

# EGENVURDERING

---

BRUKERE SOM SØKER EGEN BOLIG OG KAN  
HA BEHOV FOR

---

- PRAKTISK BISTAND
- TILSYN
- OPPLÆRING
- OG VEILEDNING

---

1. PERSONLIGE OPPLYSNINGER (FYLLES UT SAMMEN MED RUSKONS.)

---

<b>Navn:</b>	<b>F.nr.:</b>
<b>Adresse:</b>	<b>Tlf.nr.:</b>
<b>Pårørende:</b>	<b>Tlf.nr.:</b>
<b>Adresse:</b>	
<b>Evt. diagnoser:</b>	
<b>Lege:</b> <b>Tannlege:</b>	
<b>Støttekontakt/fritidsassistent:</b>	
<b>Saksbehandler:</b>	
<b>Dato:</b>	

Skalaen brukes fra 1 til 5, der 1 er lite og 5 er mye/stort behov, eller uttrykker noe som er vanskelig.

## 1.1 FUNKSJONSOMRÅDER

---

### 1.1.1 Sosial fungering

**Beskrivelse:** Beskriv hvorvidt du skaper, opprettholder et sosialt nettverk og tar kontakt med familie, venner, kollegaer og personer i nærmiljøet.

		Tar lite kontakt - Mye kontakt				
<b>Hvor lett har du for å:</b> (kryss av for verdi)		1	2	3	4	5
1	Ivareta kontakt med familie					
2	Ivareta kontakt med venner					
4	Ivareta kontakt med personer i nærmiljøet/naboer					
5	Utvide nettverk/etablere nye kontakter					
6	Unngå uheldige nettverk					

*Merknad – kommentar – tilleggsopplysninger:*

---

### 1.1.2 Skaffe deg varer og tjenester:

		Vanskelig - Lett				
<b>Hvor lett er det for deg å:</b> (kryss av for verdi)		1	2	3	4	5
1	planlegge/foreta innkjøp av matvarer					
2	planlegge/foreta innkjøp av klær/sko					
3	planlegge/foreta innkjøp av utstyr					
4	skaffe nødv. hjelp til vedlikehold av egen bolig/inventar					

*Merknad – kommentar – tilleggsopplysninger:*

---

### 1.1.3 Alminnelig husarbeid:

**Beskrivelse:** Om du klarer å utføre vanlig husarbeid som å gjøre huset rent, vaske klær, bruke husholdningsapparater, lagre matvarer og kaste avfall.

		Mestrer ikke - Mestrer				
<b>Hvordan ligger du an i forhold til:</b> (kryss av for verdi)		1	2	3	4	5
1	Generell rydding					

2	Gulvvask					
3	Støvtøking					
4	Støvsuging					
5	Skift av sengetøy					
6	Legge skitne klær i skittentøyet					
7	Vaske/tørke klær					
8	Legge sammen/rydde bort tøy					
9	Sortere/oppbevare/kaste mat					
10	Vaske opp/benytt oppvaskmaskin					
11	Benytte husholdningsapparater					

*Merknad – kommentar – tilleggsopplysninger:*

#### 1.1.4 Lage mat

		Mye hjelp		- Lite hjelp		
<b>Hvor mye bistand trenger deg for å: (kryss av for verdi)</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1	Tilberede tørrmåltid					
2	Tilberede varmmat					
3	Varme opp ferdigmat					
4	Lage kaffe/te					

*Merknad – kommentar – tilleggsopplysninger:*

#### 1.1.5 Kommunikasjon

		Mestrer ikke		- Mestrer		
<b>Hvor enkelt mener du det er for deg å: (kryss av for verdi)</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1	Forstå beskjeder					
2	Gi uttrykk for tilfredshet					
3	Gi uttrykk for misnøye					
4	Sette ord på egne positive følelser					
5	Sette ord på egne negative følelser					
6	Sette ord på egne handlinger					
7	Sette ord på andres handlinger					
8	Ta del i en samtale					
9	Stille spørsmål ved behov					
10	Svare på spørsmål ved behov					

*Merknad – kommentar – tilleggsopplysninger:*

### 1.1.6 Ivareta egen helsetilstand

**Beskrivelse:** Om du opplever å mestre egen sykdom, skade eller funksjonshemming. Tar kontakt med behandlingsapparatet når symptomer og skade oppstår, følger behandlingsopplegg, håndtere egne medisiner og hjelpemidler

		Mye hjelp		- Lite hjelp		
<b>Hvor mye bistand trenger du for å: (kryss av for verdi)</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>1</b>	Håndtere faste medisiner / medikamenter					
<b>2</b>	Håndtere eventuelle andre medikamenter					
<b>3</b>	Ta ansvar for eget kosthold/følge diett					
<b>4</b>	Sørge for normal døgnrytme					
<b>5</b>	Avpasse aktivitet og hvile					
<b>6</b>	Vurdere/uttrykke behov ifh til egen helsetilstand					
<b>7</b>	Følge behandlings/treningsopplegg					
<b>8</b>	Foreta egenbehandling av enkle plager					
<b>9</b>	Planlegge og gjennomføre lege-/tannlegebesøk					

*Merknad – kommentar – tilleggsopplysninger:*

### 1.1.7 Ta daglige beslutninger

		Lite hjelp		- Mye hjelp		
<b>Trenger du hjelp til: (kryss av for verdi)</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>1</b>	Daglige gjøremål					
<b>2</b>	Planlegge rekkefølge av gjøremål					
<b>3</b>	Ta egne valg/beslutninger					
<b>4</b>	Håndtere uforutsette hendelser					
	<b>Økonomi</b>					
<b>5</b>	Disponere kontanter					
<b>6</b>	Betale regninger					
<b>8</b>	Ha oversikt over egen økonomi					
	<b>Ta initiativ til</b>					
<b>9</b>	- praktiske gjøremål					
<b>10</b>	- egenaktiviteter					
<b>11</b>	- sosiale aktiviteter					

*Merknad – kommentar – tilleggsopplysninger:*

### 1.1.8 Styre egen atferd

**Beskrivelse:** Om du opprettholder og mestrer interaksjon med andre mennesker, og handler i overensstemmelse med sosiale regler og sedvaner. Behersker verbal og fysisk aggresjon og ukritisk væremåte overfor seg selv og andre.

		Mestrer ikke - Mestrer				
<b>Hvor stor utfordring har du i forhold til å:</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>1</b>	Unngå negativ oppmerksomhet fra omgivelsene					
<b>2</b>	Utvise atferd som er tilpasset situasjonen					
<b>3</b>	Sitte i ro sammen med andre/vente på tur					
<b>4</b>	Sette grenser for privatliv					
<b>5</b>	Unngå selvskading					
<b>6</b>	Unngå verbale aggresjonsuttrykk					
	<b>Unngå fysisk aggresjon mot</b>					
<b>7</b>	- gjenstander					
<b>8</b>	- andre kjente					
<b>9</b>	- ukjente					

*Merknad – kommentar – tilleggsopplysninger:*

### 1.1.9 Tilsyn

**Formål:** Har du behov

1. Ikke behov for fast tilsyn.
2. Behov for tilsyn ved tilrettelegging.
3. Behov for tilsyn opp til 1 gang pr. dag.

Mye

Lite -

<b>Hvor mye bistand trenger du for å: (kryss av for verdi)</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>1</b>	Behov for tilsyn					

---

*Merknad – kommentar – tilleggsopplysninger:*

