

TARKISTUSLISTA IKÄÄNTYVILLE



Hyvää elämää, hoivaa ja huolenpitoa perhehoidossa

KODISTA KOTIIN

 Perhehoitoliitto



Tarkistuslista auttaa sinua pohtimaan toiveitasi ja sinulle tärkeitä asioita.

Niiden esille tuominen on erityisen tärkeää silloin, kun etsit itsellesi sopivinta, pitkäaikaista asuinpaikkaa, jossa saat myös tarvitsemaasi apua, hoivaa ja huolenpitoa.

Tarkistuslistaan on koottu pohdittavia kysymyksiä:

- perhekodista ja sen tiloista,
- elämästä perhekodissa,
- perhekodin arvomaailmasta ja asioista, joista haluat päättää itse,
- hoivasta ja huolenpidosta perhekodissa sekä
- tutustumisesta perhekotiin ja perhehoitajaan.

Kysymykset pohjaavat ikääntyneiltä kerättyyn tietoon siitä, mitä he haluavat tietää etukäteen perhekodista.

Miten tarkistuslistaa voi käyttää?

Tarkistuslistan kysymysten pohtimiseen kannattaa varata aikaa. Voit halutessasi keskustella toiveistasi ja käydä kysymyksiä läpi läheistesi kanssa.

Vastaustesi avulla voit kertoa toiveistasi hyvinvointialueen työntekijöille. Vastauksesi auttavat teitä yhdessä miettimään:

- Voisiko perhehoito olla sinulle sopiva palvelu nyt tai tulevaisuudessa?
- Mikä perhekoti sopisi sinulle parhaiten?

Mitä tarkoittavat perhekoti ja perhehoito?

Perhekoti on perhehoitajan koti, jossa hänen ja hänen perheensä kanssa asuu lyhyt- tai pitkäaikaisesti perhehoitoa saavia ihmisiä.

Perhehoitaja on hyvän elämän, hoivan ja huolenpidon varmistamiseen valmennettu henkilö.

Perhehoito on hyvinvointialueiden järjestämää sosiaalipalvelua.



Mitkä asiat ovat sinulle tärkeitä, kun mietit perhekodin ympäristöä ja tiloja?

| Perhehoitopaikan sijainti | TÄMÄ ON HYVIN TÄRKEÄÄ | TÄSTÄ VOIN JOUSTAA | TÄTÄ EN HALUA | TÄLLÄ EI OLE MERKITYSTÄ |
|--|--------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|--|
| lähellä nykyistä kotiani | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| lähellä omaisiani/ystäviäni | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| lähellä luontoa/metsää/vesistöä | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| lähellä helppokulkuisia kävelyreittejä | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| perhekodissa on oma piha | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| perhekodissa on tupakointipaikka | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| lähellä palveluja, tapahtumia tai harrastusmahdollisuuksia | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

| Oma tila | TÄMÄ ON HYVIN TÄRKEÄÄ | TÄSTÄ VOIN JOUSTAA | TÄTÄ EN HALUA | TÄLLÄ EI OLE MERKITYSTÄ |
|---|--------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|--|
| oma huone | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| televisio huoneessa | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| toimivat nettiyhteydet | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| voin kalustaa huoneeni omilla huonekaluilla | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| voin tuoda tärkeitä tavaroita huoneeseeni | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

| Oma tila | TÄMÄ ON HYVIN TÄRKEÄÄ | TÄSTÄ VOIN JOUSTAA | TÄTÄ EN HALUA | TÄLLÄ EI OLE MERKITYSTÄ |
|--|--------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|--|
| huoneeni oven saa lukkoon | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| säilytys- ja varastotilaa tavaroille ja apuvälineille | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

| Liikkumisen helppous ja turvallisuus | TÄMÄ ON HYVIN TÄRKEÄÄ | TÄSTÄ VOIN JOUSTAA | TÄTÄ EN HALUA | TÄLLÄ EI OLE MERKITYSTÄ |
|---|--------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|--|
| sisällä on tilaa liikkumiseen rollaattorilla tai pyörätuolilla | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| voin ulkoilla kaikkina vuodenaikoina myös apuvälineiden kanssa | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| voin ulkoilla yksin | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ulko-ovista ei pääse vahingossa ulos (esim. muistisairas eksymään) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Mitkä asiat ovat sinulle tärkeitä, kun mietit elämää perhekodissa?

