

Kakav je neovisan život osobe kojoj pružate podršku?	Odnosi li se na nju/njea?		Je li važno?		Pružam li podršku?		
	 Da	 Ne	 Da	 Ne	 Puno	 Malo	 Nimalo
Suživot							
Dijeli prostor, zadatke i obveze u kućanstvu.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Pridržava se kućnih pravila koja su definirana.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zna kako se ponašati u konfliktnim situacijama između osoba s kojima živi.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Upravlja svojim emocijama.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Hrana							
Zna planirati obroke.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zna napraviti listu namirnica.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Može organizirati zajedničke obroke i podijeliti troškove.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Može slijediti recept i skuhati obrok.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Može pripremiti i skuhati obrok.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Sigurnost							
Ima listu kontakata za hitne slučajeve.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zna što činiti u slučaju požara.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zna što raditi kako bi bio/bila siguran/sigurna prilikom korištenja plina.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zna kako spriječiti nesreću korištenjem električnih uređaja.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zna kako pozvati pomoć u slučaju nesreće u kući.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zna kako koristiti pribor za prvu pomoć.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Kakav je neovisan život osobe kojoj pružate podršku?	Odnosi li se na nju/njega?		Je li važno?		Pružam li podršku?		
	Da 	Ne 	Da 	Ne 	 Puno	 Malo	 Nimalo
Aktivnosti u kućanstvu							
Zna oprati rublje koristeći perilicu za pranje rublja.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zna ispeglati odjeću.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zna očistiti različita mjesta u kući.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Reciklira u kući.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Može se u potpunosti brinuti o osobnoj higijeni (prati kosu, brijati se, skratiti nokte).	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Odabire vlastitu odjeću.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zna se odjenuti ovisno o godišnjem dobu.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zdravstvena njega							
Zna kako se naručiti kod doktora, zubara i slično.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zna otići doktoru, zubaru, itd. i ispravno objasniti problem.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zna staviti male zavoje.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zna koga nazvati ukoliko je bolestan/bolesna.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Može sam/sama rasporediti uzimanje lijekova.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Uzima lijekove u pravo vrijeme.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ima metodu kako da ne zaboravi uzeti lijek.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Kako ne bi zaboravio/la, zapisuje ili zamoli nekoga da ga/ju podsjeti	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Kakav je neovisan život osobe kojoj pružate podršku?	Odnosi li se na nju/njega?		Je li važno?		Pružam li podršku?		
	Da 	Ne 	Da 	Ne 	Puno 	Malo 	Nimalo 
Upravljanje budžetom							
Zna kolika su mu/joj mjesečna primanja.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Kontrolira mjesečne troškove u kućanstvu.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Plaća račune.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zna kako koristiti usluge banke.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zna koristiti bankomat.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Koristi novac za kupovinu.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Štedi novac.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Prijevoz							
Koristi javni prijevoz.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Pješaći do željene lokacije.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Slobodno vrijeme							
Planira aktivnosti za vikend.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Sudjeluje u aktivnostima u zajednici.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
S prijateljima odabire aktivnosti koje žele raditi.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Razgovara s prijateljima i obitelji mobitelom.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Odabire i odlazi u restoran.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Odlazi u kino, kazalište i plesne izvedbe.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Šeće parkom.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Kakav je neovisan život osobe kojoj pružate podršku?	Odnosi li se na nju/njega?		Je li važno?		Pružam li podršku?		
	Da 	Ne 	Da 	Ne 	Puno 	Malo 	Nimalo 
Posjećuje trgovačke centre.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Posjećuje muzeje, izložbe, itd.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zdrave životne navike							
Redovito vježba (hodanje, trčanje, teretana...).	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Odabire zdravu hranu.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Spava najmanje 8 sati dnevno.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Pije vodu tijekom dana i između obroka.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Privlačnost i seksualnost							
Zna što je seksualnost i njeni aspekti (ljubav, zadovoljstvo...).	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Prepoznaje različite osjećaje.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zna izražavati različite osjećaje.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Poštuje vlastite i tuđe osjećaje.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zna što su spolno prenosive bolesti i kako se zaštititi.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zna koristiti kontracepcijske metode.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zna gdje upitati za pomoć.	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Drugo...							