et helt liv umuligt kan koges ned til én side, kan et indblik i overskrifterne i dit liv gøre det lettere for plejehjemmets medarbejdere at lære dig at kende.

Familie og venner:

Barndom og opvækst:

Væsentlige begivenheder i livet:

Tidligere bopæl og boform:

Tidligere beskæftigelse:

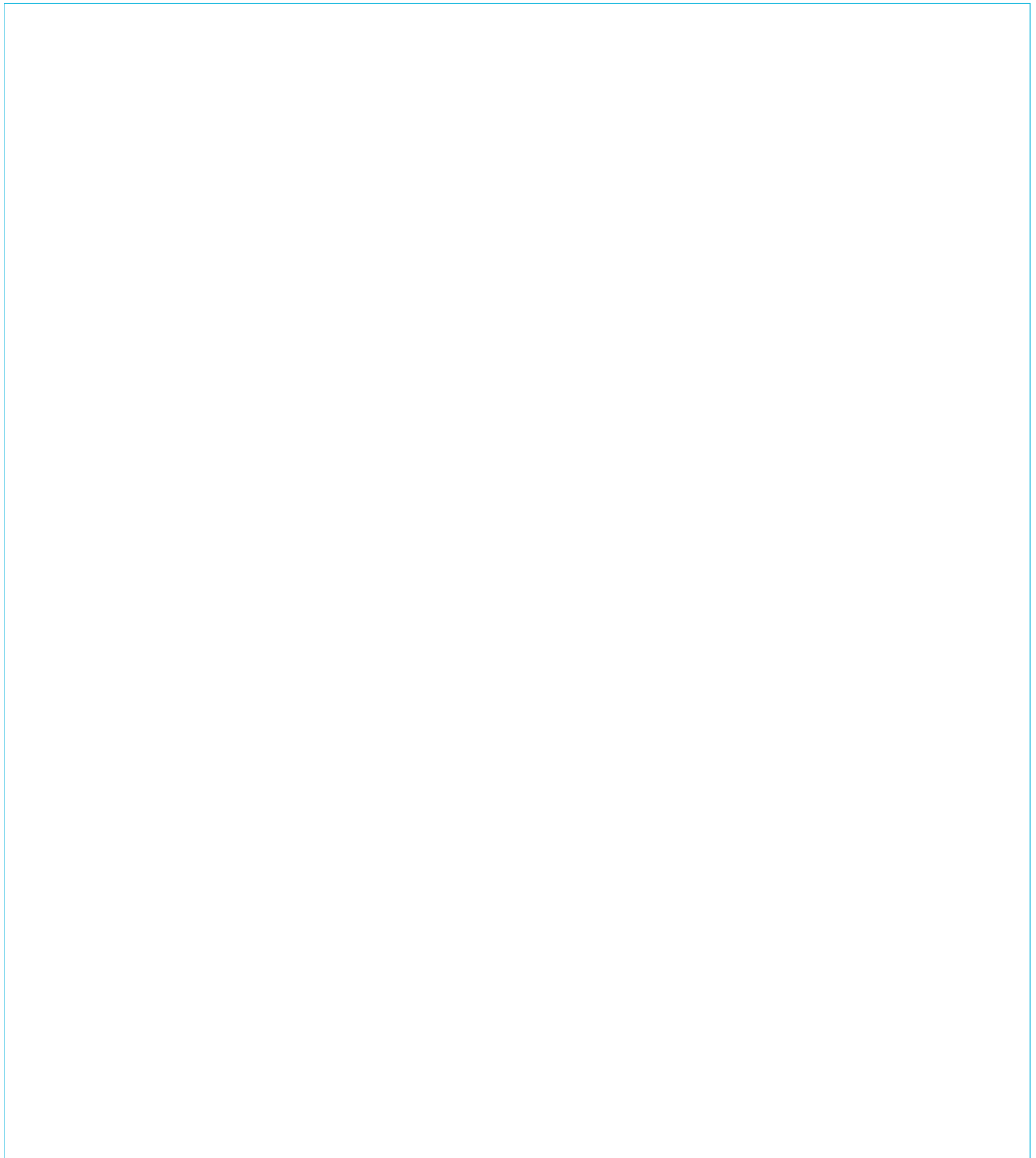
Vaner og normer:

