

## VINKKEJÄ ARJEN AVUN KOTIKÄYNNEILLE

Hienoa, että haluat olla ystävänä arjessa!

Arjen apu toiminta on lyhytaikaista kotoutumisen tukea. Toiminnan tarkoitus on tukea kuntaan muuttaneen ensiaskeleita uudella paikkakunnalla ja tutustua yhdessä lähiympäristöön. Huomioithan kuitenkin aina kohtaamisissa, että jokainen ihminen on yksilö ja osa saattaa olla asunut täällä jo pitkään.

Arjen apu toiminnassa vapaaehtoinen sitoutuu tapaamaan uuden kuntalaisen kolme kertaa kuukauden aikana. Tapaamiset ovat kuitenkin aina tapauskohtaisia. Asiakkaalle tarjotaan kolmea tapaamiskertaa, mutta kertoja voi olla myös vähemmän hänen niin halutessaan. Vapaaehtoiset toimivat tehtävässä aina pareittain ja toisella heistä olisi hyvä olla aiempaa kokemusta SPR:n vapaaehtoisena toimimisesta. Lisäksi mukana voi olla tulkki tarpeen niin vaatiessa.

Arjen apua toteutetaan valmiin ”tsekkaukseen” kanssa, joka toimii kotikäyntien tukimateriaalina. Osasto voi kehittää listaa tarpeen mukaan oman paikkakunnan tarpeisiin sopivaksi. Huomioithan, että vapaaehtoisten tehtäviin ei kuitenkaan kuulu pankkiasioiden hoitaminen eikä virallisten asiakirjojen kuten vakuutuksien, vuokra-, sähkö- tai nettisopimusten tekeminen. Näissä asioissa ohjataan aina kunnan sosiaalitoimeen tai muualle paikkakunnalla mahdollisesti olevaan omakieliseen neuvontaan.

Toimintaan mukaan lähtevältä vapaaehtoiselta edellytetään arjen apu -koulutukseen tai muuhun perehdytykseen osallistumista. Vapaaehtoisten tulee myös sitoutua vaitiolovelvollisuuteen. Osasto ja / tai toimintaa koordinoivat vapaaehtoiset järjestävät toimintaan osallistuville vapaaehtoisille yhteisiä kokoontumisia ja virkistymistä.

SPR:n paikallisosasto koordinoi toimintaa. Yhteydenottoa pyyntö arjen avun tehtävään tulee aina paikallisosaston yhteyshenkilöltä. Yhteyshenkilö saa pyynnön kunnan sosiaalitoimesta, maahanmuuttopalveluista tai vastaanottokeskuksesta.

***Kiitos, että olet mukana! Kaikkein tärkeintä toiminnassa on kohdata ihminen ja toivottaa hänet tervetulleeksi!***



**ARJEN APU -TSEKKAUSLISTA**
**SPR** \_\_\_\_\_ **OSASTO**
**Vapaaehtoinen 1:** \_\_\_\_\_

**Vapaaehtoinen 2:** \_\_\_\_\_

**Tulkki:** \_\_\_\_\_

Tapaamiskerroilla käydään läpi ainakin alla mainitut asiat suullisesti muun keskustelun ohessa. Tärkeintä on olla läsnä, kohdata ja kuunnella. Listaa ei tarvitse käydä läpi järjestyksessä, ideana on, että tästä voit tarkistaa mistä asioista olisi hyvä keskustella asiakkaan kanssa. Näin varmistamme arjen sujuvuuden ja lisäämme turvallisuutta.

Jos asiat ovat asiakkaalle tuttuja, voitte keskittyä muilla tapaamiskerroilla niihin asioihin, joihin asiakas toivoo apua.

Tapaamiskerrat on hyvä sijoittaa lähelle toisiaan tai samalle viikonpäivälle.

