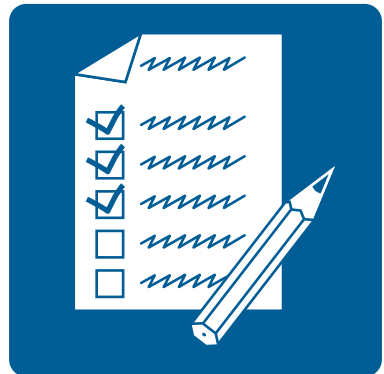


Muuton muistilistani



Mitä Muuton muistilistani sisältää?

1. Minun tietojani	4
2. Minulle tärkeiden ihmisten yhteystietoja	5
3. Muuttooni liittyviä tietoja	6
4. Muuttoapuun liittyviä tietoja	7
5. Tutustumiskäyntini uuteen kotiin	8
6. Uuden kotini työntekijöiden vierailut nykyiseen kotiin	9
7. Ryhmätapaamiset muuton suunnittelua varten	9
8. Muuttoon liittyvät sopimukset ja ilmoitukset	10
9. Huonekalujen ja tavaroiden hankkiminen	11
10. Kommunikointini apuvälineet	12
11. Muut apuvälineeni	13
12. Työntekijöiden ohjaus apuvälineiden käytössä	14
13. Yksilöllistä elämääni tukevat suunnitelmat ja toimintakykyni arvioinnit	15
14. Hyvää elämääni ja sujuvaa arkeani tukevat palvelut	16
15. Toimintakykyni kuntoutus	18
16. Terveystieteiden	19
17. Raha-asioiden hoitaminen	21
18. Muita asioita, jotka on selvitettävä ja hoidettava ennen muuttoani	22

Muuton muistilistani

Muuton muistilistani -vihko
kertoo muuttamisen asioista.
Muistilista auttaa minua suunnittelemaan
muuttoa uuteen kotiin.
Siitä on apua myös minua muutossa tukeville ihmisille.

Muistilistaan kirjoitetaan minua
ja muuttoani koskevia tietoja.
Näitä tietoja ovat esimerkiksi

- tutustumiskäyntini uuteen kotiin
- ja muuton ajankohta
- sekä apu, jota tarvitsen muuttamisessa.

Muistilistassa on muuttoon liittyviä käytännön asioita.
Käytännön asiat ovat niitä asioita,
jotka on selvitettävä
ja hoidettava ennen muuttoa.

Alan täyttämään Muuton muistilistaani heti,
kun uusi kotini on tiedossa.
Voin täyttää muistilistaa yhdessä
muutossa minua tukevien ihmisten kanssa.

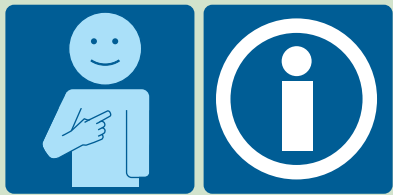
Vihko on kirjoitettu selkokielellä.
Selkokieli on helposti ymmärrettävää kieltä.
Selkokielessä on lyhyitä lauseita ja tuttuja sanoja.
Alla oleva merkki
on eurooppalaisen selkokielen materiaalin merkki.
Se auttaa ihmisiä tunnistamaan,
että kyseessä on selkokielen materiaali.



(kuvan lähde: Inclusion Europe)

Vihkossa on muuttamiseen liittyviä kuvia.
Kuvat helpottavat asioiden ymmärtämistä.

