



MUISTIVIIHKO

Opas tukiin ja palveluihin
sairastuneelle ja läheiselle



Muistiliitto
Minnesförbundet



SELKO

Selkokäännös: Riitta Suominen

Tämän vihkon tiedot perustuvat vuoden 2019
lainsäädäntöön ja olemassa oleviin käytäntöihin.
Materiaali on päivitetty 2021.



KÄYTTÖOHJE

Tämä on Muistivihko.
Muistivihko kertoo edut ja tuet,
joita sinä voit saada.

Etu ja tuki esitellään aina ensimmäisellä sivulla.
Viereisellä sivulla saat tiedon,
mistä tukea haetaan
ja mihin lakiin se perustuu.

Lue, mitä tukea sinulle tarjoaa

KELA

s. 4–11



ASUINKUNTASI

s. 12–21



OIKEUSTOIMET

s. 22–31



VERTAISTUKI

s. 32–37





ELÄKETTÄ SAAVAN HOITOTUKI

Hoitotukea saat,
jotta voit asua kotona.
Tuella maksat kotihoitoasi.

Täytä hoitotuen hakemus.
Kerro hakemuksessa,
mitä haittaa sairaudestasi on.
Kerro myös,
millaista apua tarvitset.
Ilmoita kustannukset tarkasti.

Tee uusi hakemus, kun tarvitset apua lisää.

Tulot tai omaisuus eivät vaikuta hoitotukeen.

Liitä hakemukseen C- tai laaja B-lääkärintlausunto.
Lausunto saa olla korkeintaan 6 kuukautta vanha.



Lisätietoja

HAKEMUS:

Eläkettä saavan hoitotuki/

16 vuotta täyttäneen vammaistuki

EV 256

www.kela.fi

> henkilöasiakkaat > eläkeläiset

> eläkettä saavan hoitotuki



SOPEUTUMISVALMENNUS

Kurssilla valmennetaan sairauden kanssa elämiseen. Hae valmennukseen puolison, lapsen tai ystävän kanssa. Kurssi on maksuton ja Kela korvaa matkakustannuksia.

Kurssille voit hakea jos muistisairautesi on alkuvaiheessa ja MMSE-pisteesi ovat vähintään 18.

Kursseja järjestetään alle 68-vuotiaille tai yli 68-vuotiaille.

Hakemusta varten tarvitset alle vuoden vanhan B-lääkärintlausunnon tai vastaavan selvityksen.

Kursseja on myös omaishoitajille.



Lisätietoja

HAKEMUS: Harkinnanvarainen kuntoutus KU 132

www.kela.fi

> henkilöasiakkaat > kuntoutus

> kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskurssit

> kuntoutuskurssihaku

Käytä hakusanoja muistisairaus tai omaishoitaja.



LÄÄKEKORVAUKSET JA LÄÄKEKATTO

Saat lääkkeitä Kela-korvausta.
Osa korvataan automaattisesti.
Osaan vaaditaan lääkärin B-lausunto.

Korvausta saa, kun on maksanut omavastuun.
Omavastuu on 50 € vuonna 2021.

Lääkekatto on 579,78 euroa tänä vuonna (vuosi 2021).
Kun olet maksanut lääkkeitäsi tuon summan vuodessa,
saat sen jälkeen korvattavat lääkkeet hintaan 2,50 euroa.

Lääkekatto vaihtelee vuosittain.
Sen voi tarkistaa Kelan verkkosivuilta.



Lisätietoja

Lisätietoja saa omasta apteekista ja Kelasta.

www.kela.fi

> henkilöasiakkaat > sairastaminen > lääkekorvaukset



ELÄKKEENSAAJAN ASUMISTUKI

Saat asumistukea,

1. jos asut Suomessa ja
2. jos olet pienituloinen.

Tukea saat omaan tai vuokra-asuntoon.

Täytä hakemus.

Liitä siihen vuokrasopimus ja

vuokran tai vastikkeen maksukuitti.

Selvitä myös omat ja puolison tulot ja omaisuus sekä velat ja velkojen korot.

