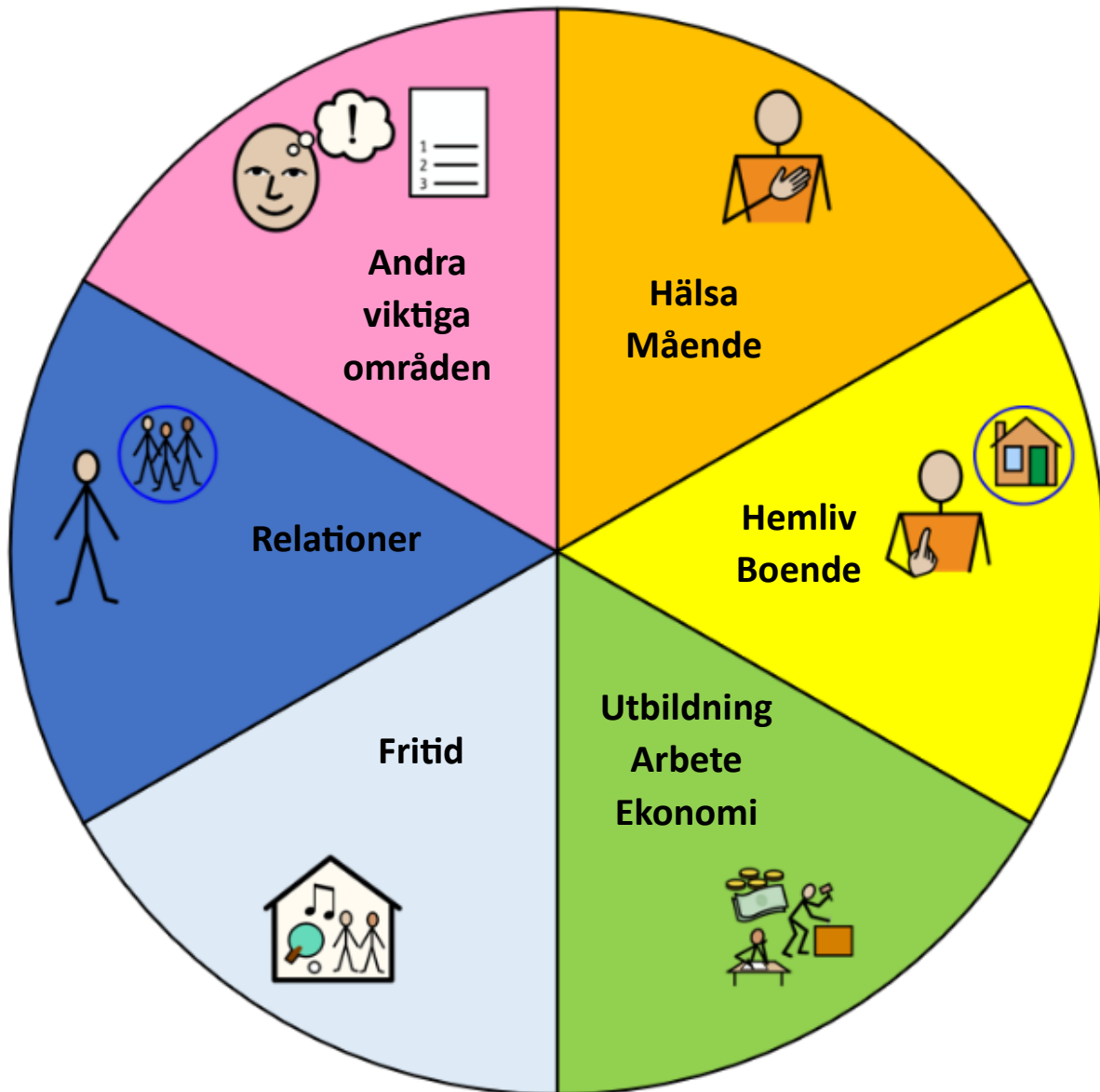








Förberedande frågor inför din planering








Hälsa och mående

Kryssa för de områden du vill prata om eller veta mer om

	Kunskap om diagnos/funktionsnedsättning	
	Fysisk aktivitet och att röra sig	
	Sömn och vila	
	Stress, oro, nedstämdhet	
	Medicinska frågor och kontakter	
	Kost	
Jag vill ha hjälp med:		




Hemliv och boende


Kryssa för de områden du vill prata om eller veta mer om






	Hur jag bor	
	Mat	
	Städa, tvätta	
	Handla	
	Planera, organisera, utföra	
Jag vill ha hjälp med:		








Utbildning, arbete, ekonomi

Kryssa för de områden du vill prata om eller veta mer om

	Utbildning, skola	
	Arbete, sysselsättning	
	Ekonomi	
Jag vill ha hjälp med:		

Fritid		
Kryssa för de områden du vill prata om eller veta mer om		
	Aktiviteter på fritiden	
	Intressen	
Jag vill ha hjälp med:		

Relationer		
Kryssa för de områden du vill prata om eller veta mer om		
	Kompisar/nätkompisar	
	Familj	
	Partner	
	Kärlek och sex	
	Ta nya kontakter	
Jag vill ha hjälp med:		

Andra viktiga områden		
Kryssa för de områden du vill prata om eller veta mer om		
	Kommunikation (förstå och göra mig förstådd)	
	Personlig hygien	
	Förflyttning	
	Hitta till platser	
	Komma ihåg	
	Planera tid	
	Annat	
Jag vill ha hjälp med:		