

Fiche d'évaluation des pistes d'actions

Nom :

Date

Auto-évaluation :

	Acquis	En cours d'acquisition	Non acquis
<u>Fonction alimentaire</u>			
Concevoir un menu varié et équilibré			
Etablir une liste d'achats			
Planifier les repas de la semaine			
Respecter un budget alimentaire			
Confectionner son repas			
Savoir réchauffer un plat			
Savoir faire cuire un aliment simple			
Suivre une recette simple			
Suivre une recette élaborée			
Savoir choisir ses aliments dans le magasin			
Repérer un article périmé (magasin ou frigo			
Respect des normes d'hygiène alimentaires (vaisselle propre, mains propres,...)			
Utiliser un appareil ménager			
<u>Remarques :</u>			
<u>Hygiène</u>			
<u>Entretien appartement :</u>			
Nettoyage WC, SdB, cuisine			
Rangement WC, SdB, cuisine			
Nettoyage chambre et séjour			
Rangement chambre et séjour			
Gestion des animaux domestiques			
Tenue des espaces communs poubelle, couloirs,			
<u>Hygiène corporelle :</u>			
Tenue linge maison			
Linge corporel			
Toilette personnelle			
<u>Remarques</u>			

<u>Santé</u>			
Prendre RV avec un : Généraliste			
Prendre RV avec un : spécialiste			
Savoir prendre seul son traitement médical régulier ou irrégulier			
Savoir appeler du secours			
Se rendre à la pharmacie			
Savoir se soigner en cas de petites blessures			
Remarques			
<u>Budget</u>			
Savoir compter son argent			
Reconnaître les billets et les pièces			
Avoir une notion de l'argent			
Respecter un budget précis			
Connaître son budget global			
Savoir se mettre en relation avec son curateur			
Remarques			
<u>Gestion administrative</u>			
Avoir ses papiers à jour			
Reconnaître les différents documents administratifs			
Savoir faire seul une démarche administrative			
Renouveler un document administratif seul			
Posséder une carte de transport en commun			
Remarques			
<u>Besoins sociaux</u>			
Etablissement d'un réseau			
Inscription à un club sportif			
Inscription à un club culturel			
Etre en relation avec son voisinage			
Fréquenter les commerçants de proximité			
Utiliser les services médicaux de proximité			
Avoir un réseau de connaissances			
Avoir des contacts avec sa famille			
Utilisation des complexes socio-culturels			
Remarques :			