**ESIMERKKEJÄ TAPAAMISKERROILLE:**
**I TAPAAMISKERTA Päivämäärä** \_\_\_\_\_

**Ensimmäisellä tapaamiskerralla käydään läpi seuraavat asiat:**

- **Kotiin ja asumiseen liittyvät asiat** ☐
  - ✓ Keskustellaan kotiin liittyvistä asioista, varmistetaan, että asiakas osaa toimia kotona niin, että arkielämä sujuu mahdollisimman hyvin ja ongelmitta.
  - ✓ Tarkista palovaroitin, kerro palohälyttimen merkityksestä. Koepiippaa hälytin. Ohjeista, jos hälytin piippaa turhaan, voi heiluttaa lehteä tms. sen alla. Pattereita ei saa poistaa. Käytä apuna, jätä tiedoksi: **paloturvallisuusvideot.fi** (Huom! Jos ohjeistat videoiden kautta, tutustu itse ensin videoihin, jotta osaat kertoa asiasta.)
  - ✓ Käy läpi hätänumero 112. Hyvä idea voisi olla esitellä ilmainen puhelimeen tarkoitettu 112 sovellus!
  - ✓ Kerro lämpöpattereista, näytä miten toimii. Kerro, että lämpöpattereita asunnossa ei saa peittää / päällä ei saa kuivattaa vaatteita tms.
  - ✓ Ohjeista siivousasioissa. Kerro, että siivotessa vettä ei saa heittää lattioille, vaan luuttuaminen tehdään kostutetulla pyyhkeellä tai mopilla.
  - ✓ Kerro, että ovet on pidettävä aina lukossa ja kotiavaimet mukana. Näytetään, että ovi menee lukkoon "automaattisesti" eli ei tarvitse kääntää avaimella.
  - ✓ Tutustukaa talonmiehen / huoltoyhtiön yhteystietoihin yhtiön ilmoitustaululta. Kerro milloin heihin voi olla yhteydessä (esim. jos avain unohtuu, kerro, että oven avauksesta peritään maksu).
  - ✓ Taloyhtiön yhteiset tilat: käykää katsomassa sauna, pesutupa, pyöräkellari, häkkivarasto jne. Ohjeistetaan erityisesti pesutuvan käyttöön.
  - ✓ Jätekatokseen tutustuminen: kerro jätteiden lajittelusta (annetaan mahdollisuuksien mukaan omakielinen jäteopas)

- ✓ Hyödynnä muuta materiaalia: **Youtubesta** löytyy asumiseen liittyviä videoita, esimerkiksi hakusanalla **'asumisopas maahanmuuttajille orimattilan vuokratatolot'** on usealla eri kielellä neuvoja kerrostalossa asumiseen. Voitte harkinnan mukaan katsoa videon yhdessä. Huomioitthän kuitenkin, että eri taloyhtiöissä saattaa olla erilaisia sääntöjä. Sääntöihin voi tutustua taloyhtiön ilmoitustaululla.
- ✓ Arkeen ja asumiseen liittyviä videoita löytyy myös: **www.suomitaskussa.eu**
- **Kalenteri** ☐
  - ✓ Kysy onko suomalainen kalenteri tuttu. Esittele kalenteri esim. punaisten päivien merkitys (virastot kiinni, kaupoissa mahdollisesti poikkeavia aukioloaikoja jne.)
  - ✓ Sovi seuraavat tapaamiskerrat yhdessä. Merkatkaa ne kalenteriin tai muualle ylös.
  - ✓ Mikäli paperikalenteria ei ole saatavilla, voitte tutkia yhdessä puhelimesta löytyvää kalenteria
- **Maahanmuuttoinfo tai muu vastaava kunnassa** ☐
  - ✓ Kerro kunnan maahanmuuttoinfosta tai sosiaalitoimen palveluista, joista voi hakea apua viranomaisasioissa ja esimerkiksi lomakkeiden täytössä. Anna olennaiset puhelinnumerot ja osoitteet tiedoksi. Voit etsiä tiedot jo etukäteen valmiiksi tai katsoa ne paikan päällä Internetistä ja näyttää samalla, mistä tiedot löytyvät.
  - ✓ Kela (kerro missä sijaitsee, anna yhteystiedot)
- **Vaatetus** ☐
  - ✓ Kerro vaatetuksesta Suomessa vuodenaika huomioiden. Syyskeleillä sadevaatetus, sateensuojat, talvella ohjeistetaan pipon, kaulahuivin ja lapasten käyttö, selitetään kerrospukeutumisen merkitys, opastetaan heijastimen käyttöön (näytä omasta takista tms.). Mahdollisuuksien mukaan antakaa kaikille perheenjäsenille omat heijastimet!
- **Lähikauppa** ☐
  - ✓ Kerro, missä lähikauppa sijaitsee tai varmista, että asiakas tietää, missä on kauppa. Seuraavalla kerralla voitte käydä yhdessä kauppareissulla tarvittaessa.

