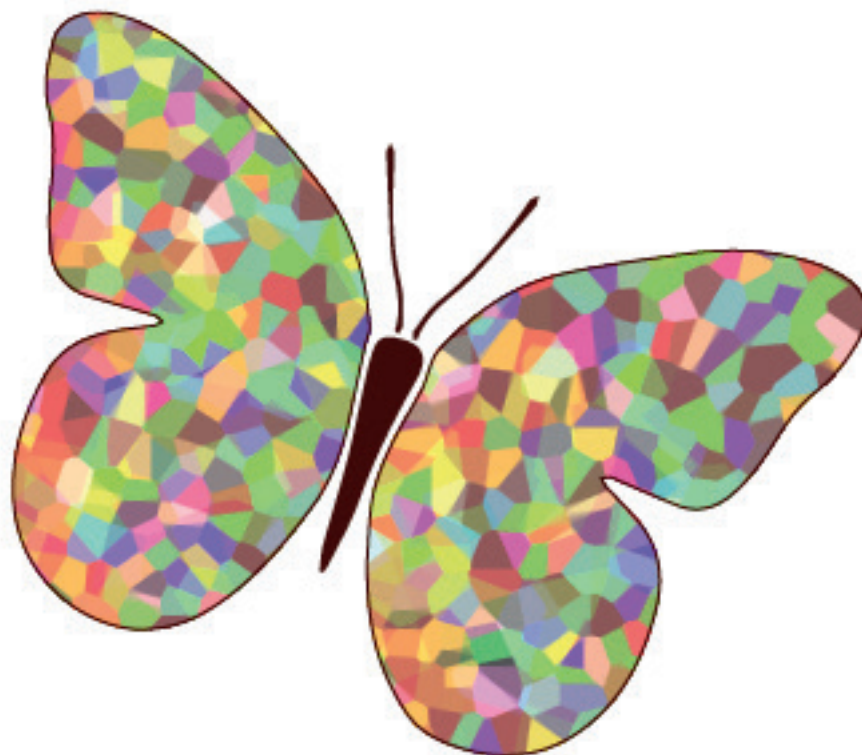


Mijn verhaal...



Levensboek
voor cliënten van Radar



Zó wil ik leven.

Inhoud

	Stamboom	5
	Gezin	6
	Huisdier	14
	School	15
	Vriendjes	16
	Verhuizen	17
	Kind	18
	Hobby's	19
	Werk / dagcentrum	20
	Ervaringen / emoties	21
	Ziek zijn	22
	Vakantie	23
	Familie	24
	Vrienden van nu	25
	Eten en drinken	26
	Vragenlijst	27
	Informatie voor begeleiding	37



Een bakkertje uit Bommelen,
dat hield heel veel van schommelen.

Maar op een dag ging hij zo hoog,
dat hij pardoes de lucht in vloog.

Hij vloog langs de regenboog
en die riep: "Goeiedag meneer.

Waar gaat de grote reis naar toe?
Wilt u aan mijn boog gaan schommelen?"

Nee, riep het bakkertje uit Bommelen
Ik wil weer naar mijn huisje toe.

Wat is een levensboek?

In een levensboek vertel je jouw verhaal, jouw leven.

Waar je geboren bent, over je familie, wat je als kind leuk vond, wat je hebt meegemaakt. Alles wat je zelf wilt vertellen. Zo kan later samen met jou herinneringen worden opgehaald en dat is heel fijn.

Veel plezier met het vertellen van jouw verhaal.

Dit boek is van ...

Naam

Datum van invullen

Ik woon in



Plak hier een foto van jezelf of teken jezelf.



Mijn stamboom

Iedereen heeft een vader en een moeder.
En misschien ook broers, zussen, ooms, tantes, neven en nichten.
Dat noem je familie.

Als je iedereen die bij elkaar hoort opschrijft, dan krijg je een stamboom.
Wil jij je stamboom invullen?





Het gezin



Hoe heet je vader?

.....

Kun je wat meer over je vader vertellen?

Bijvoorbeeld, over zijn werk, over zijn hobby's of sport.

