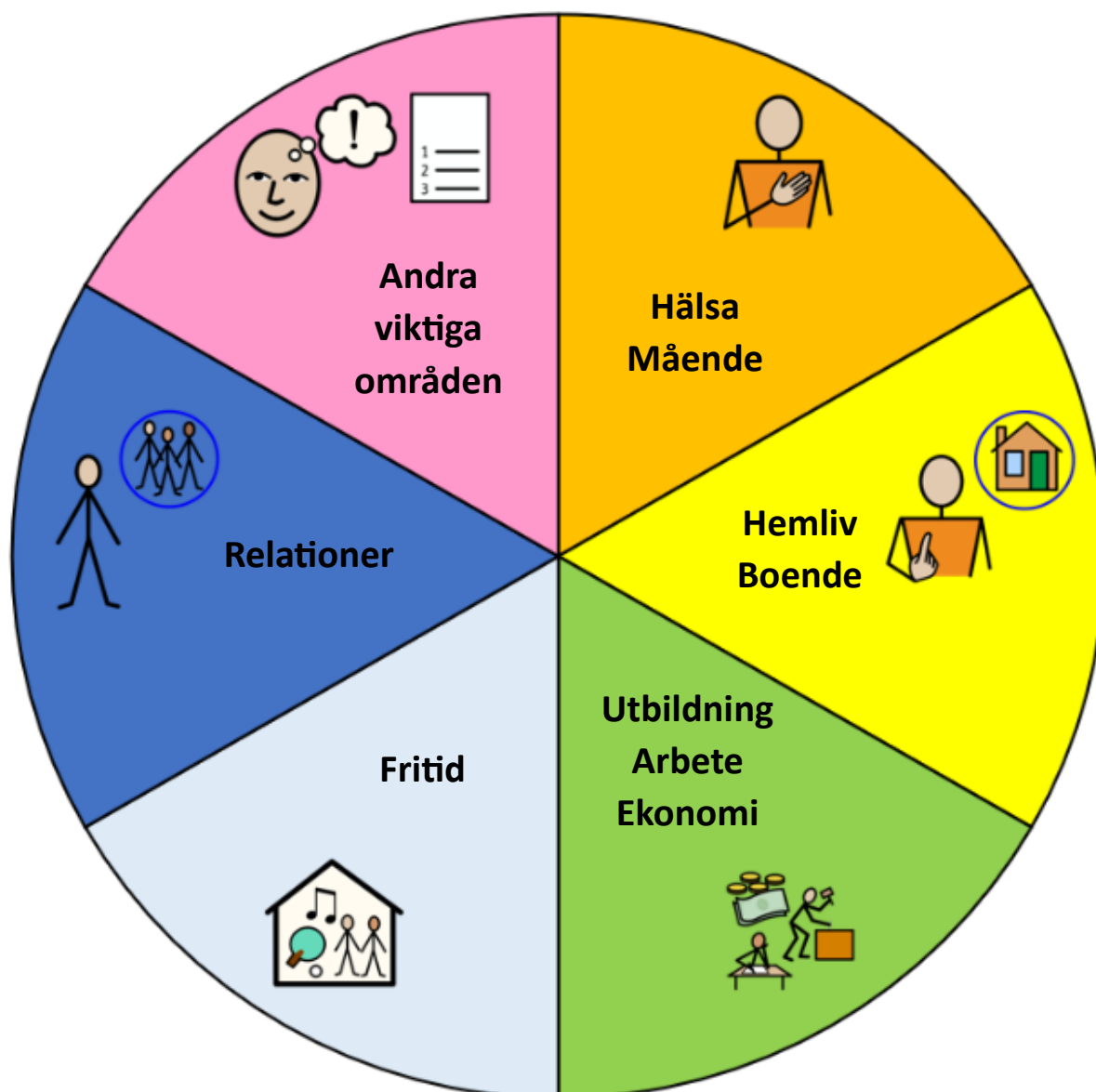


Förberedelse inför kartläggning på habiliteringen – för vuxna

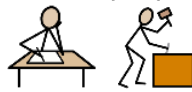
När vi träffas kan vi till exempel prata om det du ser i cirkeln nedan.

Förbered dig gärna genom att skriva ned vad som känns viktigt för dig att prata om.



Hälsa och mående	
	Kunskap om diagnos eller funktionsnedsättning
	Fysisk aktivitet och att röra sig
	Sömn och vila
	Stress, oro, nedstämdhet
	Medicinska frågor och kontakter
	Kost

Hemliv och boende	
	Hur jag bor
	Mat
	Diska, städa, tvätta
	Handla
	Planera, organisera, utföra

Utbildning, arbete, ekonomi	
	Utbildning, skola
	Arbete, sysselsättning
	Ekonomi

Fritid	
	Aktiviteter på fritiden
	Intressen

Relationer	
	Kompisar eller nätkompisar
	Familj
	Partner
	Kärlek och sex
	Ta nya kontakter

Andra viktiga områden	
	Kommunikation, förstå och göra mig förstådd
	Personlig hygien
	Förflyttning
	Hitta till platser
	Komma ihåg
	Planera tid
	Annat