

HENKILÖKOHTAISEN AVUN LOMAKE

Tämä lomake auttaa Sinua avun ja tuen tarpeitasi miettimisessä ja sopivan avustajan löytämisessä

Nimi: Lähiosoite: Postitoimipaikka:	Sosiaaliturvatunnus: Puhelin:
---	----------------------------------

Lähiomainen

Nimi: Lähiosoite: Postitoimipaikka	Puhelin: GSM-puhelin: Sähköposti:
--	---

Sosiaalityöntekijä

Nimi: Lähiosoite: Postitoimipaikka:	Puhelin: GSM-puhelin: Sähköposti:
---	---

Edunvalvoja

Nimi: Lähiosoite: Postitoimipaikka	Puhelin: GSM-puhelin: Sähköposti:
--	---

Työ/opiskelupaikan yhteyshenkilö

Nimi: Lähiosoite: Postitoimipaikka	Puhelin: GSM-puhelin: Sähköposti:
--	---

Montako tuntia kuukaudessa kaupunki on myöntänyt sinulle henkilökohtaista apua?





Millaista tukea saat nyt elämässäsi (kotipalvelu, vanhemmat, tukihenkilö)?


TUEN TARPEET

Vammaispalvelulaissa sanotaan, että voit saada henkilökohtaista apua erilaisiin asioihin elämässäsi. Missä asioissa sinä tarvitset apua?

Valitse seuraavasta taulukosta mielestäsi oikea vaihtoehto, paljonko tarvitset kuhunkin asiaan apua.

Merkitse myös, tarvitsetko apua yleensä aamulla, päivällä vai illalla.

<p>Päivittäiset toimet kodissasi Tämä tarkoittaa esimerkiksi</p>  <ul style="list-style-type: none">• pukeutumista• siivousta• hygieniasta huolehtimista• vaatteiden pesua• ruoanlaittoa• tiskausta	<p>Tarvitsen apua</p> <p><input type="checkbox"/> en lainkaan</p> <p><input type="checkbox"/> vähän</p> <p><input type="checkbox"/> jonkin verran</p> <p><input type="checkbox"/> paljon</p>	<p>Tarvitsen näihin asioihin apua yleensä</p> <p><input type="checkbox"/> aamulla</p> <p><input type="checkbox"/> päivällä</p> <p><input type="checkbox"/> illalla</p>
<p>Päivittäiset toimet kotisi ulkopuolella Tämä tarkoittaa esimerkiksi</p>  <ul style="list-style-type: none">• liikkumista• asioimista• käymistä esimerkiksi ruokakaupassa, vaateostoksilla virastossa tai kirjastossa• tai hoitaessasi muita päivittäisiä asioitasi	<p>Tarvitsen apua</p> <p><input type="checkbox"/> en lainkaan</p> <p><input type="checkbox"/> vähän</p> <p><input type="checkbox"/> jonkin verran</p> <p><input type="checkbox"/> paljon</p>	<p>Tarvitsen näihin asioihin apua yleensä</p> <p><input type="checkbox"/> aamulla</p> <p><input type="checkbox"/> päivällä</p> <p><input type="checkbox"/> illalla</p>
<p>Harrastukset Tämä tarkoittaa</p>  <ul style="list-style-type: none">• niitä harrastuksia, joita sinulla jo on• niitä harrastuksia, joita haluaisit kokeilla	<p>Tarvitsen apua</p> <p><input type="checkbox"/> en lainkaan</p> <p><input type="checkbox"/> vähän</p> <p><input type="checkbox"/> jonkin verran</p> <p><input type="checkbox"/> paljon</p>	<p>Tarvitsen näihin asioihin apua yleensä</p> <p><input type="checkbox"/> aamulla</p> <p><input type="checkbox"/> päivällä</p> <p><input type="checkbox"/> illalla</p>
<p>Yhteiskunnallinen osallistuminen Tämä tarkoittaa esimerkiksi</p>  <ul style="list-style-type: none">• tilaisuuksissa, tapahtumissa, konserteissa tai jääkiekko-otteluissa käymistä• jonkin yhdistyksen toimintaan osallistumista	<p>Tarvitsen apua</p> <p><input type="checkbox"/> en lainkaan</p> <p><input type="checkbox"/> vähän</p> <p><input type="checkbox"/> jonkin verran</p> <p><input type="checkbox"/> paljon</p>	<p>Tarvitsen näihin asioihin apua yleensä</p> <p><input type="checkbox"/> aamulla</p> <p><input type="checkbox"/> päivällä</p> <p><input type="checkbox"/> illalla</p>

<p>Sosiaalisen vuorovaikutuksen ylläpitäminen</p>  <p>Tämä tarkoittaa esimerkiksi ystäviesi tai sukulaistesesi tapaamista kodissasi tai vaikkapa kahvilassa</p>	<p>Tarvitsen apua</p> <p><input type="checkbox"/> en lainkaan</p> <p><input type="checkbox"/> vähän</p> <p><input type="checkbox"/> jonkin verran</p> <p><input type="checkbox"/> paljon</p>	<p>Tarvitsen näihin asioihin apua yleensä</p> <p><input type="checkbox"/> aamulla</p> <p><input type="checkbox"/> päivällä</p> <p><input type="checkbox"/> illalla</p>
---	---	---

Kerro vielä omin sanoin, millaisissa asioissa tarvitset usein apua tai tukea

Päätöksenteko

Päätän itse omasta elämästäni. Saatan kuitenkin tarvita tukea joidenkin asioiden miettimisessä ja päätöksen tekemisessä.