Hae yleistä asumistukea,

jos et saa eläkeläisen asumistukea.



Lisätietoja

HAKEMUKSET:

Eläkkeensaajan asumistuki (AE 1)

Yleinen asumistuki (AT 1)

www.kela.fi

> henkilöasiakkaat > eläkeläiset

> eläkkeensaajan asumistuki

www.kela.fi

> henkilöasiakkaat > asumisentuet

> yleinen asumistuki



PALVELUTARPEEN ARVIOINTI

Kunnan pitää selvittää,
miten omatoimista asumistasi voi tukea.

Palvelutarpeen arvioi kotikuntasi.

Varaudu ennalta arviointiin ja kirjaa asiat,
joihin tarvitset apua.

Näitä voivat olla:

- ruokailu
- harrastaminen
- asiointi
- apuvälineet
- vierailut.

Kaikki tarpeet kirjataan hoitosuunnitelmaasi.



Lisätietoja

Sosiaalihuoltolaki
(30.12.2014/1301)

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta
sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalveluista
(28.12.2012/980)

Vammaispaalvelujen käsikirja
www.thl.fi
> julkaisut > sähköiset käsikirjat
> vammaispaalvelujen käsikirja



OMAISHOIDON TUKEA

Läheinen hoitaa usein muistisairasta kotona. Omaishoidosta kannattaa tehdä sopimus kunnan kanssa. Silloin hoitaja saa omaishoidon tukea.

Tuki sisältää hoidettavan tarvitsemat palvelut. Omaishoitaja saa myös hoitopalkkion, 2-3 vapaapäivää kuukaudessa ja tukea hoitotyöhönsä.

Tukea voi saada lyhyeksi tai pitkäksi aikaa. Omaishoitajan ei tarvitse asua hoidettavan kanssa.

Tukea haetaan hoidettavan kotikunnalta. Kunnan työntekijä arvioi hoidontarpeen. Pelkkä kodinhoito tai asiointi ei oikeuta tukeen.

Tukea myönnetään kotikunnan määrärahojen mukaan.



Lisätietoja

Laki omaishoidon tuesta
(2.12.2005/937)

Tukinet keskustelupalsta
www.tukinet.net
> muisti- ja muistisairaudet -keskusteluryhmä

www.omaishoitajat.fi

Muistiliiton Vertaislinja
0800 9 6000
joka päivä klo 17–21
(Maksuton)

Omaishoitajaliiton neuvontapuhelin
020 7806 599
ma-to klo 9–15
(Puhelun hinta lankaverkosta 8,35 snt/puhelu + 8,83 snt/min
ja matkpuhelinverkosta 8,35 snt/puhelu + 22,32 snt/min.)



KULJETUSPALVELU

Sinulla on oikeus kuljetuspalveluun, jos et pysty käyttämään julkisia kulkuvälineitä. Silloin saat käyttää taksia tai invataksia alennetulla hinnalla. Maksat siitä saman kuin bussissa tai junassa.

Kun haet kuljetuspalvelua, liitä hakemukseesi lääkärintodistus

Kunnan täytyy järjestää vähintään 18 matkaa kuukaudessa. Matkat on tarkoitettu asiointiin ja virkistykseen.

Sinun pitää käyttää Kela-taksia, jos menet terveyskeskukseen, sairaalaan tai kuntoutukseen.

Kuljetuspalvelun taksi tilataan etukäteen omasta puhelinnumerostaan. Puhelinnumerot ovat Kelan verkkosivuilla.



Lisätietoja

Sosiaalihuoltolaki
(30.12.2014/1301)

Laki vammaisuuden perusteella
järjestettävistä palveluista ja tukitoimista
(3.4.1987/380)

Asetus vammaisuuden perusteella järjestettävistä
palveluista ja tukitoimista
(18.9.1987/759)

Vammaispalvelujen käsikirja
www.thl.fi
> julkaisut > sähköiset käsikirjat
> vammaispalvelujen käsikirja

www.kela.fi
> henkilöasiakkaat > sairastaminen >
matkakorvaukset



HENKILÖKOHTAINEN APU

Voit saada avustajan, jos et pysty tekemään tavallisia asioita vammasi tai sairautesi vuoksi.

