

### 1. Det jeg kan selv

Jeg kan fx:

- Høre musik
- Lægge puslespil
- Lave mad
- Gå en tur
- Andre forslag:

### 4. Det jeg kan med teknisk hjælp

Jeg kan fx:

- Face time med min familie
- Spille på en iPad
- Sove med en kædedyne
- Bruge en massagestol
- Andre forslag:

### 2. Det jeg kan med andre

Jeg kan fx:

- Se en film sammen med andre
- Spise mad sammen med andre
- Dække bord sammen med andre
- Besøge min familie
- Andre forslag:

### 5. Det jeg kan bestemme

Jeg kan fx bestemme:

- Mit tøj om morgenen
- Hvem jeg er sammen med
- Hvornår jeg vil have besøg af min familie
- Hvad jeg skal lave på mit arbejde
- Andre forslag:

### 3. Det som personalet kan hjælpe mig med

Personalet kan fx hjælpe mig med at:

- Lave en plan for dagen
- Gå til gymnastik
- Ordne min lejlighed
- Finde mine Trivsels-øer
- Andre forslag:

### 6. Det jeg kan ude i verden

Jeg kan fx:

- Rydde op ude i naturen
- Gå til bold i klubben
- Arbejde i butikken
- Gå til læge i byen
- Andre forslag:

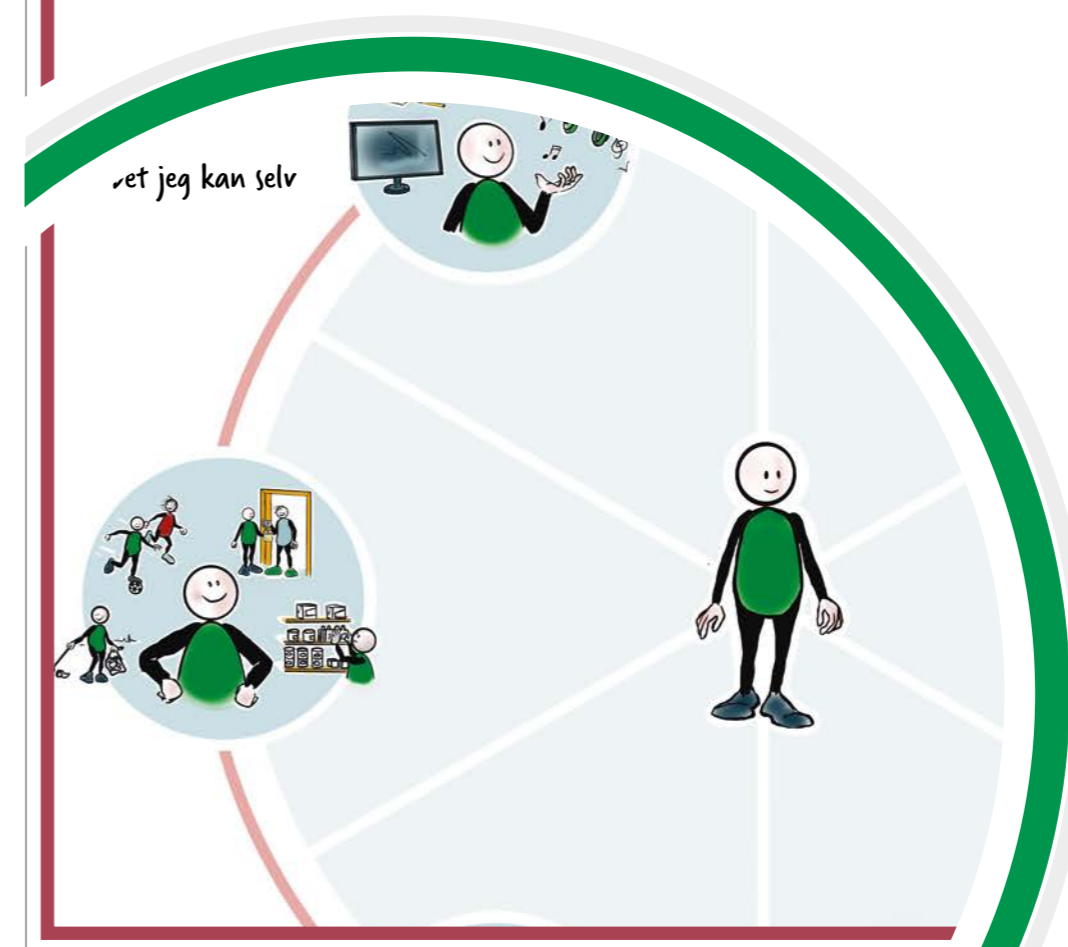
# Mine ressourcer

## Samtaleark

Indefra-perspektiv

Navn: \_\_\_\_\_

Dato: \_\_\_\_\_



**FOREBYGGELSE**  
Trivselsplan

**HÅNDTERING**  
Tryghedsplan

**LÆRING**  
Læringsplan

# MINE RESSOURCER

Indefra-perspektiv

Det jeg kan selv



Det kan jeg sammen med andre



Det jeg kan ude i verden



Det som personalet kan hjælpe mig med



Det jeg kan bestemme



Det jeg kan med teknisk hjælp