Je mag het ook tekenen of een foto plakken.

.....

.....

.....

.....

.....

.....





Hoe heet je moeder?

.....

Kun je wat meer over je moeder vertellen?

Bijvoorbeeld, over haar werk, over haar hobby's of sport.

Je mag het ook tekenen of een foto plakken.

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Large empty rectangular box for drawing or pasting a photo.



Heb je een broer? En hoe heet hij?

.....

Kun je wat meer over je broer vertellen?

Bijvoorbeeld, over zijn werk, over haar hobby's of sport.

Je mag het ook tekenen of een foto plakken.

.....

.....

.....

.....

.....

.....





Heb je een zus? En hoe heet zij?

.....

Kun je wat meer over je zus vertellen?

Bijvoorbeeld, over haar werk, over haar hobby's of sport.

Je mag het ook tekenen of een foto plakken.

.....

.....

.....

.....

.....

.....





Heb je nog een broer? En hoe heet hij?

.....

Kun je wat meer over je broer vertellen?

Bijvoorbeeld, over zijn werk, over haar hobby's of sport.

Je mag het ook tekenen of een foto plakken.

.....

.....

.....

.....

.....

.....





Heb je nog een zus? En hoe heet zij?

.....

Kun je wat meer over je zus vertellen?

Bijvoorbeeld, over haar werk, over haar hobby's of sport.

Je mag het ook tekenen of een foto plakken.

.....

.....

.....

.....

.....





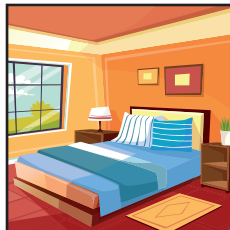
Wanneer ben je geboren?

.....



Waar woonde je toen?

.....

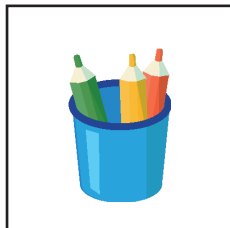


Hoe zag je slaapkamer er uit?

.....

.....

.....





Kun je wat vertellen over jullie gezin?

Bijvoorbeeld:

- deden jullie spelletjes?
- gingen jullie wandelen?
- gingen jullie naar de speeltuin?
- gingen jullie op vakantie?

.....

.....

.....

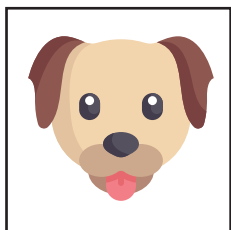
.....

Je mag ook tekenen of een foto plakken.





Huisdier



Had je vroeger een huisdier?

.....

Wil je daar iets over vertellen?

.....
.....
.....
.....
.....

Je mag ook tekenen of een foto plakken.





School



Ben je naar school geweest?

.....

Kun je er wat over vertellen?

Bijvoorbeeld:

- Waar was de school?
- Bij wie zat je in de klas?
- Wat vond je het leukste op school?

.....

.....

.....

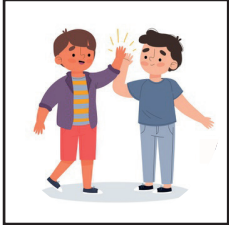
.....

Je mag ook tekenen of een foto plakken.





Vriendjes



Had je ook vriendjes of vriendinnetjes?

.....

Kun je daar iets over vertellen?

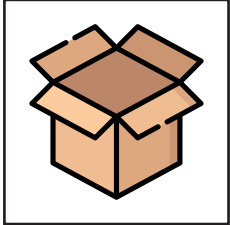
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Je mag ook tekenen of een foto plakken.





Verhuizen



Ben je wel eens verhuisd?

.....



Waar ging je toen wonen en hoe vond je dat?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Je mag ook tekenen of een foto plakken.





Kind



Hoe was jij als kind?
Kun je daar iets over vertellen?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

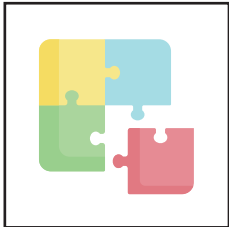
.....

Je mag ook tekenen of een foto plakken.





