

2024-06-25

EXEMPEL PÅ FORMULERINGAR TILL
IBIC-insatser i lifecare

**IBIC insatser:**

**VAD:** Förflyttning

Hjälptext: Beskriv HUR personen vill att samtliga förflyttningar sker, ex. i säng, till och från rullstol/hygienstol, förflyttning utomhus etc.

* Jag behöver er hjälp med att förflytta mig. Jag förflyttas med {lyft/re-turn/glidbräda} till {säng/hygienstol/rullstol}.
* Jag förflyttar mig självständigt med {rollator/betastöd/rullstol/gåbord/käpp}
* Jag behöver ert stöd vid förflyttning. Jag använder {rollator/betastöd/gåbord}.
* Jag förflyttar mig självständigt i sängen.
* Jag behöver er hjälp med att förflytta mig i sängen, ni använder ett draglakan.

**VAD:** Dusch

Hjälptext: Beskriv HUR personen vill ha sin dusch.

* Jag klarar självständigt av att tvätta/torka …
* Jag behöver ert stöd/er hjälp med att tvätta/torka …
* Jag behöver er hjälp med att raka mig, jag använder {rakhyvel/rakapparat}.
* Jag vill ha mitt hår {fönat/upprullat/uppsatt}
* Jag vill ha hjälp att klippa mina naglar på händerna.
* Jag använder {schampo/balsam/tvål}
* Ni iordningställer badrummet efter duschen.

**VAD:** Hygien- Att tvätta sig

Hjälptext: Beskriv HUR personen vill ha hjälp med sin hygien.

* Jag behöver ert stöd/er hjälp med att borsta tänderna.
* Jag har munprotes i övre/nedre käke.
* Jag behöver ert stöd/er hjälp med övre hygien, ni använder …
* Jag behöver ert stöd/er hjälp med nedre hygien, ni använder …

**VAD:** Toalettbesök- Att sköta toalettbehov

Hjälptext: Beskriv HUR personen vill ha hjälp/stöd vid toalettbesök.

* Jag använder inkontinensskydd, {sort/storlek} på dagen/natten.
* Jag har kateter/stomi
* Jag behöver er hjälp/ert stöd med att göra mig ren efteråt.
* Jag klarar själv av att göra mig ren efteråt.
* Ni handräcker mig …

**VAD:** På & avklädning- Att klä sig

Hjälptext: Beskriv HUR personen vill att på/avklädning går till.

* Jag behöver er hjälp/ert stöd med att klä på mig/av mig …
* Jag behöver stöd/hjälp/påminnelse med att byta till rena kläder.
* Mina kläder finns …

**VAD:** Tillsyn- känsla av trygghet

Hjälptext: Beskriv HUR personen vill att tillsynen går till.

* Min tillsyn sker genom ett fysiskt besök {på dagen/antal ggr}.
* Min tillsyn sker via kameratillsyn {på natten/dagen/tid/antal ggr}. Om ni inte ser mig vill jag att ni tittar igen om … minuter, ser ni mig inte då vill jag att ni kommer på ett fysiskt besök.
* Min tillsyn sker via telefonservice på {morgonen/förmiddagen/eftermiddagen/kvällen}.
* Jag vill ha lampan i {hallen/badrummet/fönstret} tänd på natten.

**VAD:** TRYGGHETSLARM- känsla av trygghet

Hjälptext: Beskrivning av HUR stödet/hjälpen kring larmet fungerar.

* Jag har ett trygghetslarm {runt armen/runt halsen} och jag vet hur det fungerar.
* Jag har ett rörelselarm/golvlarm/larmmatta/dörrlarm.
* Jag behöver påminnas om att jag har ett trygghetslarm vid varje besök.

**VAD:** Hushållssysslor- Hushållsarbete

Hjälptext: Beskriv HUR personen vill ha hjälp/stöd med ex. sophantering, avtorkning av bord eller bänk, hämta posten, daglig bäddning, renbäddning, diska, persienner, hantera tv, telefon eller annan hushållssyssla som det finns behov av.

* Ni hjälper mig med …
* Min soptunna finns …
* Min brevlåda finns …
* Rena sängkläder finns …

**VAD:** Bereda måltid- Att bereda måltider

Hjälptext: Beskriv HUR personen vill att stödet/hjälpen kring att bereda måltider ser ut. Vad kan personen göra själv/vara delaktig i? Bre smörgås? Duka? Lägga upp sin egna mat etc. Vad önskar personen till frukost, förmiddag/eftermiddagsfika, lunch, middag och kvällsfika samt ev. nattmat?

