

Kohti itsenäistä omannäköistä elämää

Opas aikuistuvan autismikirjon henkilön tuen tarpeen
tunnistamiseen ja tukipalveluiden löytämiseen

Yksilöllinen tuki

Osallisuus

Yhdenvertaisuus

Hyvinvointi

Mitä tukea tarvitsen?

- Apua kodinhoitoon ja arjenhallintaan
- Apua raha-asioiden hoitoon
- Apua asiointiin, ajanvarauksiin ja hakemusten tekemiseen
- Apua elämänhallintaan ja hyvinvointiin
- Avustajaa vapaa-ajan viettoon tai harrastuksiin
- Tukea kouluun tai työpaikalle esim. liikkumiseen, työskentelyyn, kalenterin käyttöön
- Kuntoutusta kuten aistikuntoutusta tai toimintaterapiaa
- Vahvaa ympärivuorokautista tukea tai päivätoimintaa
- Tsemppaavaa tukea kuten vahvuuksien esiin tuomista ja motivointia

**Keskeinen periaate on yhdenvertaisuus toisten kanssa elinikäisistä toiminnan-
rajoitteista / vammaisuudesta tai asuinpaikasta riippumatta.**

Autismikirjon henkilöitä on n. 1-2 % väestöstä eli Suomessa n. 80 000 henkilöä.

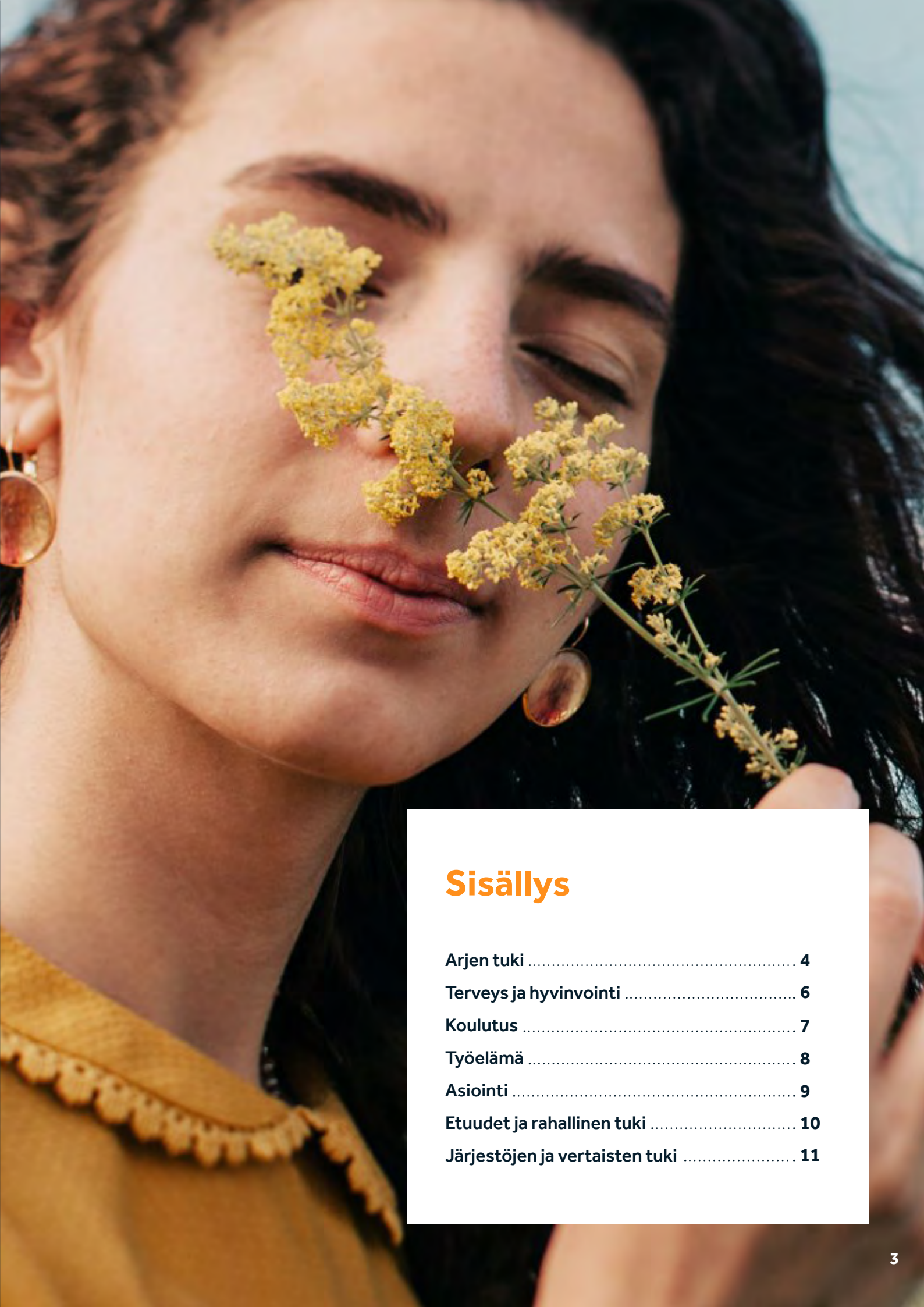
Autismikirjon piirteet näyttäytyvät yksilöllisesti vahvuuksina ja vaikeuksina päivittäisissä toiminnoissa. Yksilöllisestä toimintakyvystä seuraa yksilölliset tarpeet tukipalveluille.

