

## מיומנויות ADL

### באדיבות עדי גנאינסקי

#### התארגנות למקלחת:

| ציון | המיומנות:   |
|------|---|
|      | הולכת למקלחת (לאחר ההוראה "עכשיו את מתקלחת, תקראי לי כשאת מוכנה") |
|      | מתפשטת  |
|      | נכנסת למקלחת  |
|      | קוראת לאימא   |
|      | לוקחת סבון ומסתבנת (לכתוב בהערות מה מסבנת ואיכות סיבון)           |
|      | חופפת (בסיוע)   |
|      | לוקחת מגבת ומתנגבת (לכתוב בהערות מה מנגבת ואיכות ניגוב)           |
|      | יוצאת מהמקלחת (לאחר הוראה "סיימנו") עם המגבת עליה                 |
|      | נכנסת ישירות לחדר   |
|      | בוחרת בגדים מהארון  |
|      | מתלבשת (לכתוב בהערות באיזה פריט לבוש קיבלה סיוע)                  |

#### שירותים:

| ציון | המיומנות:   |
|------|---|
|      | יוזמת ("יש לי פיפי/ קקי")                                     |
|      | הולכת לחדר השירותים   |
|      | מורידה תחתונים ומכנסיים (רק אחרי שהגיעה לשירותים ולא בדרך..)  |
|      | יושבת באופן מתאים על האסלה                                    |
|      | עושה את צרכיה באופן מתאים                                     |
|      | <b>מנגבת:</b>   |
|      | לוקחת כמות סבירה של נייר                                      |
|      | מקפלת באופן מתאים את הנייר                                    |
|      | מנגבת באופן היגייני ומתאים                                    |
|      | מסתכלת אם הנייר נקי/מלוכלך                                    |
|      | זורקת את הנייר לאסלה  |
|      | אם מלוכלך- לוקחת שוב נייר (וכך הלאה עד שהנייר נקי באופן יחסי) |
|      | מרימה את התחתונים והמכנסיים                                   |
|      | מורידה מים  |
|      | פונה לשטיפת ידיים   |

הערות:

---



---



---