

Bildstöd till Tid

5.2 Bildstöd till TID för behov och uppgifter som tillkommer när du ansvarar för ett barn

Symbolförteckning



Betyder att man behöver utföra uppgiften flera gånger per dag

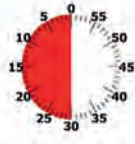


Visar hur många gånger per vecka uppgiften behöver utföras



Betyder att det tar ca 15 min att utföra uppgiften

15 minuter



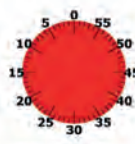
Betyder att det tar ca 30 min att utföra uppgiften

30 minuter



Betyder att det tar ca 45 min att utföra uppgiften

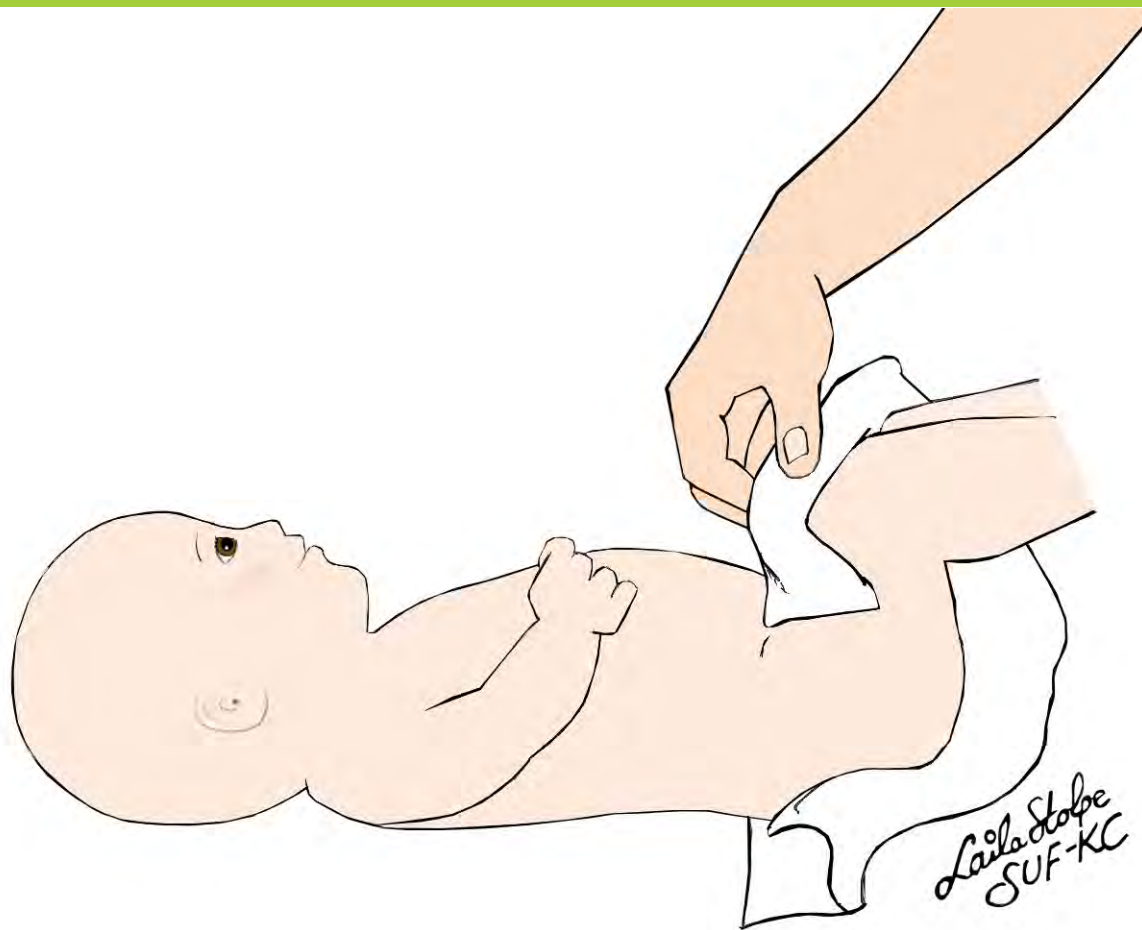
45 minuter



Betyder att det tar ca 1 timme att utföra uppgiften

60 minuter

++



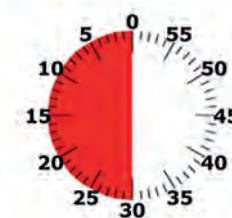
Byta blöja.