Avustaja auttaa

- arjen toimissa
- harrastuksissa
- osallistumisessa
- ihmisten tapaamisessa.

Avustaja ei ole hoitaja, mutta pienet hoitotehtävät voivat olla osa avustajan työtä.

Avustajaa voit hakea kunnalta.

Päätös perustuu arvioon toimintakyvystäsi.

Päätöksestä voi valittaa.



Lisätietoja

Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista (3.4.1987/380)

Asetus vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista (18.9.1987/759)

Vammaispalvelujen käsikirja
www.thl.fi
> julkaisut > sähköiset käsikirjat
> vammaispalvelujen käsikirja



APUVÄLINEET JA HOITOTARVIKKEET

Oikeat apuvälineet helpottavat elämääsi. Apuvälineitä voivat olla rollaattori tai kyynärsauva, jotka auttavat sinua liikkumaan. Arjen toimissa auttavat nousemisen tuet ja wc-istuimen koroke.

Saat apuvälineitä maksutta lainaksi. Sinun kannattaa pyytää niitä, kun kunnan työntekijä arvioi avuntarvettasi. Myös fysioterapeutti neuvoo apuvälineissä.

Saat kunnalta myös hoitotarvikkeita, jos sairautesi on kestänyt 3 kuukautta. Tarvikkeita ovat esimerkiksi verensokeriliuska, vaipat ja avannetuotteet. Tarvikkeita saat tarpeesi mukaan. Määrää ei saa rajoittaa.



Lisätietoja

Terveydenhuoltolaki
(1326/2010)

Vammaispalvelujen käsikirja
www.thl.fi

> julkaisut > sähköiset käsikirjat > vammaispalvelujen
käsikirja

www.kuntoutumistalo.fi

www.stm.fi

> valtakunnalliset lääkinnällisen kuntoutuksen
apuvälineiden luovutusperiaatteet

– opas apuvälinetyötä tekeville ammattilaisille ja
ohjeita asiakkaille



HOITOTAHTO

Voit laatia etukäteen hoitotahtdon.
Kirjoita siihen,
millaista hoitoa haluat,
jos sairastut vakavasti.
Hoitotahto on hyvä tehdä,
silloin kun vielä kykenee ilmaisemaan tahtonsa.

Hoitotahtdon saa tehdä vain ihminen,
joka ymmärtää sen merkityksen.

Laadi hoitotahto kirjallisena,
mutta sen muoto saa olla vapaa.

Hoitotahtosi sitoo hoitajia.
Siihen voit kirjoittaa kaikki hoitotoiveesi.
Voit myös määrätä,
kuka saa päättää puolestasi
tai kuka saa tietoja tilastasi.

Lisätietoja

www.muistiliitto.fi

> etuudet ja oikeudet > hoitotahto

Huom! Muistiliitolla oma hoitohahtolomake, josta voit katsoa mallia.

Vanhustyön keskusliitto, Varaudu vanhuuteen
vtkl.fi > toiminta > vanhuuteen varautuminen

www.kanta.fi

> omakanta

Riittävä ymmärrys arvioidaan yksilöllisesti.
Tarvittaessa voi pyytää asiasta lausunnon
hoitavalta lääkäriltä.



EDUNVALVONTAVALTUUTUS

Voit antaa läheisellesi luvan hoitaa asioitasi, kun et itse enää itse pysty sitä tekemään. Tällainen lupa on edunvalvontavaltuutus. Se kannattaa tehdä, kun olet vielä terve tai sairautesi on alussa. Sinun on ymmärrettävä valtuutuksen merkitys.

Valtuutus tehdään kirjallisesti. Se allekirjoitetaan niin, että kaksi todistajaa on yhtä aikaa läsnä. Lähiomainen ei saa olla todistajana.

Voit valtuuttaa läheisesi hoitamaan taloudellisia tai muita henkilökohtaisia asioita.

