



Mellersta Österbottens välfärdsområde

Mellersta Österbottens välfärdsområde

## **Kykyri - ett frågeverktyg för bedömning av servicebehovet - självbedömning**

### **För den som använder frågeverktyget**

En bedömning av funktionsförmågan ligger som grund för ansökning om tjänster och stöd och för beviljandet av dem. Med hjälp av detta frågeverktyg, dvs. Kykyri, kan du beskriva för din socialarbetare hurudant ditt hjälp- och stödbehov är när du ansöker om tjänster. Utöver en rörelsenedsättning kan hjälpbehov orsakas av associerade symtom och skador, t.ex. svårigheter med gestaltning. Med hjälp av Kykyri-blanketten kan du också lyfta fram sådana här faktorer som begränsar funktionsförmågan men som ofta förblir osynliga. Hjälpbehov är också behovet av verbal handledning och verbala påminnelser.

Enligt lagen om ändring av lagen om service och stöd på grund av handikapp (608/2022, 6 §) ska myndigheter försöka "förebygga uppkomsten av missförhållanden och undanröja de olägenheter som begränsar de handikappades möjligheter till verksamhet och engagemang." En förutsättning för att tjänster ska beviljas är att den som använder dem inte klarar sig utan tjänsterna i fråga. Det finns alltså behov av att bevisa att du behöver tjänster som stöd för att klara av vardagen och för att möjliggöra ett meningsfullt liv. Det är därför viktigt att beskriva både för dig själv och för serviceproducenten hurudant just ditt servicebehov är och hur ditt liv begränsas om du blir utan tjänster.

Kryssa för varje punkt där du behöver hjälp eller stöd av en annan person, oberoende av om ditt hjälpbehov är fysiskt eller verbalt. Det väsentliga är att beskriva ditt individuella hjälpbehov. Du kan hoppa över de punkter som är oväsentliga för dig och svara endast på de frågor som gäller dig.

Med vänlig hälsning,

Teamet för projektet Itsenäiseen elämään sopivin palveluin (Till ett självständigt liv med lämpliga tjänster)

# Är du medveten om dina rättigheter?

## **Lagen om service och stöd på grund av handikapp, 6 §:**

Socialnämnden och kommunens övriga myndigheter skall främja och följa de handikappades levnadsförhållanden samt genom sin verksamhet sträva efter att förebygga uppkomsten av missförhållanden och undanröja de olägenheter som begränsar de handikappades möjligheter till verksamhet och engagemang.

## **FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning, artikel 9:**

Konventionsstaterna ska vidta ändamålsenliga åtgärder för att säkerställa att personer med funktionsnedsättning får tillgång på samma villkor som andra till den fysiska miljön, till transporter, till information och kommunikation... samt till andra anläggningar och tjänster som är tillgängliga för eller erbjuds allmänheten både i städerna och på landsbygden.

## **FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning, artikel 19:**

Personer med funktionsnedsättning har möjlighet att välja sin bosättningsort och var och med vem de vill leva på samma villkor som andra och inte är tvungna att bo i särskilda boendeformer.

## **FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning, artikel 23:**

Rätten erkänns för alla personer med funktionsnedsättning i giftasvuxen ålder att ingå äktenskap och bilda familj på grundval av de blivande makarnas fria och fulla samtycke.

## **FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning, artikel 27:**

Konventionsstaterna erkänner rätten till arbete för personer med funktionsnedsättning på samma villkor som för andra. Det innefattar rätten att kunna förtjäna sitt uppehälle genom fritt valt eller antaget arbete på arbetsmarknaden och i en arbetsmiljö som är öppen, som främjar integration och är tillgänglig för personer med funktionsnedsättning.

# Hushållsarbete

Kryssa för de funktioner som du inte klarar av utan fysiskt och/eller verbalt stöd eller fysisk och/eller verbal hjälp av en annan person.

## Städning

Dammsuga

Torka damm

Tvätta golv

Vädra mattor

Vattna blommor

Tvätta fönster

## Klädvård

Sortera tvätt

Använda tvättmaskin

Att hänga upp småtvätt på tork

Att hänga upp lakan på tork

Att vika kläder och sätta i skåp

Att reparera kläder, t.ex. sy fast en knapp som lossnat

Att stryka kläder

## Diskning

Att fylla och tömma diskmaskin

Att diska för hand

## Matlagning

Att laga mellanmål

- Att laga varma måltider
- Att värma upp en måltid
- Att laga mat enligt anvisningar
- Uppgifter som kräver fingerfärdighet, t.ex. att öppna burkar
- Att använda kniv
- Att använda sax
- Att förvara födoämnen
- Användning av ugn och spis
- Användning av mikrovågsugn

**Andra uppgifter förknippade med skötseln av hemmet**

- Att ta föremål ur skåp och ställa dem tillbaka
- Byte av lakan
- Byte av lampor
- Att föra ut sopor
- Arbete på gårdsplanen

Här kan du berätta med egna ord hurudan hjälp du behöver med hushållsarbeten:

## Att sköta om dig själv

Kryssa för de funktioner som du inte klarar av utan fysiskt och/eller verbalt stöd eller fysisk och/eller verbal hjälp av en annan person.

