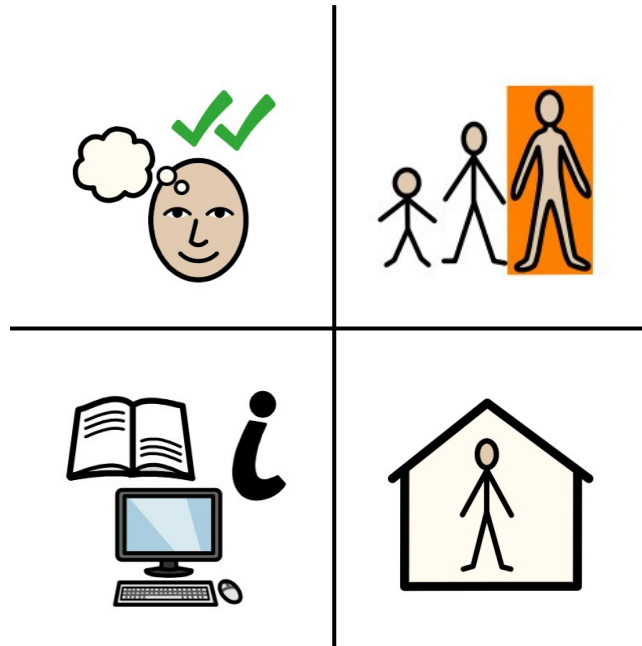


MITT VUXENLIV  
OCH

MITT  
BOENDE





## ETT EGET BOENDE

Att flytta till ett eget boende är en viktig del av vuxenlivet.

Det är bra att fundera över hur du vill bo, vad du behöver göra i ditt hem, och vilket stöd som finns.

Att prioritera är viktigt för att skapa balans i ditt liv. Så att du kan leva det liv du vill.



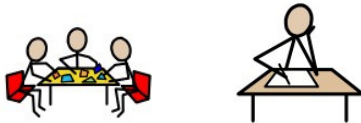
# ÖVNING: ETT EGET BOENDE

## Vad behöver jag?



En dator, surfplatta  
eller papper och penna  
för att skriva.

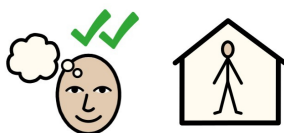
## Var och med vilka gör jag övningen?



Du kan göra övningen i skolan  
eller hemma.

Du kan göra den tillsammans med någon  
eller själv.

## Varför ska jag göra övningen?



Det är viktigt att fundera på  
hur du vill bo.

Då kan du ta beslut  
som blir rätt för dig.



### Uppgift 1

- Hur vill du bo?

Till exempel:

Lägenhet, gruppboende eller villa.

Ensam eller med andra.

- Var vill du bo?

Till exempel:

I staden.

På landet.

Nära någon du känner.



### Uppgift 2

Undersök vilka typer av bostäder som finns i din kommun.

- Vilken typ av bostäder finns i din kommun?
- Vad är det för skillnad på dem?
- Hur ställer du dig i bostadskö?
- Hur gör du för att ansöka om LSS-bostad?





### Uppgift 3

Det är dyrt med ett eget boende.  
Undersök vad olika saker kostar.

#### Hyra

- Vad kostar det att bo i olika typer av boenden?

#### Försäkringar

- Vad är en försäkring?
- Varför behöver du försäkringar?
- Vad kostar olika typer av försäkringar?

#### Möbler och saker till hemmet

- Vilka saker behöver du i ett hem?
- Hur mycket kostar de?





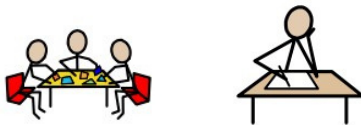
# ÖVNING: ATT GÖRA LAGOM MYCKET

## Vad behöver jag?



En dator, surfplatta  
eller papper och penna  
för att skriva.

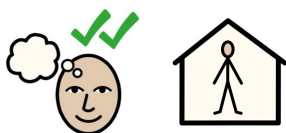
## Var och med vilka gör jag övningen?



Du kan göra övningen i skolan  
eller hemma.

Du kan göra den tillsammans med någon  
eller själv.

## Varför ska jag göra övningen?



Det är bra att veta  
vad du och andra personer  
tycker är lagom mycket.

Då kan du hitta en bra balans.



## Uppgift 4

Skriv en lista på saker du behöver kunna när du har ett eget boende.

Ta reda på vad du och andra tycker är lagom mycket att göra i ett hem.

Gör eller prata om olika sysslor till exempel:

- Städa
- Laga mat
- Personlig hygien
- Tvätta

Sätt betyg på hur det gick. Låt en annan person också sätta ett betyg.

- Tycker ni lika eller olika?



- Vad är lagom mycket?





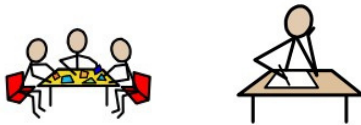
# ÖVNING: RÄTT TILL STÖD

## Vad behöver jag?



En dator, surfplatta eller papper och en penna.

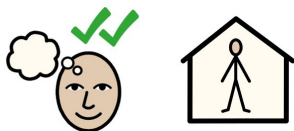
## Var och med vilka gör jag övningen?



Du kan göra övningen i skolan eller hemma.

Du kan göra den tillsammans med någon eller själv.

## Varför ska jag göra övningen?



Att erbjudas stöd är en rättighet för att kunna leva ett självständigt liv.

Därför är det bra att du har koll på vilket stöd som passar dig.





### Uppgift 5

Ta reda på  
och fundera över:

- Vilket stöd skulle du vilja ha?
- Hur gör du för att få stöd?
- Vilket stöd du kan få  
i de olika boendena?
- Vilket boende passar dig?





# ÖVNING: INFORMERADE VAL

## Vad behöver jag?



En dator, surfplatta  
eller papper och penna.

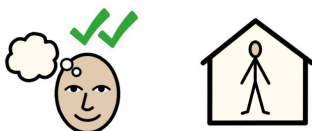
## Var och med vilka gör jag övningen?



Du kan göra övningen i skolan  
eller hemma.

Du kan göra den tillsammans med någon  
eller själv.

## Varför ska jag göra övningen?



När du ska välja  
är det bra att ha koll på  
hur valen påverkar ditt liv.



### Uppgift 6

- Hur påverkar olika val ditt boende?

Vad händer om du:

- Skaffar djur?
- Blir förälder?
- Blir sambo?
- Byter bostad?



### Uppgift 7

- Hur påverkar olika val vad som är lagom mycket att göra?

Om du:

- Skaffar djur?
- Blir förälder?
- Blir sambo?
- Byter bostad?



### Uppgift 8

- Hur gör du för att ta ett klokt beslut?

Tycker du att det är bra att skaffa dig information innan du tar ett beslut?





# LÄNKAR

Här finns länkar till sidor och filmer där du kan leta information.

Klicka på frågan du vill ha svar på:

Vad är LSS?

Punkt 8 och 9 handlar om bostäder.

## **Filmer:**

Efter 18 - Om att flytta hemifrån,  
Av Medietorget

Elin, Alvin och vuxenlivet, UR-play,  
avsnitt om hemmasysslor.