

Что изменилось

Выберите факты, которые можете описать.

Запишите ответы от руки. Примеры - только подсказка.

Что стало труднее в обычном дне?

Например: Начинать небольшие бытовые дела.

Как давно это продолжается?

Например: Запишу фактический срок.

Что изменилось со сном или едой?

Например: Опишу свои наблюдения без выводов.

Что заметили близкие?

Например: Стало меньше обычного общения.

A4, масштаб 100%. Подходит для чёрно-белой печати.

Заметка для встречи

Помогите себе не забыть важное.

Запишите ответы от руки. Примеры - только подсказка.

С какой трудностью хочу обратиться?

Например: Трудно справляться с повседневностью.

Как она влияет на работу и быт?

Например: Откладываю даже необходимые дела.

Какая помощь уже была?

Например: Расскажу о прошлых обращениях.

Какой вопрос задам первым?

Например: Какая помощь доступна в моей ситуации?

A4, масштаб 100%. Подходит для чёрно-белой печати.

Помощь с организацией

Обращение можно разделить на небольшие дела.

Запишите ответы от руки. Примеры - только подсказка.

Куда могу обратиться?

Например: В доступную медицинскую службу.

Кто поможет найти контакт?

Например: Человек, которому доверяю.

Какой шаг сделаю первым?

Например: Узнаю способ записи на консультацию.

Какую задачу передам близкому?

Например: Помочь с записью или сопровождением.

A4, масштаб 100%. Подходит для чёрно-белой печати.