Autismikirjon henkilön toimintakyky vaihtelee usein tilanteen ja toimintaympäristön mukaan ja näihin molempiin vaikuttaa myös vuorovaikutukselliset tekijät sekä henkilön vireystila. Usein voimakkaampaa tukea tarvitaan erilaisissa elämän nivelvaiheissa, joita ovat esimerkiksi siirtyminen jatko-opintoihin ja muuttaminen vanhempien luota omaan asuntoon. Tukien ja palveluiden tarve muuttuu elämäntilanteen ja iän mukaan.

Tukipalveluiden hakeminen ja palveluiden käyttö voi tuottaa hankaluuksia. Tämä opas auttaa tuen tarpeen tunnistamisessa, sopivan tuen löytämisessä ja tuki- ja palveluverkoston rakentamisessa.

Perusoikeuksien mukaan jokaisella meistä on oikeus välttämättömään toimeentuloon ja huolenpitoon. Tämä tarkoittaa esimerkiksi sitä, että lainsäädännöllä säädetään riittävästä sosiaali- ja terveyspalveluista ja taataan perustoimeentulo silloin kun itse ei pysty sitä hankkimaan.

Ihmisoikeussopimuksissa kuten YK:n vammaissopimuksessa korostetaan täysivaltaista kansalaisuutta sekä osallisuutta ja yhdenvertaisuutta yhteiskunnassa. Jokaisella on oikeus mm. elää itsenäisesti, osallistua vapaa-ajan viettoon ja valita itselle mieluisin asuinpaikka, koulutus tai työ.



Sisällys

Arjen tuki	4
Terveys ja hyvinvointi	6
Koulutus	7
Työelämä	8
Asiointi	9
Etuudet ja rahallinen tuki	10
Järjestöjen ja vertaisten tuki	11

Arjen tuki



Arjen itsenäisen toimintakyvyn, omatoimisuuden ja osallisuuden vahvistaminen kuuluu osaksi kuntien ja kuntayhtymien järjestämiä sosiaalipalveluita. Jos yleisen sosiaalityön palveluiden tuki ei riitä, sinulla voi olla oikeus erityispalveluihin kuten vammaispalveluihin. Tukea on saatavilla mm. elämän- ja arjenhallintaan, asumiseen, vapaa-aikaan ja liikkumiseen. Saatua tuki auttaa jaksamaan työssä tai koulussa.

Sinulla on ikäistesi kanssa yhdenvertainen oikeus kulttuurielämään, virkistykseen, vapaa-aikaan ja urheilutoimintaan sekä kaikenlaisiin harrastuksiin. Jokaisella on oikeus valita, missä ja miten asuu. Itsenäistymisen tukitoimena voidaan järjestää tuettua asumista tai tukea kotiin. Mikäli osallisuuden esteenä on siirtyminen ja liikkuminen, voit olla oikeutettu kuljetuspalveluihin. Palveluita ja tukitoimia haetaan vapaamuotoisella kirjallisella hakemuksella kuntasi sosiaalityöstä tai vammaispalveluista.