Hobby's



Had je vroeger hobby's?

.....

.....

.....

En nu?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Je mag ook tekenen of een foto plakken.





Werk / dagcentrum



Heb je werk? Of heb je vroeger gewerkt?
Of ging je naar een dagcentrum?
Wil je daar iets over vertellen?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Je mag ook tekenen of een foto plakken.





Ervaringen / emoties



Heb je wel eens wat vervelends, verdrietigs of akeligs meegemaakt?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Je mag ook tekenen of een foto plakken.





Ziek zijn



Ben je wel eens ziek geweest?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Je mag ook tekenen of een foto plakken.





Vakantie



Ben je wel eens op vakantie geweest?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Je mag ook tekenen of een foto plakken.





Familie



Wie is je familie?

.....

.....

.....

.....

.....

Je mag ook tekenen of een foto plakken.





Vrienden van nu



Heb je nu vrienden?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Je mag ook tekenen of een foto plakken.





Eten en drinken



Welk eten vind je lekker?

.....

.....

.....

Wat vind je vies?

.....

.....

.....

Je mag ook tekenen of een foto plakken.





Vragenlijst

Nu volgen er heel veel vragen die je kort kunt beantwoorden:

- Welke kleur vind je mooi?

.....

- Wat ruikt lekker?

.....

- Naar welk televisie-programma kijk je graag?

.....

- Houd je van de zomer of van de winter?

.....

- Vind je regen erg?

.....

- Hou je van thee of koffie?

.....

- Kun je koken?

.....

- Hou je van pantoffels?

.....

- Ben je bang in het donker?

.....

- Hoe laat ga je naar bed?

.....

- Sta je vroeg op?

.....

- Wat eet je als ontbijt?

.....

- Wat lust je echt niet?

.....

- Ga je graag winkelen?

.....

- Houd je van sport?

.....

- Welke bloemen vind je mooi?

.....

- Wat vind je echt vies?

.....

- Klets je graag?

.....

- Doe je graag klusjes?

.....

- Houd je van lezen?

.....

- Kun je fietsen?

.....

- Welke kleding draag je graag?

.....

- Waar kun je om lachen?

.....

- Houd je van spelletjes?

.....

- Ben je wel eens lui?

.....

- Heb je veel foto's?

.....

- Welke feestdagen vind je het leukste?

.....

- Welke muziek vind je mooi?

.....

- Ga je wel eens op bezoek?

.....

- Zoet of zuur?

.....

- Zwart of wit?

.....

- Koud of warm?

.....

- Licht of donker?

.....

- Hard of zacht?

.....

- Hond of kat?

.....

- Wat eet je het liefst?

.....

- Wat zijn je hobby's?

.....

- Waar kun je echt niet zonder?

.....

- Hou je van films?

.....

- Wat is je favoriete ijssmaak?

.....

- Wat kan jou altijd opvrolijken?

.....

- Wat irriteert jou?

.....

- Wat is jouw meest kostbare bezit?

.....

-

.....

-

.....

-

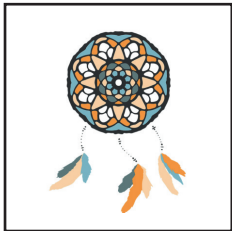
.....

-

.....

-

.....