15 minuter



Barn behöver närhet
och att du svarar
på barnets känslor.



30 minuter



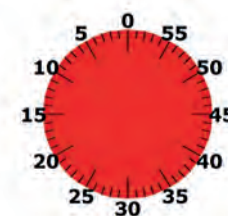
Bära och hålla barnet
på ett säkert sätt.



15 minuter



Barnet behöver sova
flera gånger per dag.
Du behöver finnas nära
om barnet vaknar.



60 minuter



För att återhämta dig
så behöver du också vila
när ditt barn vilar.



45 minuter

| MANDAG | TISDAG | ONSDAG | TORSDAG | FREDAG | LÖRDAG | SÖNDAG |
|--------|--------|--------|---------|--------|--------|--------|
| + | | | + | | | + |



Bada barnet.

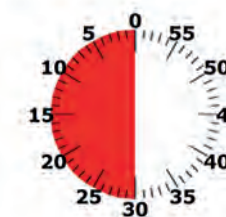


30 minuter

++



Barnet behöver ammas
eller flaskmatas
flera gånger dag och natt.



30 minuter



Gå ut med ditt barn
så att han eller hon
får frisk luft.



30 minuter

| MANDAG | TISDAG | ONSDAG | TORSDAG | FREDAG | LÖRDAG | SÖNDAG |
|--------|--------|--------|---------|--------|--------|--------|
| | | | | + | | |



Gå på kontroller på Barnvårdscentralen (BVC).

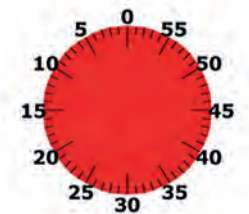


45 minuter



Träffa andra föräldrar
i föräldragrupp
och lära av varandra.
Barnet får sångstund
och stimulans.

*Laila Ståbe
SUF-KC*



60 minuter

++



Laila Stolpe
SUF-KC

Laga mat.



30 minuter



Städa hemma.

