

Enklare liv



VAD FINNS I SKÅPET?

Märk upp med bild och text vad som finns bakom skåpdörren.

LÄTT ATT SE VAD SOM BEHÖVS

En översikt över de saker som behövs i städskåpet är till hjälp.

HANTERA TVÄTTMEDEL

En genomskinlig burk visar när det är dags att köpa mer tvättmedel.

SORTERA TVÄTTEN

Märkta korgar gör det lättare att sortera tvätten rätt.



Färgkoda

Färgkodning kan vara ett bra stöd för att tvätta i rätt färg och temperatur. Med pennan märker man i plagget och med den självhäftande plasten märker man upp de olika tvättprogrammen. Se mer på ordbildupsala.se.



Märk och sortera för bättre tvätt

Prylar och smarta lösningar kan göra vardagen enklare för människor med funktionsnedsättning. Arbetsterapeuten **Monica Thunholm** och logopeden **Lena Lindberger** ger sina bästa tips.

foto: KLAS SJÖBERG



Ett steg i taget

Steg för steg-instruktioner för tvätt kan vara till stor hjälp, till exempel ett blädderblock med bilder eller intalade instruktioner som trycks fram steg för steg.



Sortera efter färg och grad

Sortera tvätten i påsar som visar om det ska vara mörk/kulör tvätt eller vit tvätt och vilket gradtal som är lämpligt. Se mer på trollreda.nu.