Sosiaalityön ja vammaispalvelun asiakkuus:

1. Asia vireille hakemuksella
2. Viranhaltija selvittää palvelun tarpeen
3. Tehdään suunnitelma yhdessä asiakkaan ja mahdollisesti muiden toimijoiden kanssa yhteistyössä
4. Asiakas hakee kirjallisesti suunnitellut palvelut
5. Asiakas saa kirjallisen perustellun päätöksen jokaiseen hakemukseen
6. Palvelujen järjestäminen

Kielteiseen päätökseen voi hakea muutosta päätöksen liitteenä olevien ohjeiden mukaan. Tapaamisiin saa ottaa mukaan tukihenkilön tukemaan ja avustamaan asioinnissa. Palveluita hakiessa tarvitaan lääkärinlausunto, jossa tuen tarve ilmenee.

Mitä teen, jos jumiudun kotiin enkä kykene hakemaan palveluita?

Kuntien matalan kynnyksen palveluihin ei tarvita lähetteitä. Lähes kaikissa kunnissa on etsivän nuorisotyön palvelu, jonka tarkoituksena on tukea nuoren valmiuksia hyvään arkeen ja tulevaisuuteen. Tuki viedään sinne, missä nuoret ovat. Tukea voidaan tuoda myös nuoren kotiin. Monilla paikkakunnilla toimii ohjaamoja, jotka auttavat maksutonta apua nuorille myös etäyhteyksin.

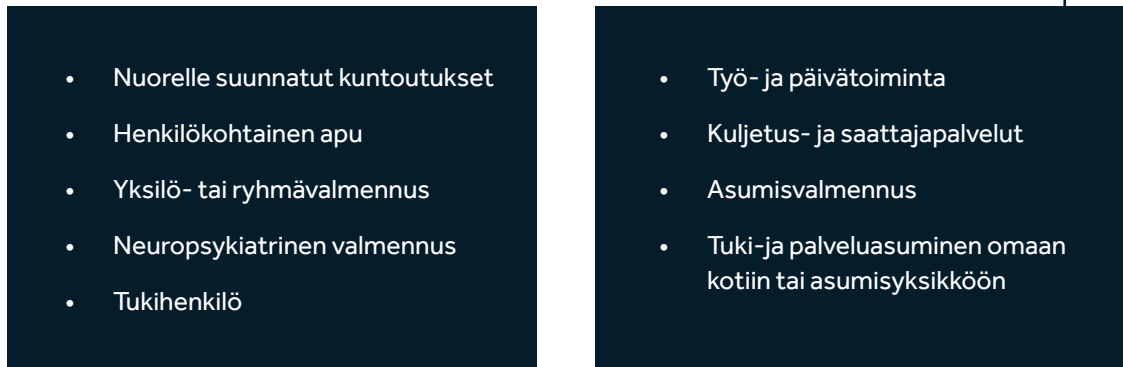
www.ohjaamot.fi



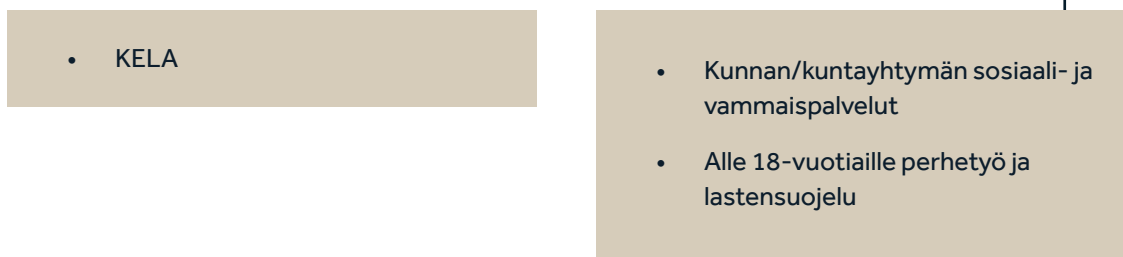
Tarvitsen tukea...



Millaista tukea on saatavilla?



Mistä haen?



Lisätietoa tukipalveluiden hakemisesta:

Opas aikuistuvan autismikirjon henkilön yksilöllisen tuen rakentamiseen

Terveys ja hyvinvointi

Moneen palveluun ja etuuteen tarvitaan lääkärintodistus tai kuntoutussuunnitelma. Varaa aika terveyskeskuksesta, jollei sinulla ole omaa hoitavaa lääkäriä. Sinulla on oikeus tarvittaessa saada erikoissairaanhoidon palveluita ja säännölliset terveystarkastukset. Voit ottaa lääkärin vastaanotolle mukaasi lähi- tai tukihenkilön, joka auttaa asiointissa.