### Att klä på dig

Att klä på dig

Att ta av dig kläder

Att ta på sig sockor och skor

Att ta av dig sockor och skor

Att knäppa igen och upp knappar/dra fast och öppna dragkedjor

Att välja kläder som lämpar sig för vädret

Att välja kläder som lämpar sig för situationen

### Att sköta om hygien

WC-besök

Att tvätta sig

Att bada bastu

Tandborstning

Klippa naglar

### Att göra sig i ordning

Att fixa håret

Att sminka sig

Raka sig

Här kan du berätta med egna ord hurudan hjälp du behöver i dagliga funktioner som t.ex. att klä på dig och tvätta dig:

## **Att uträtta ärenden**

Kryssa för de funktioner som du inte klarar av utan fysiskt och/eller verbalt stöd eller fysisk och/eller verbal hjälp av en annan person.

Tidsbokning t.ex. till socialväsendet, frisör, arbetskraftsbyrån,

bordbeställning till restaurang

Att komma ihåg överenskomna möten

Att uträtta ärenden vid ämbetsverk

Att söka information förknippad med de egna rättigheterna,  
skyldigheterna och tjänsterna

### **Att handla**

Att göra en inköpslista

Att hitta rätta produkter i affären

Att skjuta på kundvagn

Att bära en varukorg

Att köpa lämpliga mängder

Att bära inköpen hem

Att hantera betalningsmedel vid kassan

Här kan du berätta med egna ord hurudan hjälp du behöver när det gäller att uträtta ärenden:

## Att gestalta siffror och att använda pengar

Kryssa för de funktioner som du inte klarar av utan fysiskt och/eller verbalt stöd eller fysisk och/eller verbal hjälp av en annan person.

Att identifiera nummer

Att gestalta mängd, storlek och riktning

Matematiska uppgifter

Att betala för inköp

Att betala räkningar

Att planera användningen av pengar

Att använda bankautomat

Att använda nätbank

Här kan du berätta med egna ord hurudan hjälp du behöver i uppgifter som kräver gestaltning av siffror:

## Att läsa och skriva

Kryssa för de funktioner som du inte klarar av utan fysiskt och/eller verbalt stöd eller fysisk och/eller verbal hjälp av en annan person.

Att identifiera bokstäver

Att läsa



Att skriva

Att tolka skriftliga anvisningar

Att tolka officiella beslut/brev

Att fylla i ansökningar och blanketter

Här kan du berätta med egna ord hurudan hjälp du behöver i skriftliga uppgifter:

## Exekutiva funktioner

Kryssa för de funktioner som du inte klarar av utan fysiskt och/eller verbalt stöd eller fysisk och/eller verbal hjälp av en annan person.

Att kunna sätta saker i prioriteringsordning

Att sätta i gång med funktioner

Att bedöma hur mycket tid uppgifter tar

Att hålla fast vid överenskomna tider

Uppmärksamhet

Koncentration

Här kan du berätta med egna ord hurudan hjälp du behöver med exekutiva funktioner:

## Resurser

Kryssa för de påståenden som stämmer i ditt fall.

Mina resurser räcker inte till för att jag skulle klara av vardagen

Jag är ofta utmattad

Jag tröttnar lätt i sociala situationer

Det är svårt för mig att sätta i gång med funktioner på grund av trötthet

Det är svårt för mig att slutföra funktioner på grund av trötthet

Det tar väldigt mycket tid för mig att genomföra funktioner

Jag är tvungen att begränsa mina sociala aktiviteter på grund av att jag är för trött

Jag är spänd på om jag klarar mig i en främmande miljö

Här kan du berätta med egna ord hurudant stöd man kunde ge dig för att hjälpa dig att klara dig:

## **Sådant som är förknippat med skadan och hälsotillståndet**

Kryssa för de funktioner som du inte klarar av utan fysiskt och/eller verbalt stöd eller fysisk och/eller verbal hjälp av en annan person.

