

Henkilökohtaisen avun hakeminen/avun tarpeen arviointi

OHJE arviointityökalun käyttöön

ITSESTÄ HUOLEHTIMINEN (d5):

- Peseytyminen (d510): Laita toiminnan rajoite liittyen kehon eri osien pesemiseen esim. kädet, jalat ja kasvot. Sekä koko kehon pesemiseen esimerkiksi suihkussa, ja kuivaamiseen pyyhkeellä.
- Kehon osien hoitaminen (d520): Laita toiminnan rajoite liittyen ihon hoitamiseen esimerkiksi ihovoiteiden ja kosmetiikan käyttö. Hampaiden- tekohampaiden tai ortoosien pesu. Hiusten kampaaminen ja/tai parran hoitaminen. Kynsien leikkaaminen. Tai jokin muu erityinen rajoite, jota ei ole edellä mainittu.
- WC:ssä käyminen (d530): Laita toiminnan rajoite liittyen virtsaamis- ja/tai ulostamistarpeen tunnistamiseen, sopivaan asentoon pääsemiseen sekä sopivan paikan valitsemiseen. Vaatteiden käsittelyyn, -sekä siistytymiseen ennen ja jälkeen WC- käynnin. Sekä kuukautisista huolehtimiseen.
- Pukeutuminen (d540): Laita toiminnan rajoite liittyen vaatteiden pukemiseen ja riisumiseen pään, käsivarsien ja hartioiden yli, sekä ylä- ja alavartalon pukemiseen. Käsineiden, hatun sekä kenkien pukemiseen. Sekä asianmukaisen vaatetuksen valintaan esimerkiksi ilmaston ja kulttuurin pukeutumissääntöjen mukaisesti.
- Syöminen (d550) tai juominen (d560): Laita toiminnanrajoite liittyen ruuan tai juoman suuhun viemiseen eli ruuan pilkkominen ja ruokailuvälineiden käyttäminen. Sekä pullojen ja purkkien avaaminen ja pillillä juominen. Rintaruokinta kuuluu myös tähän.
- Omasta terveydestä huolehtiminen (d570): Laita toiminnanrajoite liittyen fyysisestä kunnosta sekä terveellisestä ruokavaliosta huolehtimiseen. Lääkärissä käynnistä huolehtiminen, lääkkeitä huolehtiminen. Fyysisestä ja psyykkisestä hyvinvoinnista huolehtiminen.

LIKKUMINEN (d4):

- Asennon vaihtaminen (d410): Laita toiminnanrajoite liittyen asennon vaihtamiseen esimerkiksi makuulle menoon ja ylösnousuun sekä seisomaan- tai istumaan nousuun. Sekä kyykistymiseen ja polvistumiseen liittyvissä asioissa.
- Itsensä siirtäminen (d420): Laita toiminnanrajoite liittyen siirtymiseen alustalta toiselle samalla tasolla kuten siirtyminen tuolista sänkyyn tai WC-istuimelle. Sekä siirtyminen makuuasennossa samalla -tai eri tasolla esimerkiksi siirtyminen vuoteesta toiseen.
- Käden hienomotorinen käyttäminen(d440) Laita toiminnanrajoite liittyen koordinoitujen käden liikkeet, sisältää poimiminen, tarttumisen, käsittelyminen ja irrottaminen
- Käveleminen (d450): Laita toiminnanrajoite liittyen liikkumiseen askel askeleelta.
- Liikkuminen erilaisissa paikoissa (d460): Laita toiminnanrajoite liittyen liikkumiseen ja kävelyyn erilaisissa paikoissa kuten kotona, pihalla, kaduilla, julkisissa rakennuksissa kuten virastoissa, kaupoissa. Liikkumiseen lyhyillä ja pitkillä matkoilla kulkuneuvoja käyttämättä.

KOTIELÄMÄ (d6):

- Tavaroiden ja palveluiden hankkiminen (d620): Laita toiminnanrajoite liittyen päivittäisten tavaroiden ja palveluiden hankkimiseen ja kuljettamiseen esimerkiksi ruuan, vaatteiden ja taloustarvikkeiden hankkimiseen. Ostosten tekeminen, marjojen poiminta ja vihannes- sekä hedelmäsatojen korjaaminen liittyvät myös tähän.

- Aterioiden valmistaminen (d630): Laita toiminnanrajoite liittyen aterioiden suunnitteluun, valmistamiseen ja tarjoilemiseen sekä itselle että muille.
- Kotitaloustöiden tekeminen (d640): Laita toiminnanrajoite liittyen pyykkihuoltoon eli pyykin pesemiseen ja kuivumaan laittamiseen. Siivoamiseen eli lattioiden, ikkunoiden ja kylpyhuoneen sekä WC:n pesemiseen. Kotitalouskoneiden käyttämiseen eli pesukoneen, astianpesukoneen pölynimurin sekä silitysraudan käyttämiseen. Roskahuoltoon ja käsin tiskaamiseen liittyviin asioihin.
- Kotitalouden esineistä, kasveista ja eläimistä huolehtiminen (d650): Laita toiminnanrajoite liittyen vaatteiden korjaamiseen kuten ompelemiseen, asunnosta ja huonekaluista huolehtimiseen, kodinkoneista ja apuvälineistä huolehtimiseen sekä pihatöiden tekemiseen.
- Muiden henkilöiden avustaminen (d660): Laita toiminnanrajoite liittyen samaan talouteen kuuluvien ja muiden henkilöiden avustamiseen. Esimerkiksi lasten hoitamiseen liittyvät asiat.