Heb je nog een droom?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

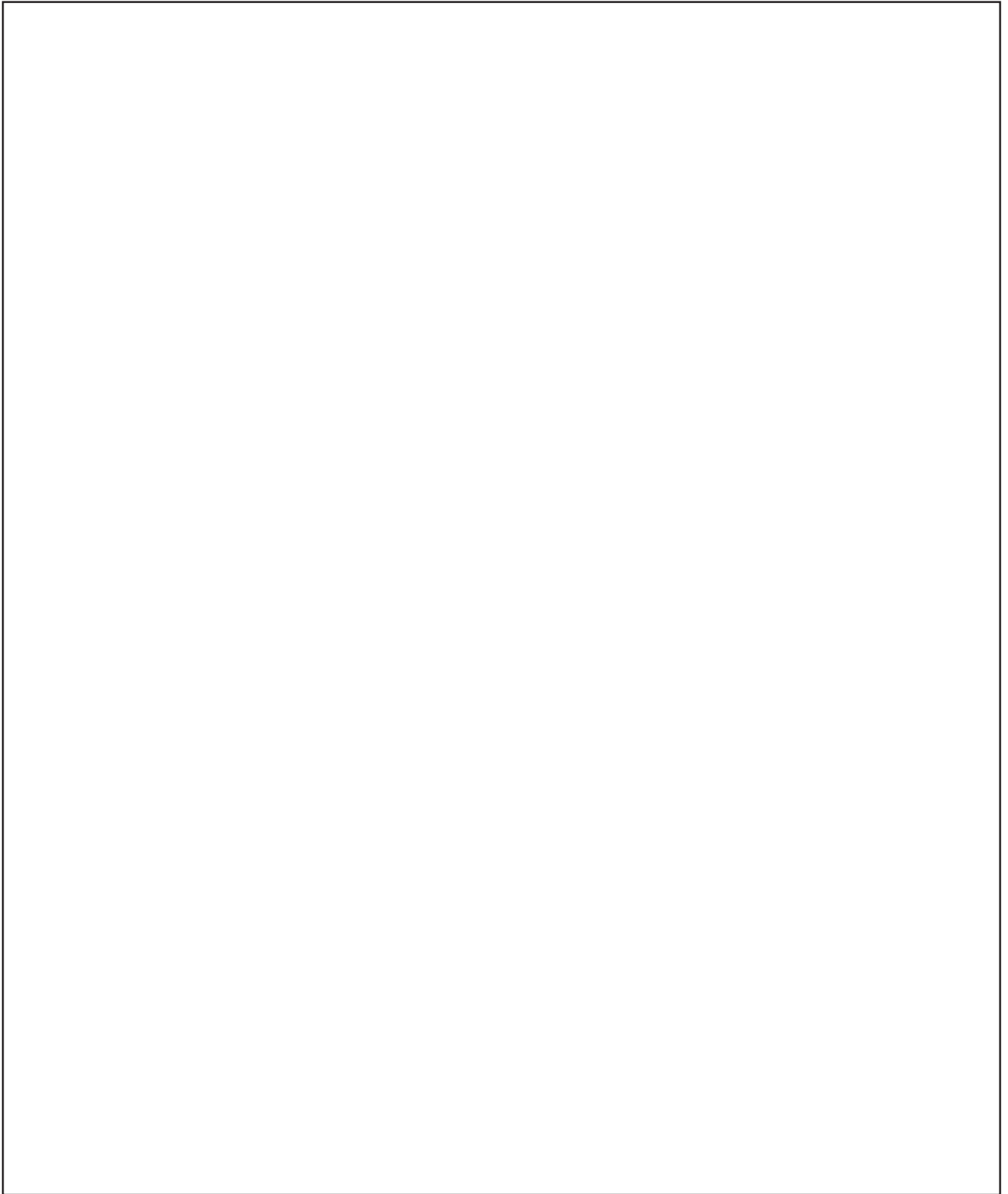
.....

