

میری زندگی کی کہانی



نام:

.....

براہ کرم مجھے مکمل کرنے میں مدد کریں۔
میری زندگی کی کہانی کی کتاب۔
یہ ہمیں ایک دوسرے کو جاننے میں مدد
کرے گا، اور مجھے کچھ مانوس چیز فراہم
کرے گا۔

یہاں تک کہ ہمیں معلوم ہو سکتا ہے کہ
ہمارے پاس چیزیں مشترک ہیں!
اس سے میرے موڈ کو پرسکون کرنے میں
مدد ملنی چاہیے، اور ہمیں بات کرنے کے لیے
بہت کچھ دینا چاہیے۔

اس سے ہمارے درمیان ایک خاص اعتماد
پیدا کرنے میں بھی مدد مل سکتی ہے، اور
سب سے اہم...

میری زندگی کی کہانی کی کتاب
ایک ساتھ مزہ کرنے میں ہماری مدد کرے گا!

میری زندگی کا تعارف

تاریخ پیدائش

.....

جائے پیدائش

.....

خاندان

ماں کا نام اور پیشہ

.....

.....

والد کا نام اور پیشہ

.....

.....

خاندان میں مقام: (یعنی سب سے بوڑھا، سب سے چھوٹا، درمیانی)

.....

.....

بہنوں اور بھائیوں کے نام: (سب سے بڑا)

.....

.....

.....

خاندان کے دیگر افراد

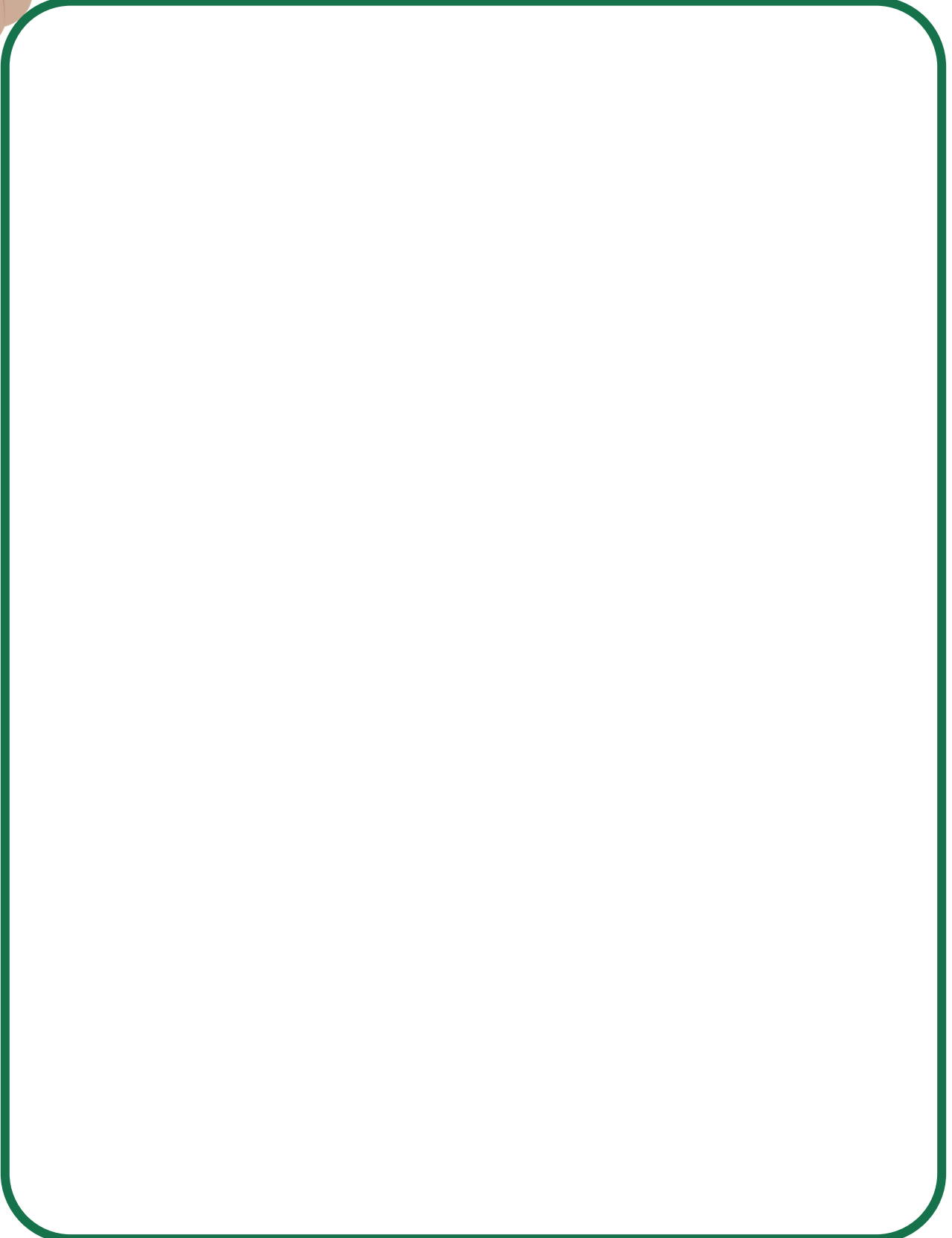
.....