* Jag kan själv …
* Jag behöver hjälp med …
* Jag äter gärna … till frukost/förmiddags/lunch/middag
* Jag äter inte …
* Jag är allergisk/känslig mot …
* Jag äter normalkost/specialkost/timbalkost/hackad kost.

**VAD:** Måltidsstöd- att äta

Hjälptext: Beskriv HUR personen behöver stöd vid måltidssituationer. Var intas måltiderna? Med vem?

* Ni gör mig sällskap vid måltider
* Ni hjälper mig vid samtliga måltider
* Jag äter i den gemensamma matsalen
* Jag äter på mitt rum
* Jag äter själv med stöttning av personal

**VAD:** Promenad- Mellanmänskliga interaktioner & relationer

Hjälptext: Beskriv HUR personen behöver stöd vid promenader.

* Jag vill ha stöd vid promenad genom att ni {håller armkrok/går bredvid}.
* Ni kör mig i rullstol vid promenad
* Jag går med stöd av rollator/betastöd/käpp/stavar vid promenad.
* Jag vill gå …
* Vid dåligt väder vill jag istället …

**VAD:** Social samvaro- Mellanmänskliga interaktioner & relationer

Hjälptext: Beskriv HUR personen vill ha sin sociala samvaro. Vad tycker personen om att göra? Aktiviteter som kan göras enskilt med personal? Ex. sitta och prata, spela spel, titta i fotoalbum.

**VAD:** Städning- Att städa bostaden

Hjälptext: Beskriv HUR personen vill att städningen går till. Kan personen vara delaktig i några moment själv? Var finns städmaterial? Parboende - 3rok, ensamstående 2rok.

* Ni hjälper mig att städa …
* Mitt städmaterial finns …

**VAD:** Tvätt- Att tvätta och torka kläder

Hjälptext: Beskriv HUR personen vill att tvätten går till. Kan personen vara delaktig i några moment?

* Jag har egen tvättmaskin/torktumlare
* Ni tvättar i den gemensamma tvättstugan
* Jag använder tvättmedel/sköljmedel
* Jag vill att min tvätt hängs/torktumlas
* Ni hjälper mig att vika ihop tvätten och lägga in den i byrån/garderoben.
* Jag lägger in min tvätt i skåpen själv.
* Jag behöver hjälp att boka ny tvättid …
* Jag bokar ny tvättid själv.

**VAD:** Inköp- Att skaffa varor & tjänster

Hjälptext: Beskriv HUR personen vill att inköp går till. Beställning, inloggning, leverans, vem skriver nota?

* Ni handlar online till mig.
* Jag skriver nota själv och ni hämtar den …
* Ni hjälper mig att skriva min nota.
* Ni levererar mina varor …
* Jag vill plocka upp mina varor själv.

**VAD:** Apoteksärenden- Att skaffa varor & tjänster

Hjälptext: Beskriv HUR personen vill att apoteksärenden går till. Har personen apodos? Levereras vart? Vem ombesörjer övriga läkemedel från apoteket? Finns fullmakt & konto så personal kan hämta ut? Hur länge gäller fullmakten?

* Ni har fullmakt på apoteket t.o.m. {datum} och jag har ett konto så att ni kan hämta ut mina mediciner.
* Jag har apodos som kommer till …
* Ni hämtar mina mediciner …

**VAD:** LEDSAGNING- ATT RÖRA SIG OMKRING PÅ OLIKA PLATSER

Hjälptext: Beskriv HUR personen vill att ledsagningen går till.

* Ni följer med mig …
* Jag åker färdtjänst
* Jag behöver er hjälp att ta mig till färdtjänsten.

**VAD:** AVLÖSNING I HEMMET- KÄNSLA AV TRYGGHET

Hjälptext: Behövs stödet under hela tiden eller enbart i form av punktinsatser som exvis toalettbesök, tillsyn etc.? Hur bokar personen i fråga avlösningen? Vad är viktigt att tänka på under tiden man utför stödet, beskriv HUR.

**VAD:** MATDISTRIBUTION-

Hjälptext: Beskriv HUR personen vill ha stöd/hjälp vid matdistribution.

* Jag behöver hjälp att fylla i matsedel.
* Jag brukar ta mat … ggr i veckan.
* Ni kommer och levererar matlådan till mig. Om jag inte är hemma vill jag att ni ….
* Jag äter normalkost/specialkost/timbalkost/hackad kost.
* Jag är allergisk mot …
* Jag äter inte …

**VAD:** EGENVÅRD-

Hjälptext: Beskriv HUR stödet/hjälpen gällande egenvård ska se ut.