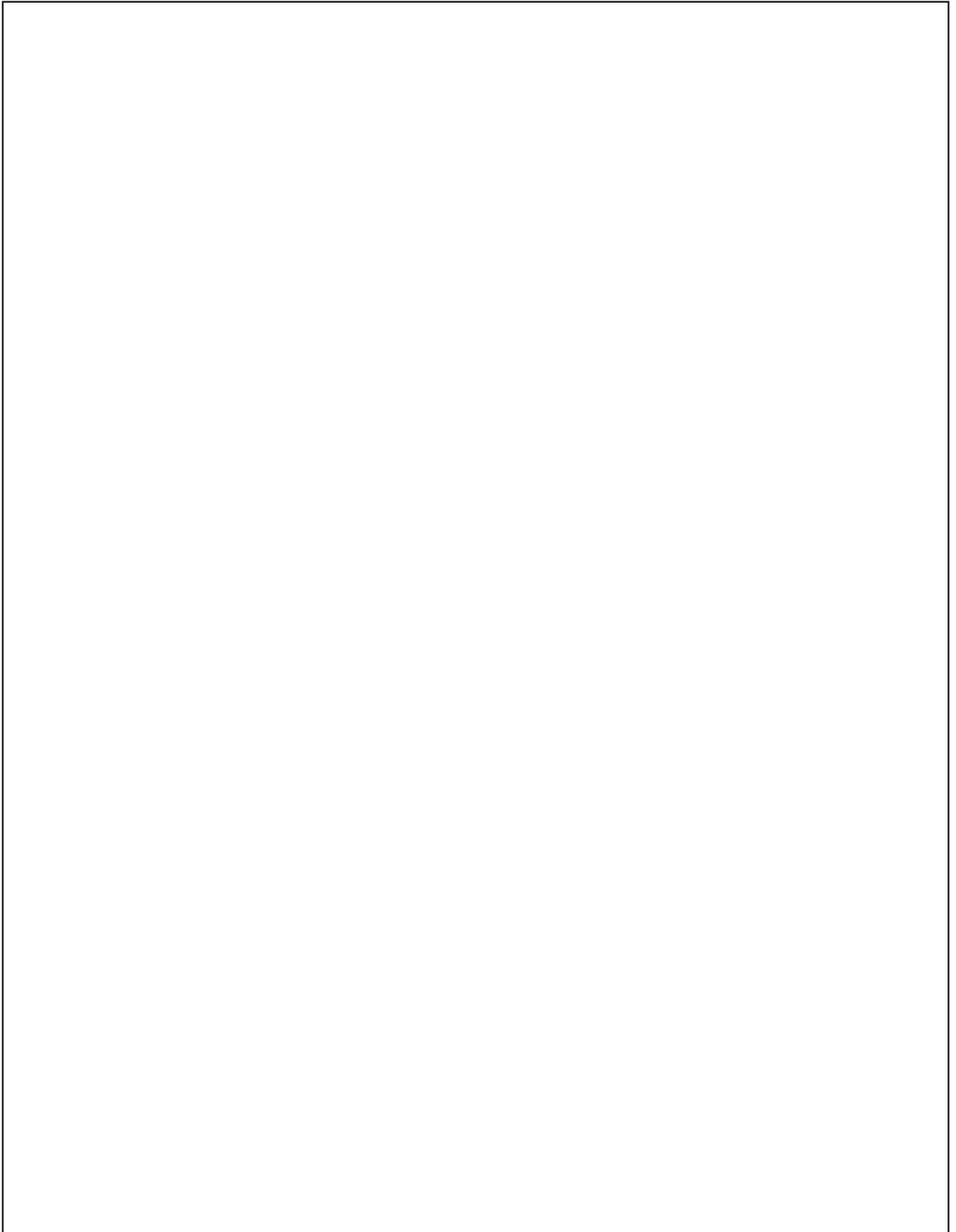
Je mag ook tekenen of een foto plakken.