.....

.....

رشتے

آپ شامل کر سکتے ہیں: والدین، دادا دادی، بچے، بہن بھائی، شوہر یا بیوی،
ساتھی، دوست یا پالتو جانور۔



میرا بچپن

آپ شامل کر سکتے ہیں:
جہاں آپ رہتے تھے، اسکول کی یادیں، اسباق اور اساتذہ، کھلونے اور کھیل۔



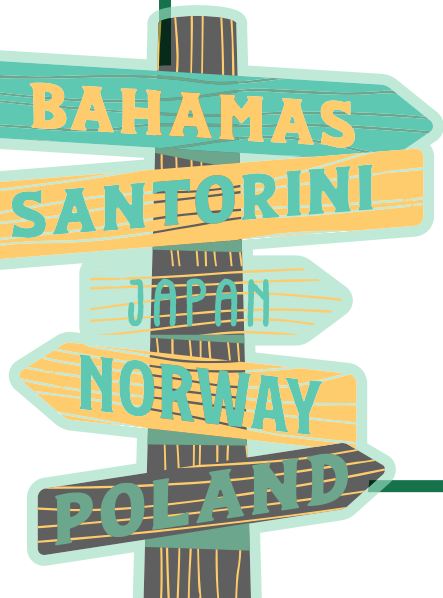
میری کام کی زندگی

آپ شامل کر سکتے ہیں:
پہلی نوکری، پسندیدہ کام، وہ کام جسے آپ ناپسند کرتے ہیں یا پسند کرتے ہیں، وہ کام
جو آپ کرنا چاہتے ہیں، کام کے ساتھی۔



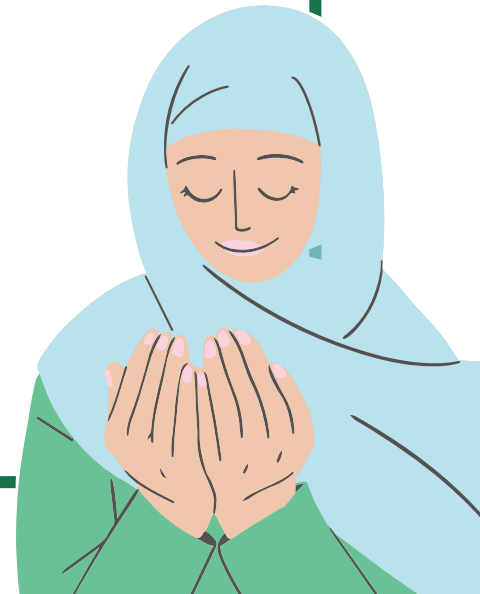
خاص مقامات

آپ شامل کر سکتے ہیں:
ایک خاص جگہ جہاں آپ رہتے تھے، تعطیلات، سیر و تفریح، جہاں آپ جانا چاہتے ہیں،
دیگر مقامات جو آپ کے لیے اہم ہیں۔



عقائد

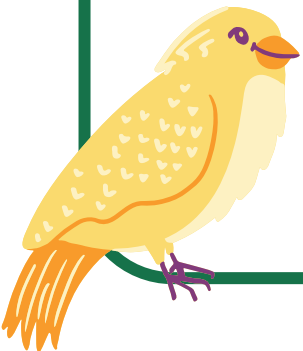
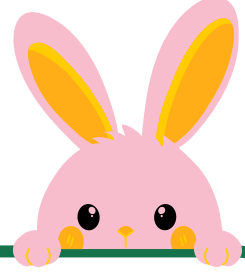
آپ شامل کر سکتے ہیں:
مذہبی یا روحانی عقائد، عبادت گاہیں جو آپ کے لیے
اہم ہیں۔





