 Levnadsberättelse

I det här häftet kan du som har insatser inom äldreomsorgen skriva ner saker från ditt liv - en levnadsberättelse. Du väljer själv om och hur du vill använda häftet. Du kan skriva mycket, litet eller inget alls. Hoppa över sådant du inte alls vill skriva eller prata om. Du får gärna ta hjälp av någon annan person, till exempel en anhörig eller din kontaktperson inom äldreomsorgen.

Det kan vara värdefullt att tänka på eller tala omkring erfarenheter i livet, att dela minnen och reflektera över det som hänt. Det kan bidra till att bevara självkänslan.

Levnadsberättelsen kan också vara till hjälp om du har svårt att minnas saker som hänt i ditt liv eller sätta ord på det du tänker och känner.

För personalen kan levnadsberättelsen vara till stor hjälp genom att ge mer förståelse för vem du varit och fortfarande är. De kan lära sig mer om hur de kan stödja dig på bästa sätt och ta tillvara din vilja och dina önskemål. Du och personalen kan också genom levnadsberättelsen hitta samtalsämnen när ni är tillsammans.



|  |
| --- |
| **LEVNADSBERÄTTELSE - formulär** |
| C:\Users\ingelaw\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.Word\kommunvapen.png**Omsorgsavdelningen *Behandlas med sekretess*** |
| Namn |
| Smeknamn |
| Ev. flicknamn |
| Adress |
| Personnummer |
| Kommer till boendet från |
| Kommer till boendet, år, datum |
| Närmast anhörig (1) |
| Relation |
| Adress |
| Telefon |
| e-postadress |
| Närmast anhörig (2) |
| Relation |
| Adress |
| Telefon |
| e-postadress |
| God man (om sådan finns) |
| Adress |
| Telefon |
| e-postadress |
| Kontaktperson 1 |
| Kontaktperson 2 |

|  |
| --- |
| **Uppväxten (barndom)** |
| Födelseort |
| Mammas namn och yrke |
| Bortgång (årtal) |
| Levnadsöden hos mor som känns viktiga att minnas och som betytt mycket för personens barndom och uppväxt |

Pappas namn och yrke Bortgång (årtal)

Levnadsöden hos far som känns viktiga att minnas och som betytt mycket för personens barndom och uppväxt

Mina syskon (namn, födelseår ev. bortgång). Namn på syskons make/maka

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Syskon | Namn på syskon samt respektive | Födelseår |
|  |  |
| Resp. |  |  |
| Syskon |  |  |
| Resp. |  |  |
| Syskon |  |  |
| Resp. |  |  |
| Syskon |  |  |
| Resp. |  |  |

Plats i syskonskaran

Barndomshem samt andra kända adresser där personen har bott under sitt liv (stad, ort, land och hur länge)

Skola/utbildning (namn och ort)

|  |
| --- |
| Skol- och ungdomskamrater som har betytt mycket |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Viktiga händelser från barndomen |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Intressen personen hade som barn och ung (lek, böcker, musik, idrott osv.) |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Viktiga händelser från ungdomsåren |

|  |
| --- |
| Konfirmation (år, kyrka och präst) |
|  |
| Körkort? (när och var) |
|  |
| Militärtjänst (regemente, försvarsgren och grad) |
|  |
| **Vuxenliv** |
| Utmärkande personlighetsdrag, t.ex.glad tungsint pratsam tystlåten öppen blyg ekonomisk generös |
| snabb långsam ordningsam slarvig hjälpsam drivande analystisk morgonmänniska kvällsmänniskaMarkera det som stämmer in. Komplettera med övriga nedan. |
|  |
|  |
|  |
| Arbeten personen har haft i livet (arbetsplatser, hur länge, trivdes personen med arbetet?) |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

|  |
| --- |
| Är/har varit gift med |
|  |
| Änka/änkeman (sedan när?) |

|  |  |
| --- | --- |
| Skilsmässa? När? |  |
|  |  |
|  |  |
| Barn, födelsedatum, ev. bortgång och namn på respektive | Barnbarn (namn och födelsedatum) |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
| Personer som har haft och/eller har stor betydelse |

|  |
| --- |
| Intressen och hobbys |
|  |
| Fritidsintressen i vuxen ålder |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Aktiviteter som *nu* intresserar personen |
|  |
|  |
|  |
| Artister och skådespelare han/hon uppskattar mycket |
|  |
|  |
|  |
| Favoritblommor, växter och träd |
|  |
|  |
|  |
| Musiksmak, sjunger eller spelar själv, böcker (vilken sorts litteratur), favoritförfattare?, TV- och radioprogram?) |

|  |
| --- |
| Vilka favoritlåtar? Om möjligt förklaring till varför. |
| (Ex. Calle Schewens vals med Evert Taube påminner om dans på bryggan när farfar lärde henne dansa) |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Varit med i föreningar |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Dagstidning, veckotidskrifter, facklitteratur som har lästs regelbundet |
|  |
|  |
|  |
| Resor (vart?) |

|  |
| --- |
| Husdjur genom åren (namn, hur lång tid?) |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Vänner som betyder/har betytt mycket |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| **Måltidsvanor** |
| Höger- eller vänsterhänt |
| Favoritmat (huvudrätter, efterrätter) |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Dryck (varma, kalla) |
| Användning av socker, grädde eller mjölk i te och kaffe |
| Äter långsamt/snabbt |
| Gillar krydda? |

|  |
| --- |
| Mat som personen *inte* tycker om eller är allergisk mot |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Alkohol och rökvanor (tobak/snus) |
|  |
|  |
|  |
| Tandprotes? Hörapparat? Glasögon? |
|  |
|  |
| Övriga tekniska hjälpmedel |
|  |
|  |
|  |
| Färdtjänst (med eller utan ledsagare) |
| **Personliga vanor och särskilda önskemål** |
| Van att duscha eller bada? |
| När på dygnet föredrar han/hon att duscha/bada? |
| Personlig hygien, speciella önskemål eller behov (rakning, fotvård, hårvård, smink osv.) |

|  |
| --- |
| Rädd för vatten? Om ja, varför? |
|  |
| Blyg för att klä av sig? |
| Vanor beträffande sömn och vila (morgontrött/kvällspigg) |
|  |
|  |
| Uppgifter som kan vara till hjälp för honom/henne vanor, ovanor m.m. |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Någon känd återkommande kroppslig smärta i vuxen ålder? |
|  |
| Glädjeämnen för personen |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Saker som gör honom/henne bekymrad |

|  |
| --- |
| Förhållande till religion (kyrkliga traditioner och vanor). Tycker om att delta i gudstjänster, lyssna på gudstjänst, |
| radio eller TV) |
|  |
|  |
| Någon svår sorg |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Rädslor |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Personliga tillhörigheter som är värdefulla för personen, t.ex. ett diplom, tavla etc. |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Klädvanor (favoritfärger, material osv.) |

|  |
| --- |
| Annat (t.ex. speciella önskemål) |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Uppgifter till levnadsberättelsen lämnas av: |
| Datum | Namn | Relation |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| Namn och datum för kompletteringar av levnadsberättelsen |
| Datum | Namn | Relation |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| Hantering av levnadsberättelsen efter personens bortgång |