

Aktivitetsplan for praksis på sykehjem

Her ser du aktiviteter du kan gjennomføre når du har opplæring i bedrift på sykehjem. Første gang du gjør en aktivitet gjør du det sammen med din kontaktperson. Noen aktiviteter gjør du hver dag, andre aktiviteter gjør du ikke så ofte. Når aktiviteten er gjennomført kan du be om signatur fra en ansatt du jobber med.

Bilde av aktivitet:	Aktivitet:	Beskriv på norsk eller annet språk hva du gjør:	Utført sammen med kontaktperson	Utført alene	Signatur fra ansatt i avdelingen:
 Kilde: Adobe Stock	Dekke bord til frokost eller lunsj. Fortelle hva du gjør, og hva tingene heter.				
	Trakte og servere kaffe til beboerne.				



Kilde: Adobe Stock

Smøre smørbrød
som beboerne liker.
Si hva påleggene
heter.



Servere måltider.
Servere mat på brett



Kilde: Adobe Stock

Gi mat til beboer
som trenger mye
hjelp (mate beboer)

 Kilde: Adobe Stock	Delta i kunst- og håndverksaktiviteter, som for eksempel strikking, hekling, brodering og maling				
 Kilde: Adobe Stock	Spille spill med beboerne, for eksempel Yatzy, Ludo, Uno eller lignende. Lese avis og snakke om nyheter.				
 Kilde: Adobe Stock	Gå tur med beboerne, inne eller ute.				

 Kilde: Kraftak for sang	Synge sammen med beboerne.				
	Se i album og snakke om det dere ser.				
 Kilde: Adobe Stock	Lage og servere mellommåltid, for eksempel vafler, smoothie eller oppskåret frukt.				
 Kilde: NDLA	Trim med musikk som beboerne liker.				

	Håndmassasje og lakke negler på hendene.				
	Re opp seng, si navn på sengetøyet og fortell hva du gjør.				
	Brette kluter og håndklær sammen med beboer				

Kilde: Adobe Stock

Lær flere ord på mat og drikke: <https://nybildetema.oslomet.no/#/nob/mat-og-drikke>

Lær flere ord på kjøkkenet i lenken [her](#) og kjøkkenutstyr [her](#)