



## "Aino Aikaansaava"

keski-ikäinen 4 lapsen yksinhuoltaja  
Työkyvyn laskua uupumuksen ja fyysisen rasitusvamman takia  
Opiskellut uuden ammatin pariin kertaa.  
Hyvin aktiivisesti vapaaehtoisena  
Takana avioero ja muutto uudelle paikkakunnalle  
Toimeentulovaikeuksia pitkin matkaa

"Luovuu  
vie  
eteenpäin"



## Tavoitteeni

Millaista elämäni on, kun olen päässyt lähemmäs sitä mistä unelmoin?

Saan toimeentuloni tekemällä työtä jossa olen hyvä

Voin tehdä merkityksellistä työtä ja auttaa toisia saman läpikäyneitä

Lasteni elämässä asiat järjestyvät ja he pääsevät kiinni elämään ja ammattiin



## Motivaationi ja kyykytyteni

Mitkä asiat auttavat minua eteenpäin?  
Hyötyisinkö minä parhaiten työkyvyn tuen tiimin palveluista?

olen hyvin itseohjautuva, analyttinen ja yritteliäs

Jaksan opiskella ja kiinnostua uusista asioista

Haluan auttaa muita ja teen paljon vapaaehtois- ja järjestötyötä



## Toimintaympäristöni

Ketä muita elämäni kuuluu?  
miten he vaikuttavat elämäni ja toimintakykyyni?  
Mitä muita työkykyyni vaikuttavia ulkoisia tekijöitä löytyy?  
esimerkiksi: asuinpaikkakunta, koulutus, ikä jne.

Etenkin vanhimmillä lapsillani on ollut haasteita oman elämän aloittamisessa

Kätäni vaurioitui onnettomuudessa ja jouduin siksi vaihtamaan ammattia.

Yhdellä lapsistani on vakava rahapeli-riippuvuus ja velkoja.

Erosin lasten isästä ja olen yksinhuoltaja

Muuttanut pariin kertaa kun oli vaikea löytää töitä edelliseltä paikkakunnalta

Olen opiskellut työttömyystuella

Välissä ollut sairaspäivä rahoilla

Sitten työttömyyspäivärahoilla



## Haasteeni

Mitä asioita elämässäni on nyt estämässä paremman tulevaisuuden saavuttamista?

### Paljon haasteita yhtä aikaa:

Työuupumus

Avioeron läpikäymistä

Muutto vieraalle paikkakunnalle, kaikki on kalliimpaa

Lapsen rahapeli-riippuvuus ja velat

Tähän vaikeaa saada apua kun kieltää ja valehtelee

Piti vaihtaa ammattia fyysisen rajoitteen takia (onnettomuus)

Toisen lapsen masennus, sisarusten välillä henkistä väkivaltaa

En osannut hakea toimeentulotukea, ensin en saanut kun olin "liian aikaisin" liikkeellä

Arjen hallinta meni uupumuksen myötä

En osaa niukan talouden hallintaa, kun ennen ollut aina töissä.

En saanut starttirahaa, järjestys oli väärä?



## Tarpeeni

Mitä tarvitsisin työ- ja toimintakykyä ylläpitämiseen ja sen parantamiseen?

Katsottaisiin kokonaiskuvaa ja koko perheen tilannetta

Tunnistettaisiin myös läheisten ongelmat, esim. olisi kysytty peliriippuvuudesta!

Tarpeeksi aikaisin kopia lasten ongelmien vastaamisessa!

Olisin tarvinnut keskusteluapua, toinen aikuinen rinnallakulkijaksi (tukihenkilö)

Että minut kohdattaisiin ihmisenä eikä arvosteltais!


Apua "tukiviidakkoon" ja hakemiseen

Tukea arjen hallintaan. Pystyn kyllä mutta väsyneenä lamaantuu ja toimintakyky huononee.

Taloudellista tukea

Talousneuvontaa


Ihan arjen vinkkejä, esim. että ostaisin aina peruselintarvikkeita varastoon silloin kun sitä rahaa on!



## "Risto Reipas"

Nuori mies jolla takana rahapeliiriipuvuus Peliriipuvuus aiheuttanut ihmishuonongelmia Selkävaiva joka vaikeuttaa työllistymistä Vakava parisuhde kariutui pelaamisen takia Muutto uudelle paikkakunnalle samaan aikaan Velkaa ja ulosotossa, sai hädän maksamattomien vuokrien takia. Nyt majailee äitinsä tai kavereiden luona.