Edunvalvonta otetaan käyttöön, kun et enää itse pysty hoitamaan asioita sairauden vuoksi. Valtuutuksen vahvistaa maistraatti. Hakemukseen tulee liittää valtuutus ja lääkärinlausunto.

Lisätietoja

Laki edunvalvontavaltuutuksesta (25.5.2007/648)

www.muistiliitto.fi > etuudet ja oikeudet
> edunvalvontavaltuutus

Miten turvaan tahtoni tulevaisuudessa?
Opas oikeudelliseen ennakointiin
sumut.fi > välineitä työhösi > oppaat muistityöntueksi

Vanhustyön keskusliitto, Varaudu vanhuuteen
vtkl.fi > toiminta > vanhuuteen varautuminen

dvv.fi
(Maistraatit siirtyivät vuoden 2020 alussa osaksi uutta
Digi- ja väestötietovirastoa)

Riittävä ymmärrys arvioidaan yksilöllisesti.
Tarvittaessa voi pyytää asiasta lausunnon
hoitavalta lääkäriltä.

www.suomi.fi
Kirjoita hakukenttään: "lääkärinlausunto kyvystä tehdä
oikeustoimi"



TILIJÄRJESTELYT

Voit antaa läheisesi hoitaa pankkiasiat puolestasi. Tämä on tarpeen, jos et itse pysty hoitamaan niitä sairauden takia.

Silloin annat läheisellesi käyttöoikeuden tilillesi. Hän voi nostaa ja tallettaa rahaa.

Voitte sopia, että käytätte tiliä aina yhdessä tai että molemmat saavat käyttää tiliä myös yksin.

Omia verkkopankin tunnuksia ei saa luovuttaa toiselle, koska ne vastaavat allekirjoitusta. Jos läheisesi hoitaa pankkiasioitasi verkossa, hän käyttää omia tunnuksiaan.

Tilin käyttöoikeudesta sovitaan pankin kanssa. Kun sopimus tehdään, sinun on ymmärrettävä järjestelyn merkitys.

Lisätietoja

Lisätietoja voi kysyä omasta pankista.

Riittävä ymmärrys arvioidaan yksilöllisesti.
Tarvittaessa voi pyytää asiasta lausunnon
hoitavalta lääkäriltä.



VALTAKIRJA

Voit antaa läheisellesi myös valtakirjan, jonka avulla hän voi hoitaa asioitasi.

Valtakirjan voit antaa yleisesti asioiden hoitoon tai yksilöidysti tiettyä asiaa varten.

Yksilöityä valtakirjaa vaativat

- pankkiasiat
- Kela-asiat
- kiinteistön myynti.

Valtakirja voi olla vapaamuotoinen, eikä sitä tarvitse rekisteröidä.

Valtakirja tulee voimaan, kun se allekirjoitetaan.

Valtakirjan antajan täytyy ymmärtää sen sisältö ja merkitys.

Valtakirjan antajan täytyy pystyä valvomaan sen käyttöä.

Lisätietoja

www.kela.fi

> henkilöasiakkaat > hyvä tietää

> toisen puolesta asiointi

Riittävä ymmärrys arvioidaan yksilöllisesti.
Tarvittaessa voi pyytää asiasta lausunnon
hoitavalta lääkäriltä.



EDUNVALVOJAN MÄÄRÄÄMINEN

Edunvalvoja määrätään, jos asiat eivät hoidu tilijärjestelyllä, valtakirjalla tai edunvalvontavaltuutuksella.

Edunvalvojan tehtävinä voivat olla

- taloudelliset asiat
- henkilökohtaiset asiat
- puhevalta oikeudessa tai viranomaisessa.

Edunvalvojan määräämistä voit hakea itse. Hakemus edellyttää asian ymmärtämistä. Myös toinen henkilö voi tehdä hakemuksen tai ilmoituksen edunvalvonnan tarpeesta.

Hakemus tehdään maistraatille. Maistraatti ratkaisee valvottavan omat hakemukset. Muissa tapauksissa maistraatti tekee hakemuksen käräjäoikeudelle.

