

Ad soyad _____ Başlangıç tarihi _____ Bakımını üstlendiğim yakını _____

İş	1. gün	2. gün	3. gün	4. gün	5. gün	6. gün	7. gün	Toplam süre	Kim üstlenebilir? aile toplantısında
İlaç düzenleme									
Yemek									
Banyo ve kişisel bakım									
Hekim randevuları									
Alışveriş									
Fatura ve resmî işler									
Gece kalkmaları									

Nasıl doldurulur?

- Bir hafta boyunca yaptığınız bakım işlerini yazın; her günün kutusuna işi ne zaman ya da ne kadar sürede yaptığınızı not edin.
- Hafta sonunda bir aile toplantısı yapın ve bu listeyi paylaşın.
- Uzakta yaşayanlar da iş üstlenebilir: randevu almak, faturaları takip etmek, düzenli telefonla aramak, haftada bir gün sizin yerinize gelmek. Kimin neyi üstlendiğini son sütuna yazın.