| Mitä haluan tehdä perhekodissa? | TÄMÄ ON HYVIN TÄRKEÄÄ | TÄSTÄ VOIN JOUSTAA | TÄTÄ EN HALUA | TÄLLÄ EI OLE MERKITYSTÄ |
|--|--------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|--|
| osallistua kotiaskareisiin | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| hoitaa kasveja, puutarhaa tai eläimiä | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| seurata ajankohtaisia asioita ja keskustella niistä | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| jutella itselleni tärkeistä asioista | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Mitä haluan tehdä perhekodissa?

| | TÄMÄ ON HYVIN TÄRKEÄÄ | TÄSTÄ VOIN JOUSTAA | TÄTÄ EN HALUA | TÄLLÄ EI OLE MERKITYSTÄ |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-------------------------|
| viettää aikaa yhdessä esim. pelaten, lukien, kuunnellen musiikkia tai katsoen ohjelmia ja elokuvia | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| tehdä käsi- tai puutoita, piirtää tai maalata, kirjoittaa tai soittaa | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| jatkaa seksuaalielämäni haluamallani tavalla | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Haluan seurata/kokea perhekodissa

| | TÄMÄ ON HYVIN TÄRKEÄÄ | TÄSTÄ VOIN JOUSTAA | TÄTÄ EN HALUA | TÄLLÄ EI OLE MERKITYSTÄ |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-------------------------|
| muiden toimintaa | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| luontoa ja vuodenaikojen vaihtelua | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ympäröivää elämää ikkunasta | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| elämyksiä esim. musiikki, taide, muistelu, hyvät kohtaamiset | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| kokea hiljentymistä, henkisyttä tai hengellisyyttä | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| naurua ja iloa yhdessä | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Seurakseni toivon

| | TÄMÄ ON HYVIN TÄRKEÄÄ | TÄSTÄ VOIN JOUSTAA | TÄTÄ EN HALUA | TÄLLÄ EI OLE MERKITYSTÄ |
|---------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-------------------------|
| samanikäisiä ihmisiä | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| kanssani samankuntoisia ihmisiä | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| lapsia | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Seurakseni toivon

| | TÄMÄ ON HYVIN TÄRKEÄÄ | TÄSTÄ VOIN JOUSTAA | TÄTÄ EN HALUA | TÄLLÄ EI OLE MERKITYSTÄ |
|----------------------------------|-----------------------------|--------------------------|-----------------------|-------------------------------|
| omaa äidinkieltäni puhuvia | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ihmisten lisäksi lemmikkieläimiä | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Yhteydenpito läheisten kanssa

| | TÄMÄ ON HYVIN TÄRKEÄÄ | TÄSTÄ VOIN JOUSTAA | TÄTÄ EN HALUA | TÄLLÄ EI OLE MERKITYSTÄ |
|--|-----------------------------|--------------------------|-----------------------|-------------------------------|
| voin pitää yhteyttä läheisiini puhelimella tai tietokoneella | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| läheiseni voivat vierailla omien aikataulujensa mukaan | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| läheiseni voivat yöpyä perhekodissa | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| voin vierailla läheisten luona | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Käyminen kodin ulkopuolella

| | TÄMÄ ON HYVIN TÄRKEÄÄ | TÄSTÄ VOIN JOUSTAA | TÄTÄ EN HALUA | TÄLLÄ EI OLE MERKITYSTÄ |
|---|-----------------------------|--------------------------|-----------------------|-------------------------------|
| kulttuuri: esim. teatteri, elokuvat, konsertit, taide, museot | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| matkustaminen ja retkeily | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| kahviloissa tai ravintoloissa käyminen | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| harrastukset ja yhdistystoiminta | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| kaupassa, kampaajalla, kirkossa, haudalla ym. käyminen | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Mitkä asiat ovat sinulle tärkeitä, kun mietit perhekodin arvomaailmaa ja asioita, joista haluat päättää itse?