Edunvalvojaksi määrätään sopiva henkilö. Maistraatti valvoo edunvalvojan toimintaa.

Lisätietoja

Laki holhoustoimesta
(1.4.1999/442)

www.muistiliitto.fi

> etuudet ja oikeudet > edunvalvonta

dvv.fi

(Maistraatit siirtyvät vuoden 2020 alussa osaksi uutta Digi- ja väestötietovirastoa)

Lähtökohtaisesti henkilö säilyttää oikeustoimikelpoisuutensa edunvalvojan määräämisen jälkeenkin. Toimintakelpoisuuden rajoittaminen tietyn omaisuuden osalta ja vajaavaltaiseksi julistaminen ovat harvinaisia, ja niistä annetaan erillinen ratkaisu tuomioistuimessa.



PÄIVÄTOIMINTA

Päivätoiminta on ohjattua ryhmätoimintaa.
Se tukee selviytymistäsi kotona.

Ohjaaja suunnittelee toiminnan kaikille sopivaksi.
Päivään kuuluu toimintaa,
ruokailuja ja terveydenhoitoa.
Kuljetus on usein järjestetty.

Palvelu on yleensä maksullista,
tai se voidaan toteuttaa palvelusetelillä.
Palvelusetelin myöntää kotikunnan vanhuspalvelut.

Ryhmätoimintaa järjestävät myös järjestöt
ja muistiyhdistykset.





TUETTU LOMA

Voit hakea yhdessä läheisesi kanssa tuetulle lomalle. Lomia järjestää Maaseudun terveys- ja lomahuolto ry yhdessä muistiyhdistysten kanssa.

Lomalla voitte virkistyä ja saada vertaistukea. Lomapaikkana on usein kuntoutuskeskus tai kylpylä. Paikalla on henkilökuntaa ja muistiyhdistyksen työntekijä. Vastuu turvallisuudesta ja hyvinvoinnista on lomalaisella itsellään tai hänen läheisellään.

Loman myöntämiseen vaikuttavat taloudelliset, terveydelliset ja sosiaaliset perusteet. Huomioon otetaan sinun ja puolisosi tulot ja menot, elämäntilanne sekä aikaisemmin saatu lomatuki. Tuetulle lomalle ei ole muistipiste- tai ikärajaa.

Lomatukea saa korkeintaan joka toinen vuosi. Loman omavastuu on 20 euro henkilöltä vuorokaudessa. Kelan kuntoutus ei ole este hakemiselle.



Lisätietoja

HAKEMUS:
www.mtlh.fi
> lomatuon haku



MAASEUDUN TERVEYS- JA LOMAHUOLTO RY

Myös muut lomajärjestöt järjestävät tuettuja lomia:
www.lomajarjestot.fi



MUISTIYHDISTYKSET

Muistiliitto tarjoaa toimintaa muistisairaille ja heidän läheisilleen. Ihmissuhteita on hyvä ylläpitää sairaudesta huolimatta.

Muistiliitolla on 43 jäsenyhdistystä. Ne ylläpitävät Muistiluotseja, joissa ammattilaiset tarjoavat tietoa ja tukea muistisairaille ja läheisille. Muistiluotsit järjestävät vertaisryhmiä.

Yhdistykset tarjoavat myös luentoja, retkiä ja virkistystä. Osallistuminen ei yleensä vaadi jäsenyyttä. Kysy lisää omasta yhdistyksestäsi!



Lisätietoja

www.muistiliitto.fi
www.muistiluotsi.fi

www.muistineuvo.fi

Muistineuvo / Minneslinjen
p. 09 8766 550
arkipäivisin (0,08 €/min.+pvm.)

OMAT MUISTIINPANOT

Muista!

Muistisairaudet eivät kuulu normaaliin ikääntymiseen, vaan ne ovat eteneviä neurologisia sairauksia.



OMAT MUISTIINPANOT

Paikka
lähimmän
muistiyhdistyksen
tarralle



Muistiliitto ry
Pasilanraito 9 B
00240 Helsinki
p. 09 6226 200