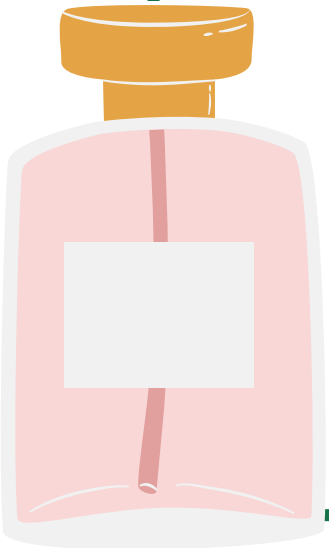
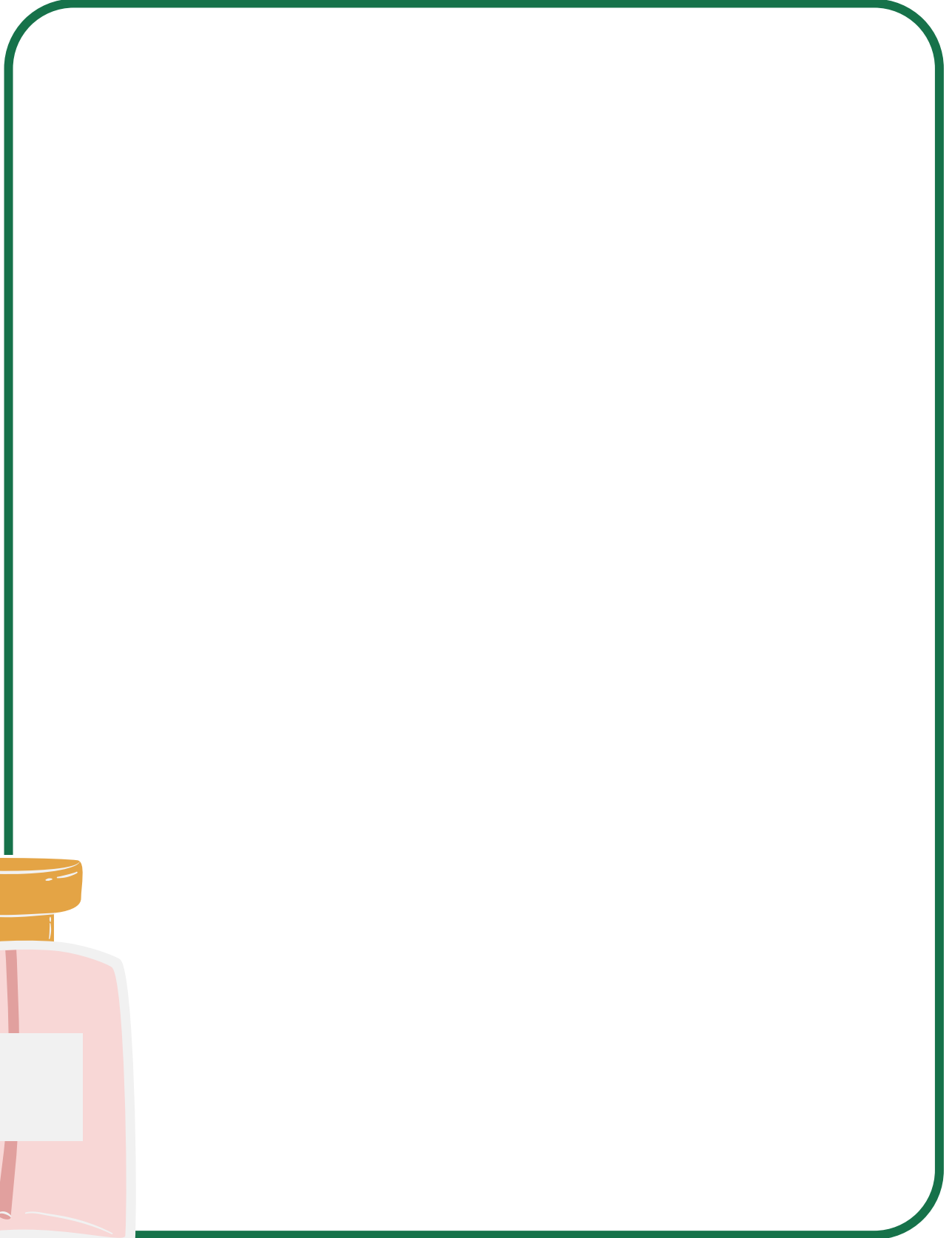
پالتو جانور