| Arvomaailma | TÄMÄ ON HYVIN TÄRKEÄÄ | TÄSTÄ VOIN JOUSTAA | TÄTÄ EN HALUA | TÄLLÄ EI OLE MERKITYSTÄ |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-------------------------|
| minua pidetään perhekodissa perheenjäsenenä | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| kaikenlaisia ihmisiä arvostetaan, kunnioitetaan ja kuunnellaan | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| asukkaat jakavat samat vakaumukselliset ja ideologiset arvot ja tavat | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| eletään kotiseutuni tapojen mukaan | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| perhekodissa voi juoda alkoholia tai tupakoida | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| eletään tarkan päivärytmin ja rutiinien mukaan | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| perhekodissa on paljon elämää ja käy vieraita | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Voin päättää itse | TÄMÄ ON HYVIN TÄRKEÄÄ | TÄSTÄ VOIN JOUSTAA | TÄTÄ EN HALUA | TÄLLÄ EI OLE MERKITYSTÄ |
| päivärytmistäni (nukkuminen, herääminen, peseytyminen, ruokailut) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| osallistunko yhteiseen toimintaan | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| milloin olen muiden seurassa | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| hoitoani koskevista asioista | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Mitkä asiat ovat sinulle tärkeitä, kun mietit hoivaa ja huolenpitoa perhekodissa?

Perhehoitaja osaa auttaa ja tukea minua

| | TÄMÄ ON HYVIN TÄRKEÄÄ | TÄSTÄ VOIN JOUSTAA | TÄTÄ EN HALUA | TÄLLÄ EI OLE MERKITYSTÄ |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-------------------------|
| ymmärtäen ikäni ja sairauteni (esim. muistisairaus) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| lääkkeiden, hygienian ja ravitsemuksen kanssa | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| toimintakykyäni säilyttämisessä | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| lääkäripalveluiden saamisessa ja hätätilanteissa | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| perhehoitajalla on koulutusta muistisairaiden ihmisten hoidosta | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| perhehoitajalla on sosiaali- ja terveysalan koulutus (esim. sairaanhoitaja, lähihoitaja) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Perhehoitajassa minulle on tärkeää

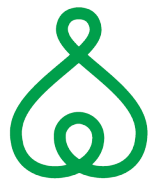
| | TÄMÄ ON HYVIN TÄRKEÄÄ | TÄSTÄ VOIN JOUSTAA | TÄTÄ EN HALUA | TÄLLÄ EI OLE MERKITYSTÄ |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-------------------------|
| sama hengellinen/filosofinen/ideologinen arvomaailma kuin minulla | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| antaa minun elää omien arvojeni mukaan | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| tuntee ja arvostaa vähemmistökulttuureita | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| samoja mielenkiinnon kohteita kuin minulla | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| hän on nainen | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| sama etninen tausta kuin minulla | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

| Muut tärkeät asiat | TÄMÄ ON HYVIN TÄRKEÄÄ | TÄSTÄ VOIN JOUSTAA | TÄTÄ EN HALUA | TÄLLÄ EI OLE MERKITYSTÄ |
|---|------------------------------|---------------------------|-----------------------|--------------------------------|
| perhekotiin saa tarvittaessa terveydenhuollon palveluita (esim. kotisairaanhoido, kotisairaala) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| saan apua hätätilanteessa tai satunnaisesti myös öisin | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| perhekodissa voi asua, vaikka hoidon tarve lisääntyy | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Mitkä asiat ovat sinulle tärkeitä, kun mietit tutustumista perhehoitajaan ja perhekotiin?

| Tutustuminen etukäteen | TÄMÄ ON HYVIN TÄRKEÄÄ | TÄSTÄ VOIN JOUSTAA | TÄTÄ EN HALUA | TÄLLÄ EI OLE MERKITYSTÄ |
|--|------------------------------|---------------------------|-----------------------|--------------------------------|
| tutustumisjakso perhekodissa ennen muuttopäätöksen tekemistä | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| perhehoitaja tulee kotiini tutustumiskäynnille | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |





Perhe-
hoitoliitto



<https://perhehoitoliitto.fi>