Jos et saa tarvittavaa tukea arkielämääsi, oireista voi tulla fyysisiä ja saatat kärsiä kuormittumisen ja stressin takia esimerkiksi päänsärystä tai vatsakivuista. Monella puutteellinen arkielämän tuki oireilee myös ahdistuksena, masennuksena tai häiriönä syömisessä. Sen lisäksi, että hoidetaan näkyviin tulleita oireita, sinulle tulisi järjestää toimintakykysi ylläpitämiseksi tarvittavat tukitoimet tai kuntoutukset pidempiaikaisen hyvinvoinnin turvaamiseksi.



Tarvitsen tukea...

- Sairastuminen
- Todistukset etuuksia varten
- Somaattiset ongelmat
esim. vatsa- tai pääkipu stressin takia
- Tukea mielenterveyteen
- Hammaslääkärissä hankalaa
(aisti, kommunikaatio, käyttäytyminen)
- Pulmaa syömisessä

Millaista tukea on saatavilla?

- Säännölliset terveystarkastukset
- Lääkärinlausunnot
- Kuntoutussuunnitelma
- Nepsyvalmennus
- Kuntoutukset
- Terapiat

Mistä haen?

- Terveyskeskus
(oma lääkäri tai vakiohoitaja)
- Erikoissairaanhoido tai perusterveydenhuolto
- Suunterveyden huolto/kunta

Koulutus

Sinulla on mahdollisuus saada ammatillista kuntoutusta ennen hakemista oppilaitoksiin. Osaan Kelan kuntoutuksista tarvitaan vain hakemus, ei lääkärinlausuntoa. Asiasta saa tarkempaa tietoa soittamalla Kelaan.

Oppilaitokset voivat järjestää opiskeluun joustoja tai kohtuullisia mukautuksia, mikäli se on tarpeen opintojen etenemiseksi. Erityisiä järjestelyitä varten tulee olla yhteydessä koulun erityisopettajaan, jolloin voidaan tehdä suunnitelma tarvittavista erityisistä järjestelyistä. Erityisoppilaitoksissa tarjotaan vahvempaa tukea, joka suunnitellaan yhdessä kuntoutuksestasi vastaavien tahojen kanssa.

Tarvitsen tukea...

- Kouluun hakeminen
- Koulunkäynnin sujuminen
- Opintojen loppuunsaattaminen

Millaista tukea on saatavilla?

- Koulutuskokeilut
- Erityisjärjestelyt pääsykokeissa
- Nuorten ammatillinen kuntoutus
- Ammatillinen kuntoutus
- Erityiset järjestelyt
- Mukautukset ja joustot
- Koulumatkatuki

Mistä haen?

- Koulukuraattori/erityisopettaja
- Valma/Tuva/Telma
- KELA
- Oppilaitokset/
Erityisoppilaitokset

Työelämä

Työhön pääseminen ja työssä pysyminen voi olla haastavaa, jos toimintakyky vaihtelee tai kommunikoinnissa tai vuorovaikutuksessa on pulmia. Sinulla on oikeus kohtuullisiin mukautuksiin työn tekemisen onnistumiseksi. Hanki apua työllisyyspalveluista työnhakuun ja työnteon tueksi kunnasta tai TE-toimistosta.

Jos avoimille työmarkkinoille työllistyminen on liian haasteellista, on monia vaihtoehtoja tehdä työtä tai kokeilla sopivaa alaa esimerkiksi kuntouttavassa työtoiminnassa. Ellet pysty työntekoon, voit olla oikeutettu päivätoimintaan, joka tukee itsenäistä elämääsi. Ole yhteydessä kunnan sosiaalipalveluihin tai vammaispalveluihin.



Tarvitsen tukea...

- Työhön hakeminen
- Työnteon onnistuminen

Millaista tukea on saatavilla?

