

Vad är viktigare för den som drabbats av kognitiv svikt och får behov av andras omsorg, än att bli bemött som den man verkligen är?

Din berättelse kan vara nyckeln till att personer som behöver stödja dig gör det på **Dina Egna Villkor**.



## Min Levnadsberättelse

Mitt namn: \_\_\_\_\_

# Innehåll

- Min levnadsberättelse
- Mitt liv idag
- Min uppväxt
- Mitt vuxna liv
- Samtycke



Varje person är unik och all omvårdnad är individuell. Kanske kan du i framtiden inte längre minnas och förmedla det du varit med om, vad du tycker om och hur du vill att din framtid ska formas.

Levnadsberättelsen är ett viktigt verktyg för personalens arbete så att omvårdnaden blir så bra som möjligt för dig när den behövs. Berättelsen är ett verktyg som hjälper dem att lära känna och förstå dig bättre genom att få en liten inblick i ditt liv.

Det är valfritt att besvara frågorna och i den utsträckning du själv vill.

# Till dig som fyller i levnadsberättelsen

När du skriver/berättar om din bakgrund är det uppgifter som är av värde för att tillfredsställa dina önskemål vid eventuella framtida behov av vård och omsorg.

Denna berättelse blir ett komplement till det samtal som utförs om du i framtiden behöver vård och omsorgsinsatser från kommunen.

Materialet är skyddat av sekretesslagen vilket innebär att personalen inte får föra vidare information om dig. All personal har dessutom tystnadsplikt.

# Min levnadsberättelse

- Mitt namn:

---

- Eventuellt smeknamn:

---

- Eventuellt tidigare efternamn:

---

- Min födelsedag:

---

- Min adress:

---

- Födelseort:

---



- Personer att kontakta i första hand:

---

---

# Mitt liv idag

- Civilstånd – make/maka/sambo/särbo/tidigare partner, ev skilsmässa:

---

---

- Syskon:

---

- Barn, barnbarn:

---

---

- Vänner:

---

---

- Min personlighet, sådan är jag som person:

---

---

---

---

- Kvälls- eller morgonmänniska:

---

- Mat jag tycker om:

---

- Mat jag inte tycker om / är allergisk emot:

---

- Drycker, kaffe etc.

---

- Intressen och hobby:

---

---

- Min musiksmak:

---

---

- Jag gillar / använder TV, radio, internet:

---

---

---

- Språk som jag kan:

---

---

- Mina vanor vid personlig hygien:

---

---

- Kläd-, smink-, hår-, vanor och favoriter:

---

---

- Hur ser min vardag ut: mina matvanor, tider, sömn, aktiviteter:

---

---

---

- Guldkant i vardagen är:

---

---

- Annat i mitt liv idag:

---

---

---

# Min uppväxt

- Mina föräldrar, namn, yrke etc:

---

---

- Platser jag bott på:

---

---

- Hur var min uppväxt, viktiga situationer :

---

---

- Min utbildning:

---

---

- Körkort/bil:

---

---

- Mina semestrar/fritid:

---

---

- Vänner från ungdomen:

---

---



# Mitt vuxna liv

- Min familj :

---

---

- Mitt yrkesliv:

---

---

- Mina närmaste vänner:

---

---

- Intressen:

---

---

- Semestrar, resor:

---

---

- Mina traditioner, högtider:

---

---

- Övrigt, egna anteckningar:

---

---

---

- Övrig information som är värdefull att dela med sig av:

---

---

---

---

---

---

---

# Samtycke

- Jag ger mitt samtycke till att uppgifter om mig och mina närstående i informationsmaterialet får delges berörda personer, om vård och omsorgsinsatser blir aktuella. Jag kan välj att begränsa vem som kan läsa berättelsen

- När min levnadsberättelse inte behövs vill jag att:

Berättelsen skickas till:

---

Berättelsen förstörs i sin helhet

- Datum, underskrift:
- 

- Namn och relation på person som fyllt i levnadsberättelsen om den är ifylld av någon annan än personen själv.
-