1. Minun tietojani



1. Nimeni ja kutsumanimeni



2. Henkilötunnukseni



3. Nykyisen kotini osoite



4. Puhelinnumeroni



5. Sähköpostiosoitteeni



6. Muita tärkeitä tietoja minusta

2. Minulle tärkeiden ihmisten yhteystietoja



1. Läheiseni
nimi ja yhteystiedot



2. Läheiseni
nimi ja yhteystiedot



3. Edunvalvojani
nimi ja yhteystiedot



4. Tukihenkilöni vanhassa kodissani
nimi ja yhteystiedot



5. Tukihenkilö uudessa kodissani
nimi ja yhteystiedot



6. Joku muu minulle muutossa tärkeä ihminen
nimi ja yhteystiedot

3. Muuttooni liittyviä tietoja



1. Uuden kotini osoite



2. Päivämäärä, jolloin muutan uuteen kotiini



3. Muuttoauto, joka kuljettaa tavarani uuteen kotiini yhteystiedot



4. Muuttoauton tulon ajankohta

Kellonaika, jolloin muuttoauto tulee hakemaan tavarani.



5. Muuttoauton perille tulon ajankohta

Kellonaika, jolloin muuttoauto on perillä uudessa kodissani.



6. Muuta tärkeää muistettavaa

4. Muuttoapuun liittyviä tietoja



1. Apu tavaroiden pakkaamisessa

En tarvitse ☐ Tarvitsen ☐ Kuka auttaa minua?



2. Apu tavaroiden kantamisessa muuttoautoon

En tarvitse ☐ Tarvitsen ☐ Kuka auttaa minua?



3. Apu tavaroiden kantamisessa muuttoautosta kotiini

En tarvitse ☐ Tarvitsen ☐ Kuka auttaa minua?



4. Siivousapu vanhassa kodissani

En tarvitse ☐ Tarvitsen ☐ Kuka auttaa minua?



5. Siivousapu uudessa kodissani

En tarvitse ☐ Tarvitsen ☐ Kuka auttaa minua?



6. Apu huonekalujen kokoamisessa

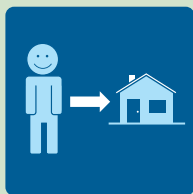
En tarvitse ☐ Tarvitsen ☐ Kuka auttaa minua?



7. Apu kotini sisustamisessa

En tarvitse ☐ Tarvitsen ☐ Kuka auttaa minua?

5. Tutustumiskäyntini uuteen kotiini



Milloin? Mihin aikaan? Kuka tulee?	1. Käynti	2. Käynti	3. Käynti
			
			
			

Muut tärkeät tutumiskäyntini esimerkiksi uuteen työpaikkaani

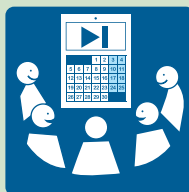
Mihin? Milloin?	1. Käynti	2. Käynti	3. Käynti
			
			

6. Uuden kotini työntekijöiden vierailut nykyiseen kotini



Kuka tulee? Milloin tulee?	1. Vierailu	2. Vierailu	3. Vierailu
			
			

7. Ryhmätapaamiset muuton suunnittelua varten



Milloin? Ketkä tulevat?	1. Tapaaminen	2. Tapaaminen	3. Tapaaminen
			
			

8. Muuttoon liittyvät sopimukset ja ilmoitukset



X rasti oikeaan kohtaan	Tarvitsenko tehdä?		On tehty	On toimitettu.
	kyllä	ei		
vuokrasopimus				
muuttoilmoitus maistraattiin tai postiin				
osoitteenmuutos ystäville ja sukulaisille				
osoitteenmuutos työ- tai opiskelupaikkaan				
osoitteenmuutos harrastuspaikkoihin				
osoitteenmuutos kirjastoon				
osoitteenmuutos vakuutusyhtiölle				
ilmoitus kiinteistön sännöitsijälle (taloyhtiölle)				
sähkösovimuksen irtisanominen				
sähkösovimus uuteen osoitteeseen				
vesimittarin luku vanhassa osoitteessa/irtisanominen				
internet-yhteyden siirto tai uusi sopimus				
vakuutusturvan tarkistus				
muu, mikä?				

