

Navn:

Måned:

### Fase 3

Et redskab til at følge den enkeltes udvikling og selvstændighed/selvhjulpenhed

I fase 3 lærer jeg følgende:	Kan selv	Kan næsten selv	Kan ikke selv
<b>Morgen:</b>			
Stå op ved hjælp af vækkeur/mobil			
Rede seng og lufte ud			
Pakke taske inkl. madpakke			
Passe tiden, til jeg skal afsted i skole eller på uddannelse			
<b>Hygiejne:</b>			
Brusebad			
Børste tænder			
Rent tøj			
Barbering			
Deodorant			
<b>Mad:</b>			
Tilberede morgenmad			
Jeg spiser, uden et personale er til stede			
Rydde op i køkkenet			
<b>Frokost:</b>			
Jeg sørger selv for min frokost			
<b>Eftermiddag:</b>			
Jeg går til en fritidsaktivitet 1 gang om ugen, eftermiddag eller aften			
Jeg tager ansvar for rengøring af diverse fællesarealer			
Jeg gør rent og vasker tøj + sengetøj + håndklæder + viskestykker/karklude			
<b>Klar til i morgen:</b>			
Smøre madpakke			
Pakke taske			
Jeg ved hvad jeg skal i morgen			
<b>Aften:</b>			
Jeg handler ind			
Jeg laver selvstændigt mad			
Jeg spiser selv			
Rydde køkken op			
<b>Godnat:</b>			
Gøre klar til at gå i seng – børste tænder			
Stille vækkeur/mobil			
Sluk elektroniske medier			
<b>Alt det andet jeg skal øve mig i:</b>			

Jeg kender og færdes frit i nærmiljøet			
Jeg kan bruge borger service			
Jeg kender til min økonomi og tager ansvar for den			
Jeg klarer selv at bestille tid hos lægen, tandlæge, frisør, herunder din egen medicin m.m.			
Jeg klarer selvstændigt job eller uddannelse			
Jeg gør brug af mit netværk			
Jeg er en god sambo			
Jeg øver mig i at invitere gæster, lave mad og være en god vært			
Der aftales ugentlige møder med min kontaktperson			
Jeg har kendskab til og gør brug af elektroniske midler, herunder nem-id, e-boks og netbank			

Der tilbydes fællesspisning 1 gang ugentligt.