آپ شامل کر سکتے ہیں: وہ پالتو جانور جن سے آپ یا خاندان کے کسی فرد نے پیار کیا ہو۔



خوشبو آتی ہے۔

آپ شامل کر سکتے ہیں:
آپ کا پسندیدہ کھانا، خوشبو، پھول، خوشبو جو آپ کو خوشی کے
وقت کی یاد دلاتی ہے۔



وہ چیزیں جو میں پہننا پسند کرتا ہوں۔

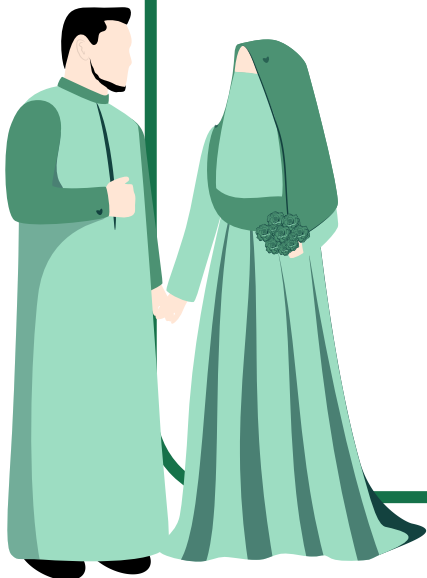
آپ شامل کر سکتے ہیں:

ایک خاص قمیض، پسندیدہ عبایا، چپل یا زیورات کا جوڑا



یادگار زندگی کے واقعات

آپ شامل کر سکتے ہیں:
شادی، بچوں کی پیدائش، کسی پیارے کو کھونا، سالگرہ، منہمی مواقع۔