9. Huonekalujen ja tavaroiden hankkiminen

[illegible]

10. Kommunikointini apuvälineet



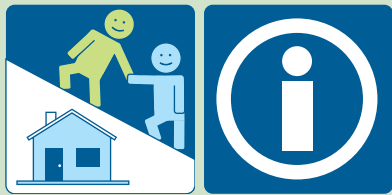
X rasti oikeaan kohtaan	On käytössäni. Otan mukaan uuteen kotiini.	Minulla ei ole vielä, mutta tarvitsen.	Kuka auttaa minua hankinnassa tai teossa?	En tarvitse.
kommunikaatio-passi				
kommunikaatio-kansio				
kommunikaatio-painike				
kommunikaatio-laite				
kuva-materiaali				
viittoma-materiaali				
tietokone				
tietokone-ohjelmat				
muu, mikä?				
muu, mikä?				
muu, mikä?				

11. Muut apuvälineeni



X rasti oikeaan kohtaan	On käytössäni. Otan mukaan uuteen kotiini.	Minulla ei ole vielä, mutta tarvitsen.	Kuka auttaa minua hankinnassa?	En tarvitse.
pyörätuoli				
seisomateline				
erityissänky				
nostolaite				
WC-tuoli				
suihkutuoli				
suihkualusta				
muu, mikä?				
muu, mikä?				
muu, mikä?				
muu, mikä?				
muu, mikä?				

12. Työntekijöiden ohjaus apuvälineiden käytössä

[illegible]

13. Yksilöllistä elämääni tukevat suunnitelmat ja toimintakykyni arvioinnit



X rasti oikeaan kohtaan	On tehty. Milloin?	On tarkistettu. Milloin?	Ei ole tehty. Pitää tehdä!	Kuka huolehtii tekemisestä?
palvelusuunnitelma				
erityishuolto-ohjelma				
hoito- ja kuntoutussuunnitelma				
yksilökeskeinen elämäni -suunnitelma				
turvasuunnitelma				
muu, mikä?				
Toimi				
Psyto				
muu, mikä?				

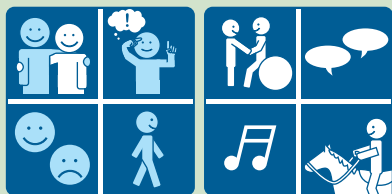
14. Hyvää elämääni ja sujuvaa arkeani tukevat palvelut



X rasti oikeaan kohtaan	Minulle on jo myönnetty tämä palvelu.	Minulla ei ole vielä tätä palvelua, mutta tarvitsen sitä.	Kuka auttaa minua palvelun saamisessa?	En tarvitse tätä palvelua.
henkilökohtainen apu				
kuljetuspalvelu				
saattajapalvelu				
päivätoiminta				
työtoiminta				
työhön valmennus				
muu avustaja				
tulkkipalvelu				
kotipalvelu				
kotisairaanhoido				

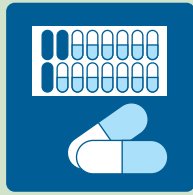
X rasti oikeaan kohtaan	Minulle on jo myönnetty tämä palvelu.	Minulla ei ole vielä tätä palvelua, mutta tarvitsen sitä.	Kuka auttaa minua palvelun saamisessa?	En tarvitse tätä palvelua.
eläke				
nuoren kuntoutus- raha				
eläkettä saavan hoitotuki				
eläkkeensaajien asumistuki				
toimeentulo- tuki				
ylimääräiset erityisravinto- kustannukset				
ylimääräiset vaate- kustannukset				
eläkeläiskortti linja-autolla matkustamiseen				
eläkeläiskortti junalla matkustamiseen				
vammaisen pysäköintilupa				
asunnon muutostyöt				
muu, mikä?				

15. Toimintakykyni kuntoutus



X rasti oikeaan kohtaan	Minulle on jo myönnetty tämä terapia.	Minulla ei ole vielä tätä terapiaa, mutta tarvitsen sitä.	Kuka auttaa minua terapian saamisessa?	En tarvitse tätä terapiaa.
fysioterapia				
puheterapia				
musiikkiterapia				
ratsastusterapia				
toimintaterapia				
kuvataideterapia				
neuro- psykologinen kuntoutus				
lymfaterapia				
psykoterapia				
muu, mikä?				
muu, mikä?				
muu, mikä?				

