

LIVSBERÄTTELSE

»DU VET«



STRÄNGNÄS KOMMUN

Levnadsberättelse

Vem är du och varför har du blivit den du blivit?
Genom att fylla i det här dokumentet är du med
och skapar grunden i vård och omsorgsplaneringen;
så kallad personcentrerad omvårdnad.

Innehållet i Levnadsberättelsen ska föras in i den
sociala dokumentation i Treserva. Om du själv inte
kan fylla i din levnadsberättelse så kan du göra det
tillsammans med någon som känner dig väl.

Börja med att svara på den här frågan:

Har du fyllt i levnadsberättelsen tidigare?

☐ Ja ☐ Nej

Om du svarat Ja – hur kan vi i så fall ta del av den?

Om du svarat Nej – gå vidare och svara på frågorna,
skapa din levnadsberättelse!

Till fjärilens minne

*Säg inte, att ingenting blir kvar
av den vackraste fjärilen livet gav.
Säg inte, att vingarnas färg bleknar bort
och försvinner i vinden som stoft, som stoft.
Om fjärilens kropp måste gömmas i grav,
är ändå den svindlande flykten kvar!*

– Bo Setterlind

På Strängnäs kommuns webbplats kan du läsa mer om olika
former av stöd och omsorg för dig med demenssjukdom och
dina anhöriga: www.strangnas.se/demens

*Dokumentet är upprättat i mars 2021 av Jenny Stavem,
verksamhetsutvecklare demens på Strängnäs kommun.*

- MIN LEVNADSBERÄTTELSE -

Upprättat datum: _____

Uppdaterad datum: _____

Jag/vi har varit delaktig i att fylla i: _____

Mitt namn: _____

Men kallas ibland: _____

Min personlighet

Till exempel: drivkrafter, hur hanterar du problem, hur vill du bli bemött, hur vill du ta del av information (skriftligt, sms, telefon, mail), sällskaplig/inte sällskaplig, vad gör dig glad/ledsen, morgonmänniska/kvällsmänniska, är det viktigt att saker är på ett speciellt sätt, vad ger dig guldkant i livet, ängslig/orolig, psykisk ohälsa (nu eller tidigare i livet), nedstämd någon speciell tid på året? Sexualitet.

Mina matvanor

Till exempel rutiner kring mat, favoritmat, portionsstorlek, dryck, vegetariskt, kulturellt, ekologiskt, matallergier, något jag inte vill äta?

Personlig stil

Till exempel klädstil, frisyr, färgval, parfym/rakvatten, skönhetsartiklar, vanor/skönhetsvård.

Mina vanor och ovanor

Till exempel "snoozare" (gillar att ligga kvar i sängen på morgonen), dryckesvanor, duschvanor (uppifrån och ner, inte duscha håret, hur ofta, speciella hygienprodukter), speciell sovställning, speciell madrass (mjuk/ hård), täcke/ kuddar, speciella procedurer vid sänggående, föremål på nattduksbordet, belysning sovrum, radio, ev. nattplagg, "sängfösare", mat/dryck nattetid?

Mina intressen

Till exempel musik, instrument, trädgård, böcker/ljudböcker, tidningar, djur, kläder, idrott/träning, film, spel, dans, smink, resor, sociala medier, mindfulness/meditation. Vad vill du fortsätta med/inte fortsätta med? Behöver du hjälp med att kunna fortsätta upprätthålla dessa?

Min syn på religion/ livsåskådning

Till exempel utövning av religion/livsåskådning, något som vi behöver ta hänsyn till, vill du ha hjälp att upprätthålla din religionsutövning/livsåskådning, ateist.

Mitt engagemang

Till exempel förening, organisation, församling, politik.

Miljöer jag trivs i

Till exempel vid havet, i skogen, inomhus/utomhus, på sjön, hemmet etc?

Mina föräldrar

Vill du berätta något om dina föräldrar?

Mina syskon

Vill du berätta något om dina syskon?

Min barndom

Vill du berätta något om ditt barndomshem? Viktiga personer för dig när du var liten? Viktiga barndomsminnen?

Min ungdom

Till exempel skoltid, studier, ungdomsminnen, ungdomskärlek, lumparminnen, viktiga personer för mig under min ungdom, mitt första jobb.

Mitt vuxenliv

Till exempel bostadsorter genom livet, mitt yrkesliv, min familj och släkt, viktiga personer under mitt vuxenliv, socialt nätverk.

Mina relationer

Beskriv relationer med andra i omgivningen nu och då.

Minnen av glädje och sorg

*Till exempel trauman, svåra livshändelser, viktiga glädjestunder/minnen.
Har du varit utsatt för våld?*

Mina vardagsaktiviteter

*Till exempel hygienrutiner, lyssna på radion, städning, promenader, tv
(streamingtjänster?), handarbete, träna, handla (internetshopping?), tv-spel.*

Delaktighet

*Vad är viktigt för dig att vara delaktig i genom hela livet? Till exempel
samhällsdebatter, nyheter, modenytt, matlagning, inköp, tvätt, betala
räkningar och/eller inredning. Vad är viktigt utifrån delaktighet i omvårdnad?*

Högtider jag firar

Till exempel vilka högtider/helgdagar firar du och hur vill du fira dem, fredags/lördagsmys? Söndagsmiddag?

Ensamhet

Upplever du dig ensam och vad kan vi i så fall göra för att du ska känna dig mindre ensam?

Bemötande

Hur vill du bli bemött? Vad är viktigt för dig i bemötandet?

[illegible]



STRÄNGNÄS KOMMUN

Kontaktcenter — *din väg in till kommunen*

Telefon: 0152-291 00 | E-post: kontaktcenter@strangnas.se

Strängnäs kommun | Nygatan 10 | 645 80 Strängnäs | www.strangnas.se