

Baloratutako pertsonaren datuak / Datos de la persona valorada

Izen-abizenak
Nombre y Apellidos

Jarduera bakoitzerako, markatu X bat hurbilen duzun balioaren gainean. Lerro bakoitzeko X bat bakarrik markatu behar duzu.

0=Ez dago zailtasunik; 1=Zailtasun arina; 2=Zailtasun ertaina; 3=Zailtasun larria; 4=Zailtasun osoa; 8=Zehaztu gabeko zailtasuna; 9=Ez aplikagarria (azken hilabetean egin gabeko jarduerak)

Marque para cada tarea con una X sobre el valor que considere más aproximado, solo debe marcar una X por cada fila.

0=No hay dificultad; 1=Dificultad ligera; 2=Dificultad moderada; 3=Dificultad grave; 4=Dificultad completa; 8=Dificultad sin especificar; 9=No aplicable (actividad no realizada en el último mes)

Ikaskuntza eta ezagutzaren aplikazioa / Aprendizaje y aplicación del conocimiento	0	1	2	3	4	8	9
Irakurri eta idatzi (liburu bat, egunkari bat irakurri, testu bat edo gutun bat idatzi) Leer y escribir (leer un libro, periódico, escribir un texto o una carta)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Problemak ebaztea (arazo baten alderdi, aukera eta soluzioak identifikatu, aztertu eta ebatzi ahal izatea, adibidez, zer egin argia etxean joanez gero, edo nola saiatu eztabaida bat konpontzen...) Resolver problemas (poder identificar, analizar y resolver los distintos aspectos, opciones y soluciones de un problema como, por ejemplo, qué hacer si se va la luz en casa, o como intentar resolver una discusión, ...)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Erabakiak hartzea (jaketxe batean zer janari hartu erabaki ahal izatea, zer produktu erosi, antzeko produktu bat baino gehiago izanda, ikuskizun jakin batera joan...) Tomar decisiones (poder decidir sobre qué comida tomar en un restaurante, qué producto comprar teniendo varios similares, ir a un determinado espectáculo, ...)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Zereginak eta eskaera orokorrak / Tareas y Demandas Generales	0	1	2	3	4	8	9
Zeregin bat burutzea (ataza bat hasia, horretan kontzentratzea eta modu eta denbora egokian amaitzea) Llevar a cabo una tarea (iniciar una tarea, concentrarme en ella y finalizarla de forma y tiempo adecuados)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Eguneroko errutinak egitea (egunean zehar egindako jarduerak eta zereginak planifikatzea eta osatzea, jaikitzen naizenetik oheratu arte egun normal bateko jarduerak guztiak egiteko gai izatea) Llevar a cabo rutinas diarias (planificar y completar las diversas actividades y tareas que realizo a lo largo del día, ser capaz de llevar a cabo todas las actividades de un día normal desde que me levanto hasta que me acuesto)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Estresa eta beste eskaera psikologiko batzuk maneiatzea (erantzukizuna eskatzen duten jarduerak egiteko gai izatea, hala nola lan-elkarrikeria bat izatea, trafiko trinkoan gidatzea edo adingabeak edo adineko pertsona bat zaintzea) Manejo de estrés y otras demandas psicológicas (ser capaz de llevar a cabo actividades que requieren de responsabilidad, como tener una entrevista de trabajo, conducir en tráfico denso o cuidar menores o una persona mayor)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Komunikazioa / Comunicación	0	1	2	3	4	8	9
Elkarrikeria (beste pertsona batzuekin komunikatzea ahozko, idatzizko edo zeinuzko hizkuntzaren bidez) Conversación (comunicarme con otras personas mediante lenguaje oral, escrito, de signos)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Komunikazio-aparatuek eta -teknikak erabiltzea (telefono finkoak, mugikorrak, ordenagailuak, komunikazio-sistema alternatiboak eta handigarriak, etab.) Utilización de aparatos y técnicas de comunicación (como teléfonos fijos, móviles, ordenadores, sistemas alternativos y aumentativos de comunicación, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mugikortasuna / Movilidad	0	1	2	3	4	8	9
Oinarritzko gorputz-jarrerak aldatzea (zutik jarri, etzan, eseri) Cambiar las posturas corporales básicas (poder ponerme de pie, tumbarme, sentarme)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mugitu (joan nahi duan lekuraino iritsi, modu independentean edo ekipamenduren bat erabiliz, hala nola gurrpil-aulkia, makuluak, taka-taka, makila, txakur gidaria, etab.) Desplazarse (Llegar hasta el lugar donde quiero ir, ya sea de forma independiente o utilizando algún tipo de equipamiento como silla de ruedas, muletas, andador, bastón, perro guía, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Objektuak jaso eta eramane (hala nola maleta bat, haur bat, edalontzi bat, lapiko bat) Levantar y llevar objetos (como una maleta, un niño, un vaso, una cacerola)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Garraibideak erabiltzea (autobusa, metroa, taxia, etab. bezalako garraibideak erabiliz, iritsi nahi dudan lekuraino heltzeko gai izatea) Utilización de medios de transporte (llegar hasta el lugar donde quiero ir siendo capaz de utilizar medios de transporte como el autobús, metro, taxi, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Gidatzea (autoa, motordun trizikloa, bizikleta, motorra eta abar) Conducción (Conducir vehículos como un coche, triciclo a motor, bicicleta, moto, ...)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Autozaintza / Autocuidado	0	1	2	3	4	8	9