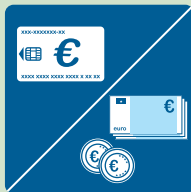
16. Terveystietoni



X rasti oikeaan kohtaan	Olen antanut luvan tämän tiedon siirtämiseen.	Kuka hoitaa tämän asian?	Tieto on siirretty uuteen kotiin. Tai tämä asia on kunnossa.
oman kunnan perusterveydenhuolto (lääkäri / hoitaja) - yhteystiedot - tiedot käynneistäni - seuraavat käyntini			
erikoissairaanhoidon (lääkäri / hoitaja) - yhteystiedot - tiedot käynneistäni - seuraavat käyntini			
erityishuolto (lääkäri / hoitaja) - yhteystiedot - tiedot käynneistäni - seuraavat käyntini			
yksityinen terveydenhuolto (lääkäri / hoitaja) - yhteystiedot - tiedot käynneistäni - seuraavat käyntini			
tiedot terveystarkastuksistani			
tiedot seuraavasta terveystarkastusajastani			

X rasti oikeaan kohtaan	Olen antanut luvan tämän tiedon siirtämiseen.	Kuka hoitaa tämän asian?	Tieto on siirretty uuteen kotiini. Tai tämä asia on kunnossa.
tiedot hoitosuunnitelmastani			
tiedot rokotuksistani			
tiedot lääkeallergiastani			
tiedot erityisruokavaliostani			
tiedot käytössäni olevista lääkkeistä			
lääkereseptini uusiminen			
sopimus apteekin kanssa lääkkeideni toimittamisesta			
Kela-korttini tallessa ja ajan tasalla			
muuta, mitä			
muuta, mitä			
muuta, mitä			
muuta, mitä			

17. Raha-asioiden hoitaminen



X rasti oikeaan kohtaan	Asia on selvitetty.	Kuka auttaa minua asian selvittämisessä?	Asia on kunnossa. Tieto on siirretty uuteen kotiin.
raha-asioita hoitava edunvalvoja			
raha-asioissa muu minua auttava ihminen			
tilin avaaminen			
pankkikorttiasiat			
rahan nostoasiat			
rahan säilytysasiat			
apu rahankäytön seuraamisessa			
laskutusasiat			
muu asia, joka on selvitetty ja hoidettava			
muu asia, joka on selvitetty ja hoidettava			
muu asia, joka on selvitetty ja hoidettava			

22

Tietoa, jota on käytetty tämän vihkon teossa

Muuton muistilista.

Muutossa tukena -asumisvalmennuksen käsikirja. 2009

Savon Vammaisasuntosäätiö. Minä muutan -projekti.

www.savas.fi

Tietoa kaikille.

Helppolukuinen ja ymmärrettävä teksti –
eurooppalainen selkokieli-standardi. 2010.

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry.

www.selko-e.fi



Muuton muistilistani

Tämä vihko on tehty Savon Vammaisasuntosäätiön
Map – Minun asumisen polkuni -projektissa.

Muuton muistilistani -vihko
on yksi Map-projektin lopputuote.

Map-projektissa (2010–2014) on kehitetty
erityistä tukea tarvitsevien ihmisten yksilöllistä asumista.
Kehittämistyötä on tehty Savon alueella yhdessä
päämiesten, heidän läheistensä ja ammattilaisten kanssa.
Projektin rahoittajana on ollut Raha-automaattiyhdistys (RAY).

Muuton muistilistani ©
Savon Vammaisasuntosäätiö 2013

Vihkon on kirjoittanut Ritva Hämäläinen.
Kuvat: Papunetin kuvapankki, Sclera-kuvastot.
www.papunet.net
(kuvien muokkaus Map-projekti Ritva Hämäläinen
ja Mainostoimisto Ad Kiivi Oy)

**Savon
Vammaisasuntosäätiö**
Vuorikatu 26 A, 2. krs
70100 Kuopio
puh. 017 266 3200
www.savas.fi

