

## Toolkit Barn - vet jag vad det innebär?

Toolkit är ett arbetsmaterial som tar upp olika frågor kring föräldraskapet.

Det handlar om områdena tid, pengar, relation, bostad och vad du behöver kunna för att ta hand om ett barn. Materialet kan hjälpa dig att förstå vad det egentligen innebär att ansvara för ett barn.

Det kan ge dig mer kunskap och möjlighet att prata om vad det innebär att vara förälder.

### Vill du veta mer om Toolkit?

Ja  Vet ej  Nej



Habiliteringen för barn och vuxna i Bålsta 0171-41 73 70  
Habiliteringen för barn och vuxna i Enköping 0171-41 84 20  
Habiliteringen för barn och vuxna i Tierp 0293-204 40  
Hälsa och habilitering Uppsala 018-611 67 40  
Habiliteringen för barn och vuxna i Östhammar 0173-882 30

 Region Uppsala

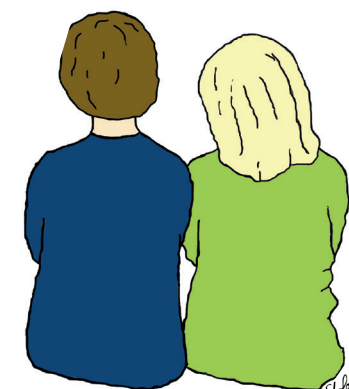
## Till dig som funderar på att bli förälder Barn?

**Är det ibland svårt att minnas, tänka, planera och hantera din tid? Detta kallas för kognitiva svårigheter. Det har att göra med hur vår hjärna fungerar. Att ha kognitiva svårigheter innebär att du kan behöva stöd om du blir förälder.**

Att skaffa barn är ett stort beslut med mycket ansvar. Alla måste tänka igenom hur det kan vara att vara förälder innan man blir gravid.

Det är många saker som behöver fungera. Som förälder måste du se till att barnet får det som den behöver.

Det finns lagar och regler i samhället för att se till att barnet är tryggt och tas om hand på ett bra sätt.



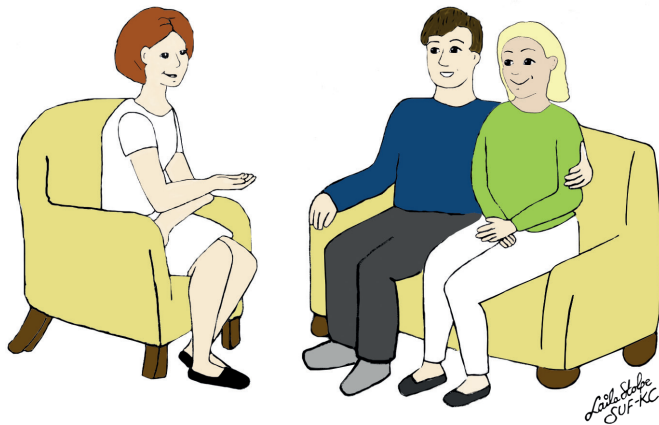
Lilla Skåne  
SUF-KC

## Vi på habiliteringen vill ge dig stöd och hjälp. Det här är några exempel på vad vi kan göra:

I en psykologutredning finns det mycket information om hur en person fungerar. Om du förstår vad du är bra på och vad som är svårare för dig så kan vi bättre prata om vad det kan innebära att bli förälder.

### Vill du gå igenom din utredning?

Ja  Vet ej  Nej



Har du många frågor? Vill jag ha barn eller inte? Är andra oroliga? Varför tycker inte andra som jag? Du kan få prata med någon som kan mycket om funktionsnedsättning och vet hur det kan påverka ett föräldraskap.

### Vill du prata vidare om barn?

Ja  Vet ej  Nej

Det är bra att prova på hur det är att ta hand om en bebis.

Du får låna hem en babysimulator och pröva. Den fungerar som en riktig bebis. Babysimulatoren behöver äta, rapa, byta blöja, vaggas och sova.

Babysimulatoren har en dator inuti sig som registrerar hur du sköter om den.

När man provat på att sköta babysimulatoren blir det enklare att prata om vad som var lätt och vad som var svårt.

Då vet vi vad du kan behöva hjälp med om du blir förälder.

### Vill du låna en babysimulator?

Ja  Vet ej  Nej

Det är viktigt att personer i din omgivning vet om din funktionsnedsättning.

Då kan de ge dig det stöd som passar dig. Om personer i din omgivning förstår hur din funktionsnedsättning påverkar dig så ställer de lagom höga krav.

### Vill du att andra ska få information om din funktionsnedsättning?

Ja  Vet ej  Nej