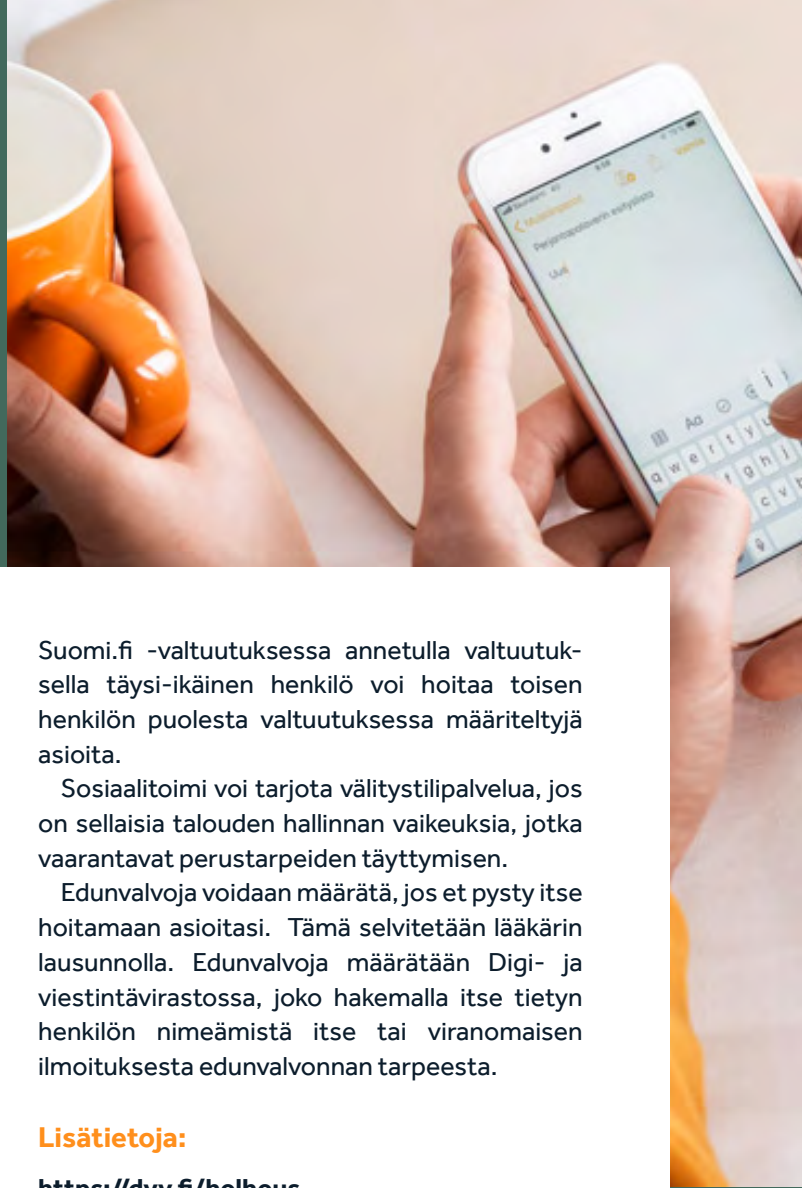
- Työhönvalmentaja
- Työkokeilut
- Mukautukset työn tekemiseen
- Osapäivätyöt
- Työpajat
- Kuntouttava työtoiminta

Mistä haen?

- Kuntien työllisyyspalvelut
- TE-toimistot



Asiointi



Täysi-ikäisenä vastaat itse täysivaltaisena asioitteesi hoitamisesta. Voit edelleen ottaa mukaan asiointiin esimerkiksi vanhempasi, joilla on luvallasi oikeus saada tietojasi tai voit antaa tiedot heille itse. Voit pyytää luotettavia läheisiä hoitamaan asioitasi tai auttamaan niiden hoidossa.

Kun valtuutat henkilön toimimaan puolestasi tarvittaessa, säilyy myös itselläsi kaikki täydet oikeudet asioitteesi hoitamiseen. Edunvalvonta on viimeinen vaihtoehto asioiden hoitamiseksi, joten ensin on syytä miettiä sitä kevyempiä vaihtoehtoja asioiden hoitamiseksi.

Puolesta-asiointisopimus on valtakirjalla jollekin nimetyille annettu oikeus asioida puolestasi mm. kelassa, apteekissa, sosiaali- ja terveystoimessa, pankissa ja vakuutusyhtiössä.

Suomi.fi -valtuutuksessa annetulla valtuutuksella täysi-ikäinen henkilö voi hoitaa toisen henkilön puolesta valtuutuksessa määriteltyjä asioita.

Sosiaalitoimi voi tarjota välitystilipalvelua, jos on sellaisia talouden hallinnan vaikeuksia, jotka vaarantavat perustarpeiden täyttymisen.