Näitä asioita ovat esimerkiksi:

Minkälaista tukea haluan päätöksentekoon näissä asioissa?

MINULLE TÄRKEÄT ASIAT

Mitä harrastuksia minulla on?

Mitä harrastuksia haluaisin kokeilla?

Millaisista asioista pidän?

Millaisista asioista en pidä?

Mitä asioita haluaisin ensisijaisesti avustajan avulla pystyä tekemään?

AVUSTAJA

Nämä tiedot voivat auttaa sinua oikeanlaisen avustajan löytämisessä.

Tapoja henkilökohtaisen avun järjestämiseksi on useita:

- kotikuntani voi järjestää henkilökohtaisen avun itse
- kotikuntani voi ostaa avustajapalvelun joltakin yritykseltä tai
- kotikuntani voi antaa minulle palvelusetelin avustajapalveluiden hankkimista varten.
- Voin myös toimia itse avustajani työnantajana.

Jos toimin työnantajana, hoidan seuraavat asiat: avustajan etsiminen ja palkkaaminen, työsopimuksen tekeminen, työhdoista sopiminen, työsuhteesta ja työajoista huolehtiminen, palkan ja työnantajamaksujen maksaminen tai tilitoimiston käyttö. Esimerkiksi Kynnys ry järjestää koulutusta työnantajana toimimisen avuksi.

Vaikka en itse hoitaisi työnantajan tehtäviä, toimin kuitenkin avustajani työnjohtajana.

Haluan, että avustajan työnantajuuden hoitaa joku muu kuin minä

kyllä ei

Avustajan sukupuoli

Avustajani tulisi olla nainen Avustajani tulisi olla mies Sukupuolella ei ole väliä

Mitä asioita avustajan tulisi osata?

(esimerkiksi tukea minua kommunikoinnissani tai osata joitain tiettyjä toimenpiteitä)

Mitä ominaisuuksia avustajallani tulisi mielestäni olla?

KOMMUNIKOINTI

Mikäli et aina pysty kertomaan sanoilla asioitasi, voit täyttää tämän taulukon. Voit pyytää apua taulukon täyttämiseen vaikka vanhemmiltasi tai muilta läheisiltä ihmisiltä, jotka tuntevat sinut hyvin.

Tämä auttaa avustajaa tietämään, mitä tarkoitat. Näin hän osaa avustaa sinua parhaiten.

Kuvaile ensiksi taulukkoon, mihin tilanne liittyy. Kirjoita, mitä yleensä sanot tai teet tässä tilanteessa. Kirjoita myös, mitä avustajasi tulisi tällöin tehdä. Voit tarvittaessa jatkaa taulukkoa erilliselle sivulle.

Tilanne	Mitä yleensä sanon tai teen tässä tilanteessa	Mitä tällöin tulee tehdä

Erityistä huomioitavaa

Lääkitys

- Minulla on lääkitys Minulla ei ole lääkitystä
- Huolehdin itse lääkkeistä Joku muu huolehtii lääkkeistäni, kuka _____
- Avustajan tulisi huolehtia tarvittaessa lääkkeistäni. Täytä tällöin erillinen lääkekortti ja anna se avustajalle.

Epilepsia

- Minulla on epilepsia. Kuinka usein kohtauksia esiintyy? _____
- Kun minulla on epilepsia-kohtaus, miten tällöin tulee toimia? _____
- _____
- _____

Liikkumisen apuvälineet

- Käytän pyörätuolia
- Käytän muuta liikkumisen apuvälinettä. Mitä? _____

Diagnoosi

- Minulla on kehitysvammadiagnoosi. Mikä? _____

Ruokavalio ja allergiat

- Minulla ei ole allergioita tai erityistä ruokavaliota
- Laktoositon ruoka Vähälaktoosinen ruoka (hyla)
- Keliakia Diabeetikon ruokavalio
- Kasvisruoka Vähärasvainen ruoka
- Soseutettu ruoka
- Muu ruokavalio. Mikä? _____
- Muu ruoka-aineallergia. Mikä? _____
- Lääkeaineallergia. Mikä? _____
- Muu allergia tai yliherkkyys. Mikä? _____

Ruokailussa huomioitavaa

Muuta huomioitavaa

Allekirjoitukseni

Paikka ja päivämäärä: _____

Allekirjoitus

Nimen selvennys