#### SOSIAALISUUS (d7):

- Vapamuotoiset sosiaaliset ihmissuhteet (d750): Laita toiminnanrajoite liittyen vapaamuotoisiin vuorovaikutustilanteisiin ystävien, naapurien kesken. Sekä mahdollinen muu rajoite, joka liittyy sosiaalisuuteen, jota ei ole kuvattu aiemmin.
- Lähisuhteet (d760): Laita toiminnanrajoite liittyen sukulaisuussuhteiden luominen ja ylläpitäminen, sisältää vanhemman suhde lapseen, lapsen suhde vanhempaan, sisarusuhteet ja laajennetun perheen jäsenten väliset suhteet.

#### VAPAA AIKA (d9):

- Yhteisöllinen elämä (d910): Laita toiminnanrajoite liittyen esimerkiksi yhdistys toimintaan osallistumiseen tai juhllaisuuksiin kuten ristiäisiin, vihkiäisiin ja hautajaisiin osallistumiseen.
- Virkistäytyminen ja vapaa-aika (d920): Laita toiminnanrajoite liittyen vapaa-ajan harrastuksiin osallistumiseen kuten urheilu, käsityöt, taide ja kulttuuri sekä sosiaalinen kanssakäyminen.
- Poliittinen elämä ja kansalaisuus (d950): Laita toiminnanrajoite liittyen kansalaisoikeuksien toteutumiseen, kuten oikeus äänestää, saada oikeusapua ja suojelua syrjintää vastaan.

#### KESKEISET ELÄMÄN ALUEET (d8):

- Vastikkeellinen työ (d850): Laita toiminnanrajoite liittyen työntekemiseen koko- tai osa-aikaisena palkattuna työntekijänä tai ammatinharjoittajana. Myös työnhakemiseen, työn saamiseen, työn vaativien tehtävien tekemiseen, työaikojen noudattamiseen ja toisten työntekijöiden ohjaamiseen/ ohjattuna olemiseen liittyvät asiat.
- Opetus ja koulutus (d810-d839): Laita toiminnanrajoite liittyen kotona oppimiseen, esiopetukseen, kouluopetukseen, ammatilliseen koulutukseen ja korkea- asteen koulutukseen. Tähän liittyy myös kouluun pääseminen, kaikkien koulunkäyntiin liittyvien velvoitteiden noudattaminen ja koulussa oppiminen sekä opiskelu taidot.
- Taloudelliset asiat (d879): Laita toiminnanrajoite liittyen tukiasioihin sekä taloudelliseen turvallisuuteen.

#### KOGNITIIVISET TOIMINNOT

= Oppiminen ja tiedon soveltaminen (d1)

= Yleisluontoiset tehtävät ja vaateet (d2)

= Kommunikointi (d3)

- Lukeminen (d166): Laita toiminnanrajoite liittyen kirjoitetun kielen lukemiseen ja ymmärtämiseen
- Näkeminen (d110): Laita toiminnanrajoite liittyen näkemiseen ja katselemiseen, näköaistin käyttämiseen.
- Aloitekyky (d177): Laita toiminnanrajoite liittyen päätöksen tekemiseen. Sekä valinnan tekemiseen erilaisten vaihtoehtojen joukosta.
- Muistitoiminnot (b144): Laita toiminnanrajoite liittyen lyhytkestoiseen ja pitkäkestoiseen muistiin.
- Toiminnan ohjaus (d210): Laita toiminnanrajoite liittyen yksittäisen- ja/tai monimutkaisen tehtävän tekemiseen. Tehtävän suorittamiseen alusta loppuun asti itsenäisesti tai ryhmässä.
- Asioiden organisointi (230): Laita toiminnanrajoite liittyen päivittäin toistuvien tehtävien ja toimien suorittamiseen loppuun.
- Kommunikointi- viestien ymmärtäminen (d310-329): Laita toiminnanrajoite liittyen puhuttujen sekä kirjoitettujen viestien, ja eleiden ymmärtämiseen.

#### YMPÄRISTÖTEKIJÄT (E)

- Asuminen (e155): Kerro mikä asumiseen liittyvä rajoittava tai edistävä tekijä on kyseessä, ja laita rasti sitä kuvaavaan kohtaan. Esimerkiksi kotona olevat tuotteet ja teknologiat voivat rajoittaa tai edistää yksilön kotona selviytymistä.
- Ympäristön piirteet (e210): Kerro mikä ympäristön piirteisiin liittyvä rajoittava tai edistävä tekijä on kyseessä ja laita rasti sitä kuvaavaan paikkaan. Esimerkiksi maantieteellinen sijainti, onko palvelut lähellä/kaukana tai onko lähellä/kaukana harrastuspaikkoja. Rajoittavatko vai edistävätkö ympäristötekijät yksilöä arjessa.
- Apu ja tuki, keskinäiset suhteet (e310-325): Kerro mikä tukeen ja keskinäisiin suhteisiin vaikuttava rajoittava tai edistävä tekijä on kyseessä ja laita rasti sitä kuvaavaan kohtaan. Esimerkiksi lähiperheen ja/tai laajennetun perheen väliseen tukeen ja keskinäisiin suhteisiin, ystävyys suhteisiin ja naapuruus suhteisiin liittyvät asiat.
- Asenteet (e4): Kerro, kuinka henkilöiden, jotka arvioivat kuvattavan henkilön tilannetta vaikuttavat selviytymiseen ja avun tarpeeseen.