**"Ryhmät ei oo mun juttu"**




## Tavoitteeni

Millaista elämäni on, kun olen päässyt lähemmäs sitä mistä unelmoin?

Mulla ois mielekäs työ eikä olisi velkaa

Elämän tukipilarit kunnossa, terveys, ihmisuhteet kuten parisuhde

Elämässä ois säännöllinen rytmi




## Motivaationi ja kyvykkyyteni

Mitkä asiat auttavat minua eteenpäin? Hyötyisinkö minä parhaiten työkyvyn tuen tiimin palveluista?

jos mä jotain päätän niin sen teeni. Vieroitin itteni pelaamisesta ilman tukiryhmiä!

Yritän pitää pitämään huolta omasta jaksamisesta ja pitää säännölliset rutiinit

Haluun olla aktiivinen ja osallistua



## Toimintaympäristöni

Ketä muita elämäni kuuluu? miten he vaikuttavat elämäni ja toimintakyvyni? Mitä muita työkyvyni vaikuttavia ulkoisia tekijöitä löytyy? esimerkiksi: asuinpaikkakunta, koulutus, ikä jne.

Lapsena muuteltiin paljon paikkakunnalta toiselle äidin työn perässä

Mun lapsuus ja nuoruus köyhässä yksinhuoltaja-perheessä

Lapsuuden perheessä toimeentulo-vaikeuksia ja kai perityneet mullekin sitten

En saanut töitä kun selkä ei kestänyt duunia


"Elämäni rakkauten" kanssa meni poikki mun pelaamisen vuoksi

Samaan aikaan muutettiin uudelle paikkakunnalle, opettelua kun isompi kaupunki

Mulla on velkaa ja olen ulosotossa

Ei ole pysyvää puhelinliittymää, oman vuokratampän saaminen vaikeaa ei oo luottotietoja

Mä en pelaa enää mutta riski repsahtaa on aina



## Haasteeni

Mitä asioita elämäni on nyt estämässä paremman tulevaisuuden saavuttamista?

Mun on vaikea hoitaa lomakesotaa kun ei ole puhelinta aina käytössä, ja lomakkeita pitää hakea toiselta puolen kaupunkia

Ei ole bussirahaa, miten pääsee liikkumaan?

Kävin jossain työkäarin kuntoutusjutussa.. sitten ne sanoivat että en pysty keskittymään kuntoutukseen


Monet kohtelee jotenkin ylimielisesti tuntematta mua, työkkäri, sossu, lääkäri

Ei vakituista osoitetta, mä asun vähän missä sattuu nyt

Lomakkeiden täyttämiseen tarvitsisi apua, ettei vaan laiteta kotiin lappusten kanssa

kotona ei osattu käyttää rahaa järkevästi, kaikki pitänyt opetella alusta lähtien itse

Paljon opeltavaa, esim. liikkuminen isossa kaupungissa ihan uutta



## Tarpeeni

Mitä tarvitsisin työ- ja toimintakyvyni ylläpitämiseen ja sen parantamiseen?

jos on joku vaikka keskittymisen ongelma, joku kysyisi että onko jotain muutakin taustalla

Silloin kun pelasin, kukaan ei ees kysynyt, sossu vaan ihmetteli että mihin ne rahat menee?

miten käyttää rahaa oikein ja järkevästi?

Vertaistuki / tukihenkilö olisi auttanut

Toipumisvaiheessa sisältöä elämään, vapaaehtoistyöt auttaneet paljon!

Apua jos repsahdan pelaamiseen taas.

Normaalia perhe-elämää eikä sitä että käy ryhmässä ja puhuu omasta riippuvuudestaan

Mistä löytyisi vapaaehtois- ja yhdistys-toimijoiden tiedot?

Että tuntisi itsensä ihan jees tyypiksi eikä luuseriksi ja häpeäisi

On vaikea totutella toisten määräämään rytmiin jos on ollut pitkään pois työelämästä

Etuksien hakemiseen tarvitsin apua, en osaa täyttää lomakkeita tai tiää mitä hakea

palvelua kasvokkain, en jaksa lukea pitkiä tekstejä