Edunvalvoja voidaan määrätä, jos et pysty itse hoitamaan asioitasi. Tämä selvitetään lääkärin lausunnolla. Edunvalvoja määrätään Digi- ja viestintävirastossa, joko hakemalla itse tietyn henkilön nimeämistä itse tai viranomaisen ilmoituksesta edunvalvonnan tarpeesta.

Lisätietoja:

<https://dvv.fi/holhous>

<https://www.suomi.fi/valtuudet>

Tarvitsen tukea...

- Hakemukset
- Sopimukset
- Asiointi virastossa
- Asiointi lääkärissä
- Asiointi verkossa
- Taloudenpidon ongelmat

Millaista tukea on saatavilla?

- Läheisen apu
- Puolesta asiointi -sopimus
- Valtakirja
- Edunvalvonta
- Välitystili

Mistä haen?

- Läheisiltä/perheeltä
- Suomi.fi
- Digi- ja viestintävirasto
- Kunnan sosiaalitoimi

Etuudet ja rahallinen tuki

Nuorella voi olla oikeus monenlaisiin palveluihin ja tukiin. Varaa aika asiointiin ja ota joku läheinen mukaasi asioidessasi. Joudut usein selvittämään asioitasi puhelimesta. Tarvitsetko tähän apua? Hakemukset tehdään yleensä verkossa ja tarvitset tätä varten verkkopankkitunnukset.

Tarvitsen etuuksia

- Opiskelijana
- Kuntoutujana
- Asumiseen
- Työttömänä

Millaisia etuuksia on saatavilla?

- Opiskelijan tuet
- Kuntoutusraha
- Asumisen tuet
- Työttömän tuet
- Vammaistuki
- Toimeentulotuki
- Sairauspäiväraha
- Matkakustannukset
- Lääkkeiden erikoiskorvaus
- Eläke

Mistä haen?

- KELA

- Verot

- Veron maksukyky alentunut
- Arvonlisäverottomat sosiaalihoitopalvelut
- Autovero

- Verottaja

Järjestöjen ja vertaisten tuki

Järjestöjen vertaistukiryhmissä sekä nettiyhteisöistä saa paljon hyviä neuvoja asioiden hoitamiseksi. Vertaistuki on keskinäistä apua, tukea ja kokemusten jakoa. Se voi olla ryhmässä tapahtuvaa tai kahdenkeskistä. Se perustuu luottamukseen ja ymmärrykseen ja tarjoaa monesti tunteen yhteenkuuluvuudesta.

Tarvitsen tukea...

- Yksinäisyyteen
- Yhteenkuuluvuuteen
- Neuvot arkeen ja elämään

Millaista tukea on saatavilla?

- Vertaistukiryhmät
- Nettiryhmät
- Kahdenkeskinen esim. Zemp pari-toiminta

Mistä haen?

- Järjestöt, yhdistykset, säätiöt
- Vapaaehtoiset ihmiset/kunta

Joskus palveluiden saaminen on vaikeaa. Kukaan ei esim. vastaa puhelimeen tai viesteihin. Kukaan ei ota vastuuta asioistasi, vaan kehoitetaan kääntymään jonkun toisen puoleen. Sinulle voidaan myös suullisesti todeta, ettet ole oikeutettu palveluun tai ei ole rahaa niitä järjestää. Älä luovuta. Tämän esitteen lisäksi on laadittu pidempi ja yksityiskohtaisempi opas. Sinulla on oikeus saada yksilöllistä tukea pitkäaikaisten toimintarajoitteiden takia tai äkillisesti elämän kriisiytyessä. Sinulla on oikeus saada

hakemuksiisi kirjalliset perustellut päätökset ja oikeus hakea muutosta kielteisiin päätöksiin. Tukea vertaisavun löytämiseen löydät <https://www.autis-miliitto.fi/jasenyhdistykset>

Apua ja neuvoja tukitoimien hakemiseen saa järjestöiltä, autismiyhdistyksiltä ja vertaisilta. Muista, että viranomaisella on virkansa puolesta velvollisuus kertoa, mihin tukeen olet oikeutettu ja kuinka sitä haet.



- www.autismiliitto.fi
- www.näenepsy.fi
- www.thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/
- www.autismisaatio.fi
- www.kela.fi
- www.asy.fi
- www.paut.fi
- www.tukiliitto.fi