

Inför din utredning utgår vi från olika delar av vardagen. Du kan beskriva dina resurser (vad du klarar själv) och dina behov (vad du behöver stöd med), dina mål (vad du önskar kunna fortsätta göra eller vill kunna göra mer självständigt) och dina tankar om hur du kan nå dessa mål.

Delar ur vardagen kan vara:



**Lärande och att tillämpa kunskap** handlar om hur du tar reda på saker, löser problem och fattar beslut.



**Allmänna uppgifter och krav** till exempel hur du klarar dagliga rutiner och hur du hanterar stress.



**Kommunikation**, hur du tar emot information, uttrycker dig och använder utrustning och teknik för kommunikation.



**Förflyttning** till exempel hur du använder kroppen, din förmåga att lyfta och bära föremål, hur du rör dig omkring i olika miljöer och hur du använder transportmedel.



**Personlig vård** handlar om din förmåga att sköta din personliga hygien, ta hand om kroppen samt ta ansvar för din hälsa och säkerhet.



**Hemliv** handlar om din förmåga att skaffa en bostad och sköta ett hem, till exempel handla, laga mat och städa.



**Mellanmänniska interaktioner och relationer**, din förmåga att skapa och behålla relationer med andra människor.



**Utbildning, arbete, sysselsättning och ekonomiskt liv**, din förmåga att skaffa och behålla ett arbete, använda pengar och ansöka om olika saker.



**Samhällsgemenskap, socialt och medborgerligt liv**, din förmåga att engagera dig i sociala sammanhang utanför familjen, till exempel att delta i fritidsaktiviteter eller rösta i allmänna val.



**Känsla av trygghet** handlar om hur trygg eller otrygg du känner dig i olika sammanhang.



**Personligt stöd från person som vårdar eller stödjer en närstående** till exempel om stödet du ansöker om också ska vara stöd eller avlösning för någon som vårdar eller stödjer dig idag.

Din vardag kan påverkas av annat runt dig. Det kan handla om:



**Omgivningsfaktorer** till exempel fysisk och social omgivning, hjälpmedel och stöd från andra.

**Personfaktorer** till exempel intressen, vanor och sätt att hantera olika situationer.

**Kroppsstrukturer/kroppsfunktioner** till exempel att en del av kroppen skadats så att funktioner som rörlighet, sömn, minne, röst eller syn påverkas.

**Hälsotillstånd** till exempel olika sjukdomar, skador eller diagnoser.