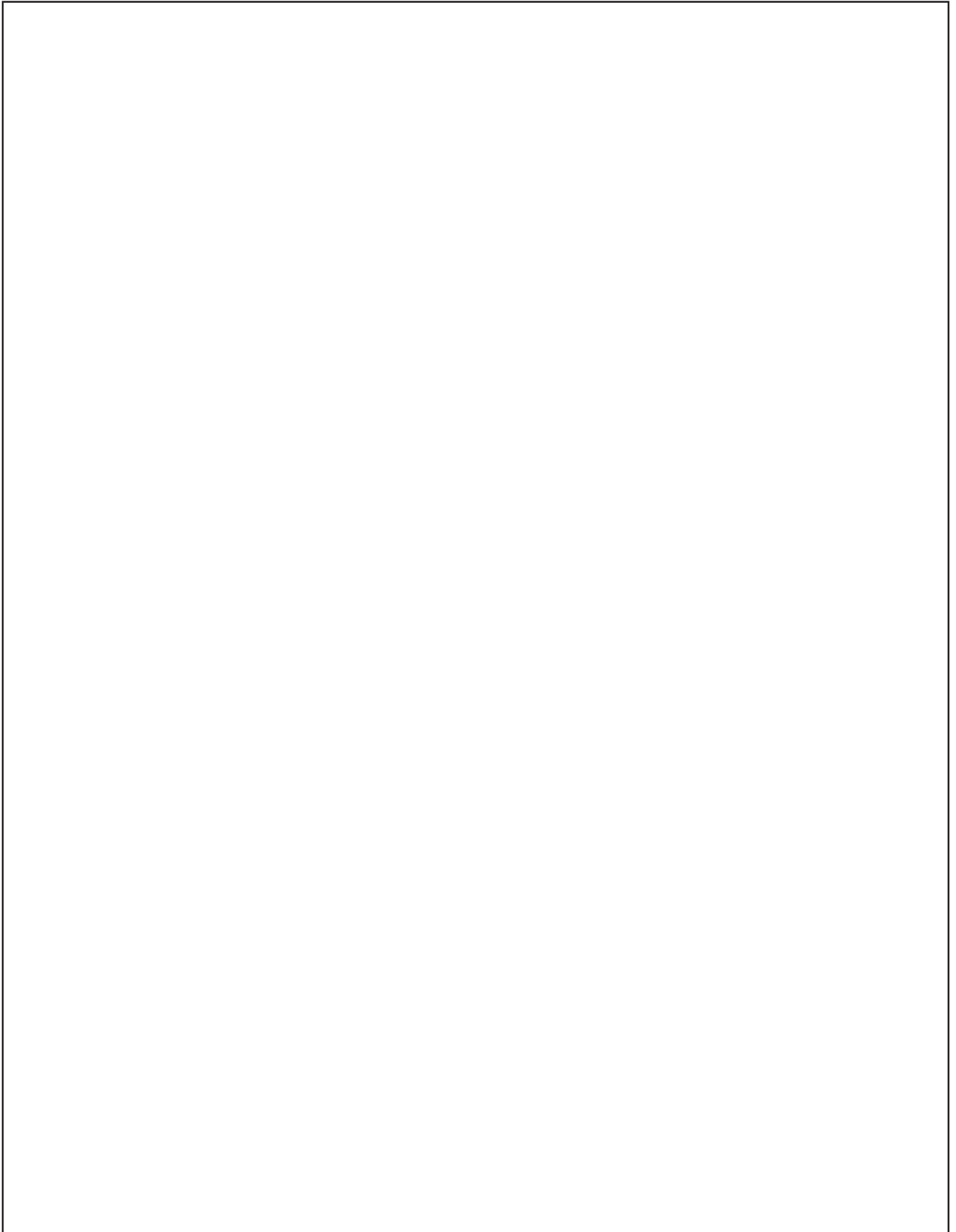


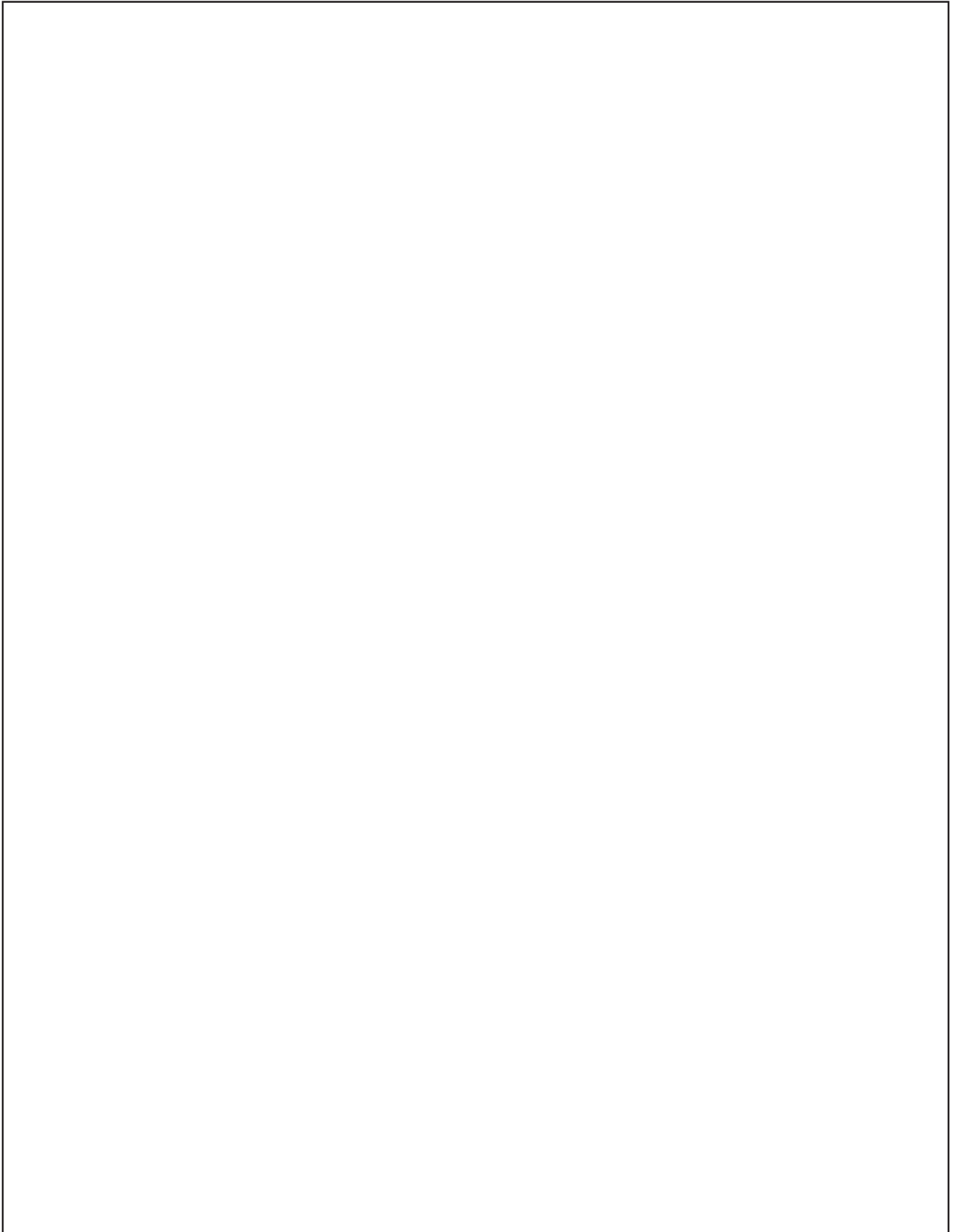
Misschien zijn er nog dingen die je zelf wilt schrijven of tekenen.













Informatie voor begeleiding

Hoe maak je een levensboek?

- Overleg met de familie over de aanpak en hun bijdrage (foto's, verhalen)
- Maak duidelijke afspraken over wie het levensboek bijhoudt en wie het in mag zien.
- Neem een periode of een gebeurtenis waar de bewoner vaak over praat als beginpunt.
- Zorg dat je enige kennis hebt van gesprekstechnieken. Gebruik Niet Sturende Communicatie.
- Maak aantekeningen in het gesprek met de bewoner en werk deze later uit.
- Zoek er foto's of andere illustraties bij (gebruik bijvoorbeeld krantenknipsels, geboortekaartjes of prentenboeken).
- Gebruik voorbeeldfoto's en plaatjes om de cliënt te stimuleren.
- Gebruik een multomap, in het losbladige systeem kun je overal informatie tussenvoegen.
- Dring niet aan als een bewoner ergens niet over wil praten.
- Let erop dat je je professionele beroepshouding behoudt.
- Zorg dat je er, bij grote emotionele betrokkenheid, met anderen over kunt praten.
- Zorg dat je van tevoren een indruk hebt van wat er op emotioneel vlak kan gebeuren.
- Evalueer regelmatig om te kijken of je op de goede weg bent en of je de doelstellingen bereikt.

V.4-21



Zó wil ik leven.

Radar

Randwycksingel 35
6229 EG Maastricht
088 - 350 50 02
clientloket@radar.org

www.radar.org