

Temadel RENE KLÆR

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

Dato:

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

Rene klær

Hvorfor bør du være nøye med klærne dine?

Bruker kan dette:	Ja	Nei	På vei
Rene klær er penere enn skitne klær.			
Skitne klær kan lukte vondt, for eksempel svette.			
Hvis det er tiss eller bæsje i en underbukse, lukter den vondt.			

Hvordan passer du på at du har rene klær helt konkret?

Bruker kan dette:	Ja	Nei	På vei
Jeg kan lukte på klærne rett etter jeg har tatt dem av.			
Hvis klærne mine lukter vondt, bør jeg vaske dem.			
Hvis klærne mine har flekker, bør jeg vaske dem.			

Hvordan kan du unngå å skitne til klærne?

Bruker kan dette:	Ja	Nei	På vei
Jeg kan bruke en serviett når jeg spiser. Jeg kan legge servietten i fanget eller feste den i halsen.			
Eller jeg kan bruke et forkle. Det dekker enda bedre enn en serviett.			
Jeg kan dusje og skifte tøy etter trening.			
Jeg kan bruke et forkle når jeg lager mat.			
Hvis jeg har arbeidsklær på jobb, bør jeg bruke disse når jeg jobber.			

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

Klær som bør vaskes ofte

Hvilke klær bør du vaske ofte og hvorfor?

Bruker kan dette:	Ja	Nei	På vei
Underbukser kan fort lukte tiss eller bæs.			
Sokker har lett for å lukte tåfis.			
Skjorter får fort en skittstripe i kragebretten og nederst på ermene.			
Hvite og lyse skjorter bør vaskes hver gang jeg har brukt dem.			
T-skjorter og gensere blir også lett skitne og må vaskes ofte.			

Selvstendighet

Hva trenger du hjelp til?

Bruker trenger hjelp til dette:	Sett kryss
Å huske å dekke meg til med en serviett eller forkle når jeg spiser.	
Å huske å bruke forkle når jeg lager mat.	
Å bruke arbeidsklær og ikke vanlig klær når jeg skal på jobb (hvis aktuelt).	
Å huske å dusje og skifte klær etter trening.	
Å vurdere svettelukt i klærne når jeg tar dem av.	
Å vurdere flekker på klærne når jeg tar dem av.	
Å skifte til rene underbukser og sokker ofte, helst hver dag.	
Å legge hvite og lyse skjorter til vask hver gang jeg har brukt dem.	
Å legge t-skjorter til vask ofte.	

