

Temadel BARBERING

Navn, initialer, nummer på bruker (av personvern hensyn kan nummer eller annen ikke-personidentifiserbar kode brukes):

Dato:	
-------	--

For temaet BARBERING, hvilke påstander stemmer for brukeren? Brukeren svarer:

Barbering

Hva har du lært om fjerning av kroppshår?

Bruker kan dette:	Ja	Nei	På vei
Mange jenter og kvinner ønsker å fjerne hår i armhulene og på leggene.			
Mange barberer også bort lange hår som synes utenfor bikinilinen eller badedrakten.			
Jenter og kvinner må ikke fjerne hår.			
Man kan barbere bort hår med en barberhøvel eller en barbermaskin.			
Vanlige barbermaskiner kutter av hårene.			
En epilator napper ut hårene. Å bruke en epilator er litt vondere, men hårene vokser ikke like raskt ut igjen.			
Man kan også fjerne hår med skum, gelé, eller voks.			

Hva har du lært om å barbere med høvel?

Bruker kan dette:	Ja	Nei	På vei
Hvis jeg barberer med barberhøvel, bør jeg bruke barber-skum eller barbergelé.			
Jeg må passe på at bladene på barberhøvelen er skarpe. Jeg må derfor bytte bladene ganske ofte.			
Det er lurt å barbere seg på slutten av dusjingen. Da er hårene mykere og de er lettere å barbere.			
På leggene er det lurt å bruke fuktighetskrem etter barberingen.			

Hvordan gjør du det helt konkret?

Bruker kan dette:	Ja	Nei	På vei
Barberskum og barbergelé bør brukes på våt hud.			

Vurderingsskjema for e-læring om Personlig hygiene Skjema nr. __

Jeg fører barberhøvelen over hårene.			
Jeg bør skylle bort hår og skum eller gelé fra høvelen jevnlig.			
Jeg skyller til slutt bort restene av skummet eller geléen fra huden.			

Hva har du lært om fjerning av hår i bikinilinen?

Bruker kan dette:	Ja	Nei	På vei
Jeg kan få røde nupper og kløe hvis jeg barberer bikinilinen.			
Jeg kan snakke med noen som vanligvis hjelper meg. Det fins mye å bruke for å unngå hudirritasjoner.			
Noen kvinner barberer bort alt håret nedentil. Det kan være vanskelig. Og det er ikke nødvendig.			

Hva har du lært om annen hårfjerning?

Bruker kan dette:	Ja	Nei	På vei
Det er mulig å bruke en hårfjerningskrem.			
Man skal smøre hårfjerningskremen på hårene og så dusje den bort etter at den har virket en stund.			
Man kan også fjerne hår på leggene med voks.			
Voksen fester seg på hårene, så skal man dra bort voksen sammen med hårene.			
Man må følge bruksanvisningen nøye når man bruker hårfjerningskrem eller voks.			
Voksing gjør mer vondt enn barbering.			
Hvis jeg har lange og godt synlige hår i ansiktet, kan jeg nappe dem ut med en pinsett.			

Hva har du lært om permanent hårfjerning?

Bruker kan dette:	Ja	Nei	På vei
Det er mulig å få fjernet hår med laser- eller lysbehandling.			
Det tar da lenger tid før hårene vokser ut igjen.			
Det er veldig dyrt å gjøre dette.			
Det har bare effekt for dem som har mørke hår.			

Selvstendighet

Hva trenger du hjelp til?

Bruker trenger hjelp til dette:	Sett kryss
Å velge hvilken hårfjerningsmetode som egner seg best for meg.	
Å bruke barberhøvelen under armene.	
Å bruke barberhøvelen på leggene.	
Å smøre på hårfjerningskrem.	
Å ta tiden på hårfjerningskrem.	
Å skylle bort hårfjerningskrem.	
Å dra av voksstrips.	
Å nappe lange og synlige hår i ansiktet med en pinsett.	
Å kjøpe inn produkter.	
Å søke opp informasjon om permanent hårfjerning.	
Å vurdere om jeg bør benytte meg av permanent hårfjerning.	

Planer og tiltak framover som gjelder temaet BARBERING:

[illegible]