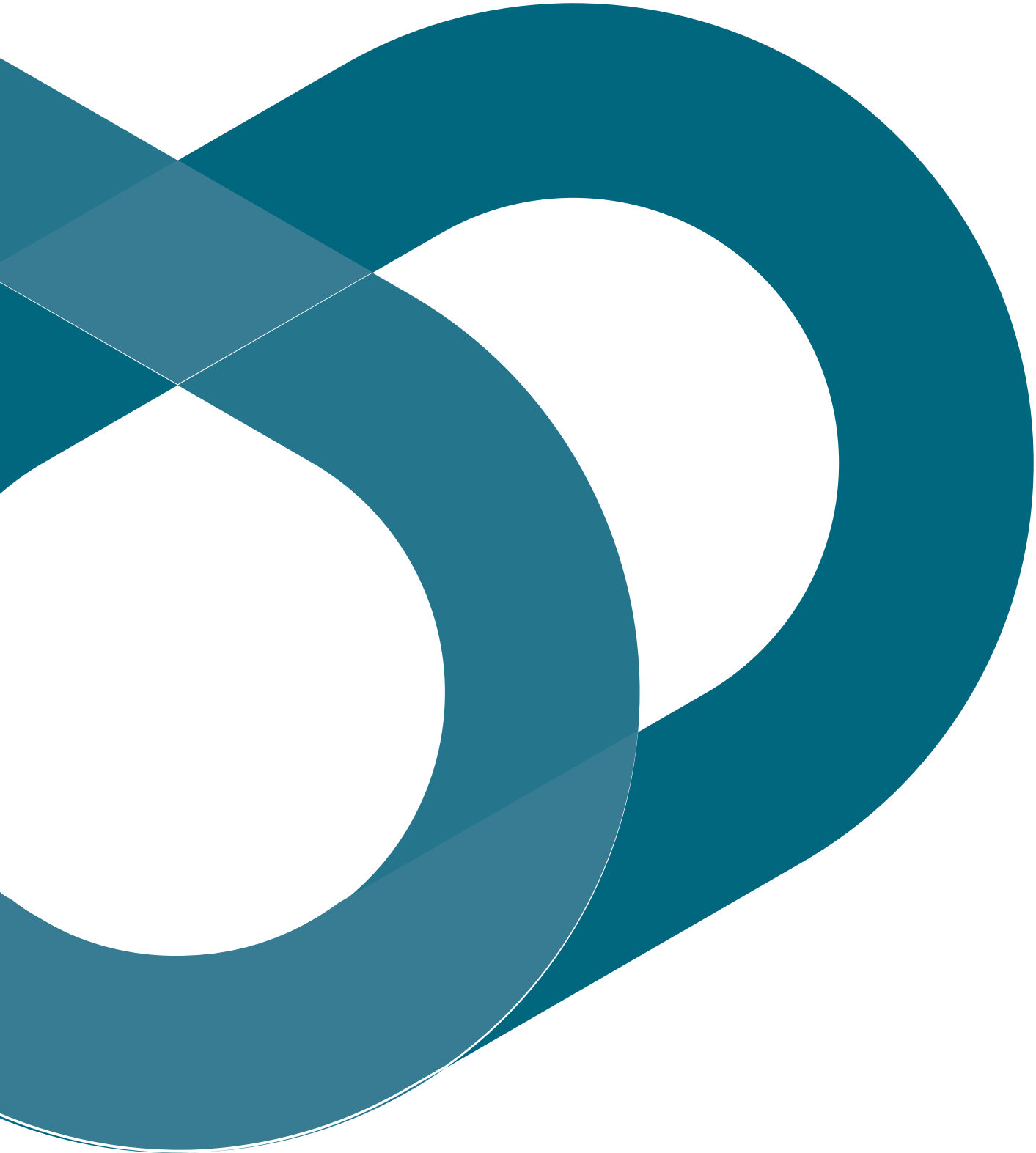
Særlige interesser og aktiviteter:

Evt. særlige ting, der fremkalder glæde, sorg, uro eller andet:

# Mine noter

Spørgsmål og overvejelser i forbindelse med indflytningssamtalen





'Mit Liv', 2. udgave  
Oplag: 1.950  
Udgivet: Juni 2018

Fotografier fra udstillingen  
"Retrospective Family" - Ole Jeppesen