## II TAPAAMISKERTA Päivämäärä\_\_\_\_\_

Lähiympäristöön tutustuminen kävellen, pienten asioiden hoitaminen, kaupassa käyntiä, huonekalujen hankintaa tms. Tutustu asuinalueeseen ennen opastusta, jotta osaat kertoa asiakkaalle!

- **Lähikaupat** ☐
- Vierailkaa lähikaupassa ja tutustukaa kaupassa asiointiin yhdessä. Tarkistetaan, että osataan hedelmävaa'at, löydetään tarvittavat tuotteet ja osataan kassalla asiointi.
- **Muut mahdolliset lähipalvelut joko kävellen, bussilla tai suullisesti riippuen sijainnista** ☐
  - ✓ Apteekki
  - ✓ Terveyskeskus
  - ✓ Kirjasto (anna yhteystiedot tarvittaessa), käykää vierailulla, kerro kirjastokortista ja Internetin ja tietokoneen käyttömahdollisuudesta
  - ✓ TE-toimisto (anna yhteystiedot tarvittaessa)
  - ✓ Liikuntamahdollisuudet (erityisesti maksuttomat liikunta- ja virkistysalueet jne.)
  - ✓ Kirpputori / muut edulliset kaupat

Voit tarkistaa näiden paikkojen tiedot jo etukäteen ennen kotikäyntiä. Näin niistä on helpompaa kertoa ja keskustella.

- **Bussiliikenne** ☐

- ✓ Käydään yhdessä läpi paikallinen bussiliikenne ja aikatauluasiat. Näytä lähimmät bussipysäkit.

### III TAPAAMISKERTA Päivämäärä \_\_\_\_\_

Kolmannella tapaamiskerralla mennään ja tutustutaan yhdessä! Sopikaa edellisellä kerralla tapaamispaikka, haetko asiakkaan kotoa vai näettekö jossain kaupungilla?

- **Mukaan toimintaan** ☐

- ✓ Menkää yhdessä johonkin harrastus- / kohtaamispaikkaan (esim. SPR, MLL, Urheiluseurat tai muut urheiluharrastukset, kansainväliset kahvilat, kielikahvilat, kirjasto tms.) Ideana on, että halutessaan tekemisen pariin löytää omatoimisesti. Anna asiakkaalle mahdollisuuksien mukaan infomateriaalia häntä kiinnostavista asioista tai näytä, mistä tietoa löytyy Internetistä.

#### Apua voi kaivata lisäksi

- **Tavaroiden hankinta ja kuljetukset** ☐

- ✓ Kerro mistä kodin tarvikkeita ja huonekaluja voi hankkia edullisesti. Jos mahdollista, toimi apuna. Jos asiakas tarvitsee kuljetusapua, tiedustele, olisiko sellaista mahdollista saada joko ostopaikasta, muilta vapaaehtoisilta / osaston arjen avun ohjeiden mukaisesti.

Muuta huomioitavaa: \_\_\_\_\_