

Lebens-Fertigkeiten

1 = kaum; 2 = geht so; 3 = mehrfach geübt

Ich kann ...	1	2	3
Wäsche sortieren			
Waschmaschine bedienen			
Wäsche aufhängen			
Wäsche zusammenlegen und in Schränke räumen			
Wäsche bügeln			
Nagel einschlagen			
Nagel mit Zange ziehen			
Mit der Wasserwaage etwas ausmessen			
Staub wischen			
Staub saugen			
Toilette putzen			
Waschbecken putzen			
Fußboden eines Zimmers nass wischen			
Badezimmer komplett säubern			
Müll sortieren			
Fahrradreifen aufpumpen			
Spülen mit der Hand			
Spülmaschine richtig einräumen			
Knopf annähen			
Naht zunähen			
Blume umtopfen			
Rasentrimmer bedienen			

Ich kann ...	1	2	3
Einkaufen: preisgünstige Lebensmittel in Geschäften finden			
Großeinkauf im Auto verpacken			
Großeinkauf zu Hause verräumen			
Weiß, wie man Kartoffeln, Nahrungsmittel, Gefriergut aufbewahrt			
Kenne Grundregeln der guten Etikette: für Ältere aufstehen, sich bedanken nach Geschenken, Ältere zuerst begrüßen, Platz anbieten			
Tisch mit Tablett abräumen			
vollen Staubsauger entleeren			
Lampenbirnen wechseln			
Die richtige Sicherung finden, wenn eine rausgeflogen ist			
Beim Fahrrad einen Reifen flicken, incl. Rad aus- und einbauen			
Beim Fahrrad Bremsen einstellen			
Beim Fahrrad die Gangschaltung einstellen			
Ein Päckchen mit der Post verschicken			
Eine Wandschraube anbringen			
Die verschiedenen Sorten von Schrauben unterscheiden: Holz-, Wand-, Metallgewindeschraube			
Ein Loch in der Wand schließen			
Kabelbinder zur Befestigung verwenden			
Eine Lochzange bedienen (z. B. um weitere Löcher in einen Gürtel zu machen)			
Kaffee kochen			
Verstopften Abfluss wieder frei bekommen			
Ein Taxi bestellen			
Die Nummer vom ärztlichen Notdienst herausfinden			
Die Nummer der Giftnotrufzentrale herausfinden			