Garbitzea (bainatu, dutexatu, lehortu, eskuak garbitu, etab.) Lavarse (bañarme, ducharme, secarme, lavarme las manos, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Gorputzeko atalak zaintzea (hortz-haginak eskuilatzea, bizarra moztea, orraztea, azazkalak moztea, etab.) Cuidado de las partes del cuerpo (cepillarme los dientes, afeitarme, peinarme, cortarme las uñas, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Iraizketa-prozesuekin lotutako higiene pertsonala (komuna erabiltzea, premia adieraziz, leku egokira joatea, jarrera egokia hartu ahal izatea, garbitzea, nire arropa manipulatzeko, konpresak edo pixoiak aldatzea) Higiene personal relacionada con los procesos de excreción (usar el servicio incluyendo el indicar la necesidad, acudir al lugar adecuado, el poder adoptar la postura correcta, limpiarme, manipular mi ropa, cambio de compresas o pañales en caso de usarlos)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Janzte (jantzi nahi dudana arropa aukeratu, eta arropa eta oinetakoak hartu, jantzi eta kendu) Vestirse (elegir la ropa que quiero ponerme y poder alcanzarla, ponerme y quitarme la ropa y el calzado)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Jatea (mahaian zerbitzatutako elikagaia modu egokian jan ahal izatea) Comer (poder comer de manera adecuada los alimentos ya servidos en la mesa)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Edatea (edaria hainbat ontzitatik lortu eta zerbitzatu, edan ahal izateko, botilak eta latak ireki) Beber (obtener y servirme bebida desde diferentes recipientes para poder beber, abrir botellas y latas)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Norberaren osasuna zaintzea (hitzordu medikoak eskatzea, beharrezko botikak hartzea, arriskuak saihesteko gai izatea, larrialdi batean laguntza eskatu ahal izatea) Cuidado de la propia salud (solicitar citas médicas, tomar la medicación necesaria, ser capaz de evitar riesgos, poder pedir ayuda ante una urgencia)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Etxeko bizitza / Vida doméstica	0	1	2	3	4	8	9
Ondasunak eta zerbitzuak erostea (erosketa-produktuak erostea, garraiatzea eta biltegiatzea) Adquisición de bienes y servicios (hacer la compra, transportar y almacenar los productos de la compra)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Janariak prestatzea (plater erraz eta konplexuak prestatu eta mahaian zerbitzatu) Preparar comidas (cocinar platos sencillos y complejos y servir en la mesa)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Etxeko lanak egitea (etxea garbitu, platerak eta baxera garbitu, arropa garbitu eta gorde, etab.) Realizar los quehaceres de la casa (limpiar la casa, lavar los platos y la vajilla, lavar y guardar la ropa, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Interakzioa eta pertsonen arteko harremanak/Interacción y relaciones interpersonales	0	1	2	3	4	8	9
Harreman sozial informalak (harremanak izatea eta ondo konpontzea lagunekin, auzokoekin edo ezagunekin, gauza komunak ditugun pertsonekin) Relaciones sociales informales (relacionarme y llevarme bien con amistades, personas vecinas o conocidas, personas que tenemos cosas en común)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Familia-harremanak (harremanak izatea eta harreman horiekin ondo moldatzea) Relaciones familiares (relacionarme y llevarme bien con los diferentes familiares)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Harreman intimokoak (afektua erakustea nire harremanetan, hala nola besarkadak, laztanak, musuak, etab., bai sentimentalek, ezkontzakoak, sexualak, etab.) Relaciones íntimas (mostrar afecto en mis relaciones como abrazos, caricias, besos, etc., tanto sentimentales, conyugales, sexuales, etc.)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Bizitzaren eremu nagusiak / Áreas principales de la vida	0	1	2	3	4	8	9
Araututako hezkuntza eta/edo eskola-hezkuntza (ikasle gisa ditugun erantzukizunak eta/edo lan-prestakuntzako ikastaroez arduratzea) Educación no reglada y/o escolar (ocuparme de mis responsabilidades como estudiante y/o cursos de formación laboral)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ordaindutako lana (lanpostuaren betebeharrak bete ahal izatea) Trabajo remunerado (poder llevar a cabo las obligaciones del puesto de trabajo)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Oinarritutako transakzio ekonomikoak (nire finantzak dirua erabiliz maneiatzea, etxeko ekonomia, nire banku-kontuak eta abar kudeatuz) Transacciones económicas básicas (manejar mis finanzas usando el dinero, gestionando la economía doméstica, mis cuentas bancarias, ...)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Bizitza komunitarioa, soziala eta zibikoa / Vida comunitaria, social y cívica	0	1	2	3	4	8	9
Komunitate-bizitza (elkartetean, gizarte-klubetan, zeremonietan, jaietan... parte hartzea) Vida comunitaria (participar en asociaciones, clubes sociales, ceremonias, fiestas, ...)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Denbora libre eta aisialdia (erlaxatzen eta gozatzen lagunduko didaten jarduerak egitea, hala nola kirola egitea, zinemara edo futbolera joatea, telebista ikustea edo txangoak egitea...) Tiempo libre y ocio (realizar actividades que me ayuden a relajarme y disfrutar como hacer deporte, acudir al cine, o al fútbol, ver la televisión o ir de excursión, ...)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Erljioa eta espiritualtasuna (nire balio eta sinesmenekin lotutako jarduerak behar bezala egitea) Religión y espiritualidad (realizar de forma satisfactoria las actividades relacionadas con mis valores y creencias)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

(e)n, 20 e)ko. e)(a)n

En a. de. .20

Baloratutako pertsonaren sinadura / Firma de la persona valorada	Dokumentua betetzen duen pertsonaren sinadura /Firma de la persona que cumplimenta el documento Erlazioa /Relación:
--	---