Att märka förändringar i det egna hälsotillståndet

Att motionera

Att sköta om en hälsosam kost

Att hantera mindre olyckshändelser

Att ta mediciner

**Att uträtta ärenden inom hälso- och sjukvården, hos läkare, fysioterapi, tandläkare, osv.**

Att boka tider

Att besöka mottagning

Att ordna transport

Här kan du berätta med egna ord hurudant stöd du behöver i fråga om att följa med och upprätthålla ditt hälsotillstånd:

## Boende

Kryssa för de funktioner som du inte klarar av utan fysiskt och/eller verbalt stöd eller fysisk och/eller verbal hjälp av en annan person.

**Att leta efter lämplig lägenhet**

Att kartlägga olika boendialternativ

Att söka bostad

**Annat som är förknippat med självständigt boende**

Att flytta från barndomshemmet

Att låta utföra nödvändiga ändringsarbeten i bostaden

Att ansöka om personlig assistans eller någon annan stödform

Här kan du berätta med egna ord hurudan hjälp du behöver när det gäller boende:

## Rörelse

Kryssa för de funktioner som du inte klarar av utan fysiskt och/eller verbalt stöd eller fysisk och/eller verbal hjälp av en annan person.

### Inomhus

Att röra dig inomhus i en bekant miljö

Att röra dig inomhus i en främmande miljö

Att röra dig när det förekommer rusning

Att gå uppför eller nedför trappor som inte har räcke

Att gå uppför eller nedför trappor som har räcke

Att gå uppför eller nedför trappor som har räcke  
endast på ena sidan

Att stiga på rulltrappor

Att stiga av rulltrappor

### **Utomhus**

Att röra dig i hemmiljö på sommaren

Att röra dig i hemmiljö på vintern

Att röra dig i en främmande miljö på sommaren

Att röra dig i en främmande miljö på vintern

Kortvarig vistelse utomhus

Långvarig vistelse utomhus, över en halv timme

Att röra dig i en lokal/på en plats där det är rusning

Att resa med kollektiva trafikmedel

Att behålla balansen när du reser med kollektiva trafikmedel

Att gå uppför eller nedför trappor som inte har räcke

Att gå uppför eller nedför trappor som har räcke

Att gå uppför eller nedför trappor som har räcke  
endast på ena sidan

Att gå i uppførsbacke

Att gå i nedförsbacke

Att bedöma avstånd

Att gestalta distanser till trafikmedel och deras färdriktningar

Att skilja mellan höger och vänster

Att läsa karta

Här kan du berätta med egna ord hurudan hjälp du behöver när det gäller att röra på dig:

## Ditt sociala liv och din livskrets

Anteckna hur du klarar av det följande.

Att röra dig i hemmiljön lätt  lite besvärligt  svårt

Att röra dig i en främmande miljö lätt  lite besvärligt  svårt

### Roll

Att fungera i din egen roll hemma, t.ex. som förälder, partner eller vuxen

lätt  lite besvärligt  svårt

Att fungera i din egen roll på arbets- eller studieplatsen, t.ex. som arbets- eller studiekamrat, chef eller som medlem i ett team

lätt  lite besvärligt  svårt

Att fungera i din egen roll i andra sociala sammanhang, t.ex. i dagverksamhet eller i föreningsarbete

lätt  lite besvärligt  svårt

## Arbete och studier

Att söka studieplats lätt  lite besvärligt  svårt

Att studera lätt  lite besvärligt  svårt

Att söka jobb lätt  lite besvärligt  svårt

Att arbeta lätt  lite besvärligt  svårt

## Ditt sociala liv och din livsmiljö

Kryssa för hur lätt du tycker att det är att göra det nedanstående.

Att besöka vänner/släktingar lätt  lite besvärligt  svårt

Att hitta lämpliga hobbyer lätt  lite besvärligt  svårt

Att delta i hobbyer lätt  lite besvärligt  svårt

Att gå på bio/teater/idrottsevenemang lätt  lite besvärligt  svårt

Att gå på restaurang lätt  lite besvärligt  svårt

Att semestra/resa lätt  lite besvärligt  svårt

Här kan du berätta med egna ord om ditt hjälpbehov förknippat med ditt sociala liv och din livsmiljö:



## Avslutningsvis

Är du tvungen att låta bli att göra saker i brist på hjälp eller tjänster?

Ja  Nej

Om du svarade ja, vad skulle du vilja göra om du fick den hjälp och det stöd du behöver för det?

Blanketten baserar sig på Finlands CP-förbund rf:s Kykyri-blankett och har gjorts med tillstånd av CP-förbundet. Till sitt innehåll motsvarar blanketten den ovannämnda blanketten.