سماجی سرگرمیاں

آپ شامل کر سکتے ہیں:
کھیل، خریداری، خیراتی کام، چلنا، کھانا پکانا، رقص



شوق اور دلچسپیاں

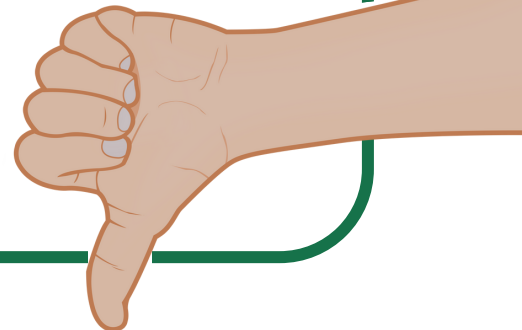
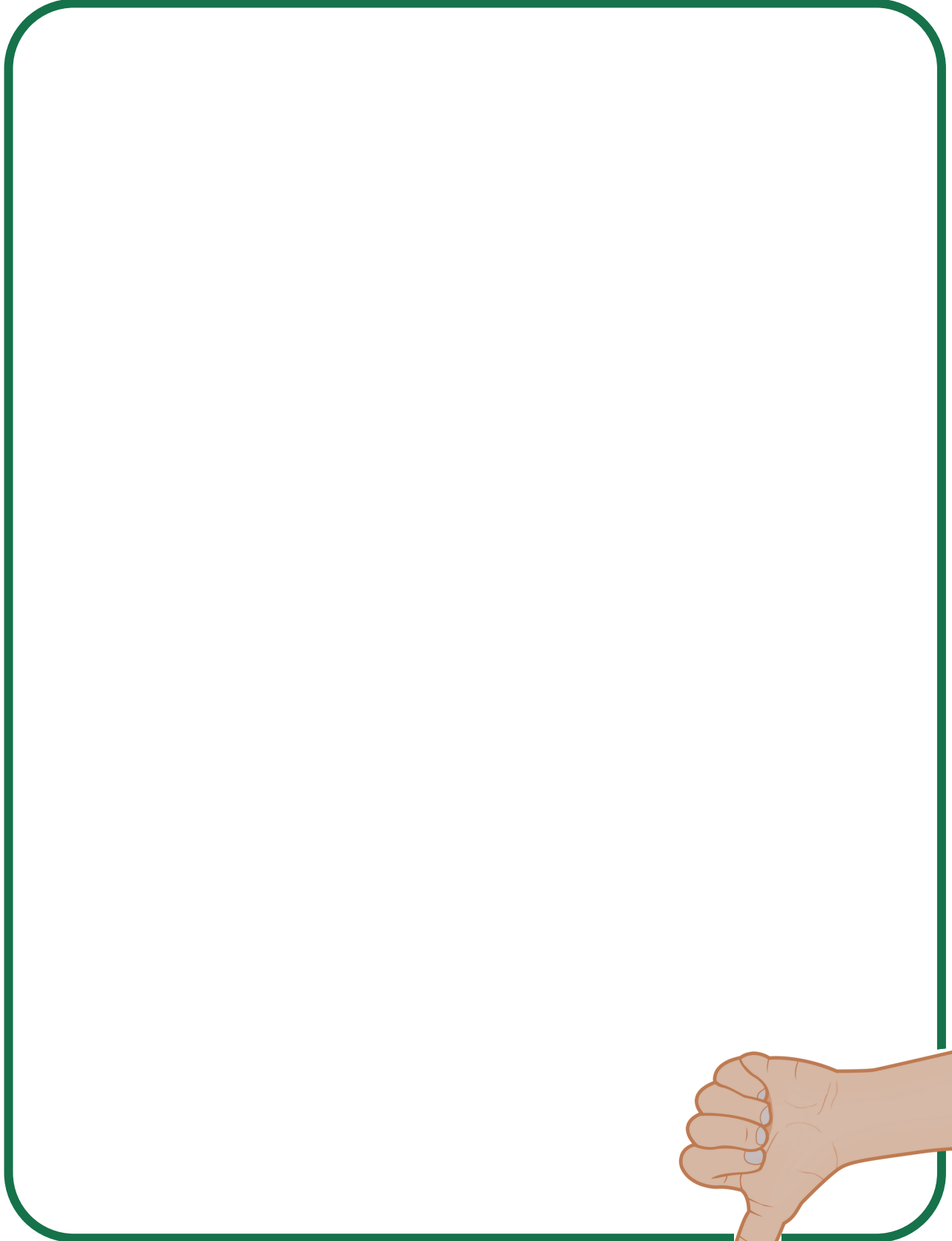
آپ شامل کر سکتے ہیں:
پسندیدہ ٹی وی پروگرام، ریڈیو، موسیقی، کتابیں، فنون اور دستکاری، باغبانی۔



پسند اور ناپسند

آپ شامل کر سکتے ہیں:

کھانا پینا، لباس، سرگرمیاں، خوشبو، ٹیکنالوجی، وہ مضامین جن کے بارے میں آپ بات کرنا پسند کرتے ہیں یا پسند نہیں کرتے۔



مجھے خوش کرتا ہے۔

آپ شامل کر سکتے ہیں:
وہ جگہیں جہاں آپ جانا پسند کرتے ہیں، پسندیدہ موسیقی،
خاص لوگ، وہ چیزیں جو آپ بنانا یا کرنا پسند کرتے ہیں۔



مجھے اداس کرتا ہے۔

آپ شامل کر سکتے ہیں:
کسی پیارے یا کچھ گانوں کا نقصان۔
(لیکن اس کے بارے میں زیادہ مت سوچیں!)



میرے لیے اہم چیزیں

آپ شامل کر سکتے ہیں:
لوگ، خصوصی اشیاء، اقدار یا خیراتی ادارے



میری زندگی اب

آپ شامل کر سکتے ہیں:
وہ چیزیں جو اب آپ کے لیے اہم ہیں جیسے کھانا، ظاہری شکل، موسیقی، معمولات۔
کیا آپ کو مدد یا مدد کی ضرورت ہے؟



"میں جانتا ہوں کہ مجھے
...اچھا لگتا ہے جب میں



Springhill Hospice
براڈ لین، روچڈیل OL16 4PZ
01706 649920

www.springhill.org.uk

گارنٹی نمبر 2325905 رجسٹرڈ چیریٹی نمبر
کے ذریعے کمپنی لمیٹڈ کے طور پر شامل 701798

یہ کتابچہ ان معلومات کا استعمال کرتے
نمئے بنایا گیا تھا
ڈیمنشیا یو کے اور اسپرنگ ہل کی ماہر
ڈیمنشیا نرس
مارگریٹ ڈیگل