*Laila Stolpe
SUF-KC*



30 minuter

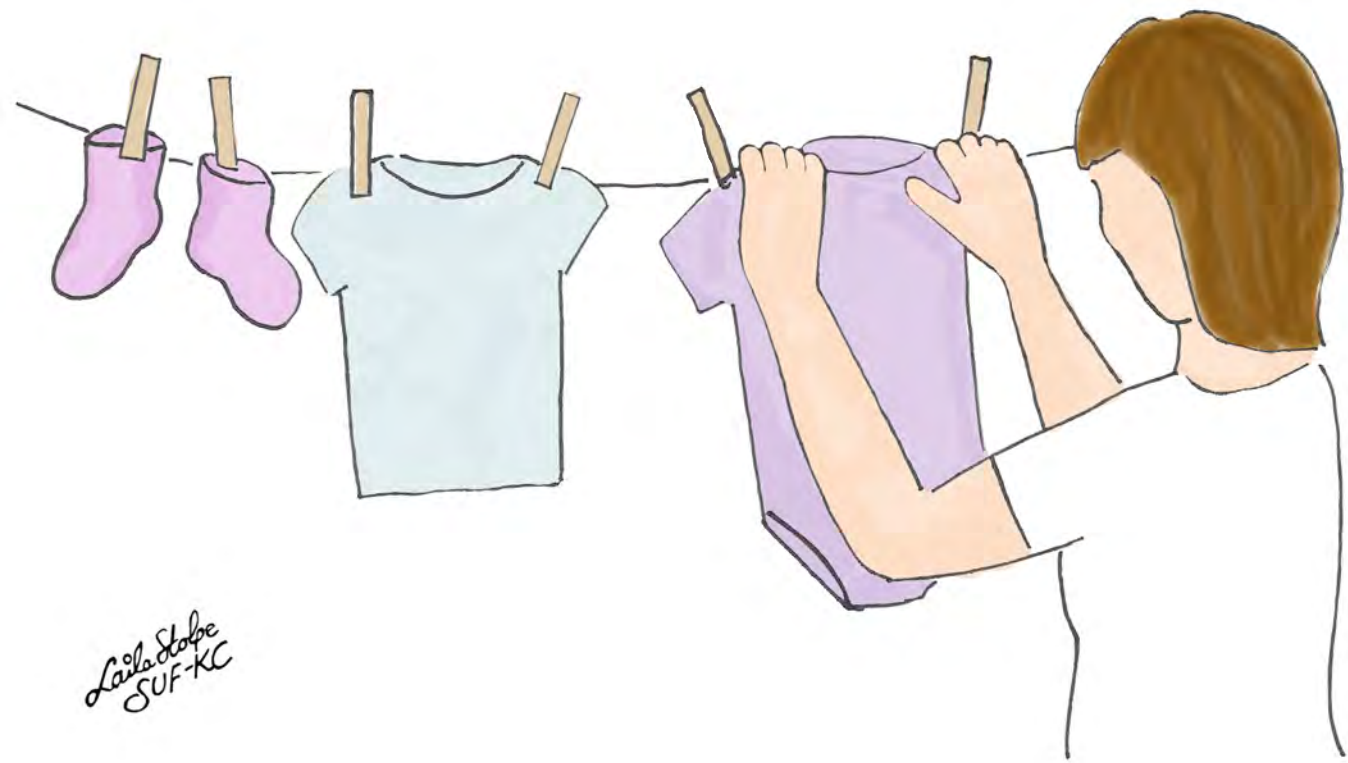


Diska.



30 minuter

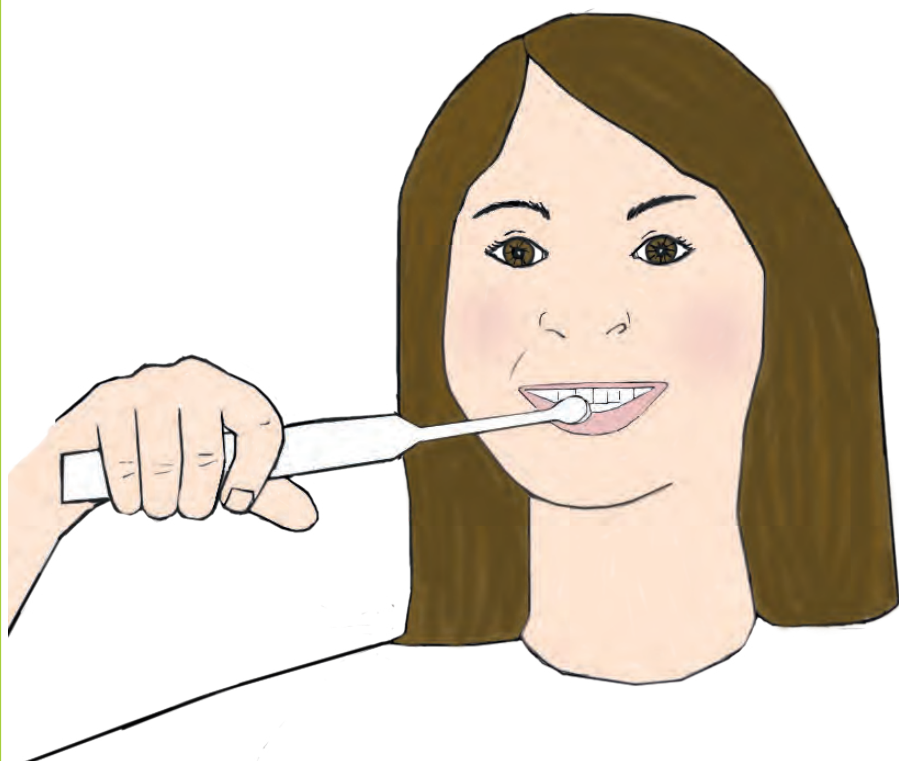
| MÅNDAG | TISDAG | ONSDAG | TORSDAG | FREDAG | LÖRDAG | SÖNDAG |
|--------|--------|--------|---------|--------|--------|--------|
| + | | + | | + | | + |



Tvätta kläder.

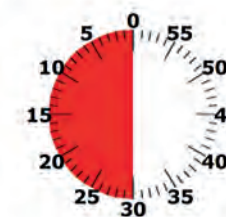


++



Laila Ståbe
SUF-KC

Sköta din hygien.



30 minuter