

Kysely taloudellisesta hyvinvoinnista

<p>1. Talouden koko, jossa elät?</p>	<p>yksi aikuinen kaksi aikuista yksi aikuinen sekä lapsi/ ___ lasta kaksi aikuista sekä lapsi/ ___ lasta muu, mikä?</p>
<p>2. Millainen elämäntilanne sinulla on?</p>	<p>olen töissä olen sairauslomalla hoidan kotona lasta/omaista olen työttömänä opiskelen olen eläkkeellä muu, mikä?</p>
<p>3. Riittävätkö tulosi asumisen ja elämisen kuluihin?</p>	<p>Hyvin. Koen, että taloudellinen tilanne on hallinnassa ja tulot riittävät. Tyydyttävästi. Minulla on ajoittain haasteita saada rahat riittämään. Huonosti. Rahat eivät riitä kattamaan asumisen ja elämisen kuluja. Minulla on haasteita raha-asioiden hoitamisessa.</p>
<p>4. Oletko joutunut pyytämään tai lainaamaan rahaa?</p>	<p>En joudu lainaamaan rahaa Joskus olen joutunut lainaamaan, kerran tai kaksi Silloin tällöin joudun lainaamaan Usein joudun lainaamaan</p>
<p>5. Aiheuttaako taloudellinen tilanteesi sinulle ahdistusta tai muita vaikeuksia? Jos vastasit kyllä, mikä taloudellisessa tilanteessasi sinua huolestuttaa eniten?</p>	
<p>6. Koetko tarvitsevasi apua talousasioiden selvittämiseen?</p> <p style="text-align: center;">Kyllä, tarvitsen apua talousasioissa Ei, en tarvitse apua talousasioissa</p>	



Apua taloudellisen toimeentulon haasteisiin

1. Tietoa etuuksista sekä tukea taloudellisen toimeentulon haasteisiin löytyy Mielenterveystalon verkkosivuilta: [Irti taloudellisesta ahdingosta](#)
2. Kirkon diakonia-apu tarjoaa apua taloudellisen toimeentulon haasteissa. Lisätietoa saat kotipaikkakuntasi seurakunnasta tai internetistä: [Taloudellinen avustaminen](#)
3. Mikäli olet velkaantunut, eikä velkojen maksun sopiminen onnistu velkojan tai perintäyhtiön kanssa, voit pyytää neuvoa Oikeusaputoimiston talous- ja velkaneuvonnasta. Velkaneuvonta on maksuton palvelu, joka auttaa velkaantunutta saamaan käsityksen paljonko velkaa on yhteensä sekä missä vaiheessa velat ovat. Oikeusaputoimiston velkaneuvonnasta saat apua kokonaistilanteen hahmottamiseen sekä neuvoa tilanteesi ratkaisemiseksi. Oikeusaputoimistojen talous- ja velkaneuvonnan yhteystiedot löydät Oikeusministeriön verkkosivuilta: [Talousvelkaneuvonta](#)
4. Takuusäätiö tarjoaa maksutonta ja anonyymia neuvontaa puhelimitse numerosta 0800 9 8009 (arkisin klo 10-14). Takuu-Säätiön verkkosivuilta löytyy myös anonyymi [chatti](#), johon voit halutessasi osallistua.
5. Ruoka-apu. Löydät lisätietoa: [Ruoka-apu](#).
6. Hope ry. Avustuksia (vaatteet, kengät, lasten harrastaminen) voit hakea esimerkiksi internetistä lomakkeella, joka löytyy osoitteesta: [Kaipaamaan apua](#)
7. Taloudenhallintasovelluksia rahan käytön suunnitteluun ja talouden seurantaan. Linkit alla: [Kotitalouden menojen seuranta](#) , <https://roi-app.com/premium/>
8. Voit hyötyä Takuusäätiön talousasioiden verkkovalmennuksesta: [Hallitse rahojasi -verkkovalmennus](#)
9. Pääset keskustelemaan raha-asioista muiden ryhmäläisten kanssa Facebookissa [Hallitse Rahojasi](#) -ryhmässä.
10. Haastaako jokin riippuvuus (päihitteet, rahapelit jne.) rahankäyttöäsi? Löydät erilaisia testejä internetistä: [Päihdelinkki Testit ja laskurit](#)
11. Voit hakea apua kunnan talous- ja velkaneuvonnasta tai sosiaalitoimesta. Yhteystiedot löytyvät kunnan verkkosivuilta.