

Domoteus: Utkast til årshjul

Januar

- Rydde bort julepynt
- Rydde bort evt. lys ute
- Ansvarsgruppemøte, oppdatere IP (individuell plan)
- Fødselsdagsfeiring, lage og sende invitasjoner, gjøre i stand til feiring

Februar

- Avise fryser
- Rydde i papirer i leiligheten, inkl. aviser
- Besøk hos tannlege/tannpleier

Mars

- Rengjøre skap og skuffer grundig
- Rengjøre kjøkkenvifte (filter og glassplate samt ramme) hvis matlaging i leiligheten
- Evt. skifte tannbørste/tannbørstehode
- Ved mye brukt stekeovn: Rense ovn og plater

April

- Støvsuge balkong/terrasse
- Vaske gulv og rekkverk på balkong/terrasse
- Ta ut stoler og bord til balkong/terrasse
- Evt. rense ski for klister

Mai

- Ta fram sommertøy og sommersko
- Kjøpe sommertøy og evt. -sko ved behov
- Vaske/få rensset skittent vintertøy
- Evt. impregnere vintersko
- Rydde bort vintertøy og -sko, gjerne i bod.
- Evt. bytte til sommerdyne
- Vaske pute og vinterdyne
- Vaske vinduer
- Støvsuge/vaske rekkverk på balkong etter at blomsterstøvet har lagt seg
- Evt. ta ut solstol(er) når været begynner å bli varmt

Juni

- Evt. skifte tannbørste/tannbørstehode
- Evt. ta inn solstoler/andre balkongmøbler før ferien
- Rense sluk i dusjen rett før sommerferien
- Passe på å skaffe nok medisiner til ferien
- Sørge for at noen tar inn post, evt. omadressere for ferien
- Sørge for at noen vanner evt. planter
- Tømme kjøleskapet for mat med kort holdbarhet (ta med på ferie/gi bort)

Domoteus: Utkast til årshjul

Juli/sommerferie hvor beboer er bortreist

Hvis bemannet bolig, bør tjenesteytere

- Sjekke at alt er OK med leiligheten etter avreise (som lukkede vinduer, at søppel er kastet og ikke mat med kort holdbarhet i kjøleskapet)
- Vanne planter
- Sjekke postkasse, gi beskjed til beboer eller foresatte om evt. post

Hvis lite å gjøre for tjenesteytere. men beboere er på ferie:

- Vaske fuger mellom gulvfliser
- Rense bort flekker på møbler

August

- Pakke ut feriebagasje og vasket tøy
- Evt. ta ut solstoler, balkongmøbler på balkong/terrasse igjen etter feriehjemkomst
- Støvsuge og vaske balkong og rekkverk
- Bytte tannbørstehode hvis behov
- Rydde i papirer
- Evt. ansvarsgruppemøte og oppdatering av individuell plan
- Besøk hos tannlege/tannpleier

September

- Vaske vinduer
- Ved mye brukt stekeovn: Rense ovn og plater
- Rengjøre kjøkkenvifte (filter og glassplate samt ramme) hvis matlaging i leiligheten
- Rengjøre skap og skuffer grundig
- Evt. skifte tannbørste/tannbørstehode

Oktober

- Vaske/tørke av hagemøbler og rydde dem bort
- Vaske/sjekke sommertøy og pakke det bort
- Notere behov for nytt sommertøy og -sko
- Finne fram vintertøy
- Ved behov kjøpe vintertøy og -sko, evt. ønske seg til jul

November

- Begynne å handle julegaver
- Bytte til vinterdyne
- Vaske hodepute, sommerdyne, overmadrass og evt. madrassbeskytter
- Avise og vaske fryser
- Notere juleønsker

Domoteus: Utkast til årshjul

Desember

- Årlig legeundersøkelse
- Vaske/rense bort flekker på møbler
- Evt. skifte tannbørstehode
- Evt. sette opp lyslenke på terrasse/balkong
- Pynte innendørs til jul
- Evt. skrive og sende julekort/elektroniske julehilsener
- Handle resterende julegaver
- Sette opp og pynte juletre

Tips

- Årshjul kan henges opp f.eks. på innsiden av en skapdør hos beboer.
- Det kan utformes som en sirkel, men er enklere å gjøre elektronisk ved månedsvis oppsett, som her.
- Det bør helst være avkrysningsbokser.
- Det er i dette eksempelet valgt at beboer har fødselsdag i januar. Den nøyaktige datoen bør skrives inn.
- Det er i dette eksempelet valgt at beboer feirer jul. Andre høytider som erstatter julefeiring, bør evt. skrives inn.
- Årshjul bør tilpasses individuelt. Noen kan ha behov for andre aktiviteter enn her. Og det kan hende at fryseboksen avises automatisk, at ikke beboer bruker ski om vinteren (kanskje er det heller en sykkel som bør stelles med), at beboeren ikke har balkong eller terrasse, at balkong/terrasse bør beises hvert andre år, at beboeren ikke reiser på ferie om sommeren osv.
- Aktiviteter rundt solstol er tatt med fordi mange med utviklingshemning er lite ute, heller ikke på balkongene/terrassene sine. De får da lett en D-vitaminmangel. At balkongmøbler tas inn hvis beboer er på flere ukers ferie og bor like ved en vei som støver mye, er nyttig for å slippe ekstra støvsuging/vask av møbler og noen ganger for møblenes holdbarhet.
- Dette årshjulet er laget med forutsetning om at en del aktiviteter gjøres regelmessig gjennom året. En 4-ukers "turnus" for rengjøring av leiligheten kan anbefales.
- Man kan evt. sette opp fridager som helligdager og ferie på et årshjul.