

Ikääntyneiden   
palveluneuvonta

# Ikäihmisten palveluopas



**Padasjoki**  
2023



## Ikääntyneiden palveluneuvonta

☎ 044 482 5050

Aleksanterinkatu 18, Trio 2. kerros  
(Lahden Palvelutori), 15140 Lahti  
Arkisin klo 9.00–15.00, ke klo  
9.00–16.00

## Päijät-Hämeen hyvinvointialue

☎ 03 819 11 (vaihde)

Keskussairaalankatu 7, 15850  
Lahti

Ma-pe 8.00–18.00, la-su ja pyhät  
9.00–18.00

## Padasjoen sote-keskus

Kellosalmentie 24, 17500 Padas-  
joki

☎ 03 880 2930, ma – pe klo 8.00–  
15.00

## Päivystysapu

☎ 116 117

Auttaa äkillisissä sosiaali- ja ter-  
veysongelmissa ympäri vuoro-  
kauden. Päivystysavun numeroon  
tulee soittaa ennen Akuutti24:ään  
hakeutumista.

## Hätänumero

☎ 112

Palokunta, poliisi, sairaankuljetus

## Padasjoen kunta

☎ 03 552 911 (vaihde)

Kellosalmentie 20, 17500 Padas-  
joki  
PL 35, 17501 Padasjoki

Ikäihmisten palveluopas / Lahti 2022

Painopaikka: Suomen Uusiokuori oy, Somero

Graafinen suunnittelu ja taitto: Ronja Wallgrén ja Jenna Lahti / Tredu Media-ala





## Tervetuloa keskustelemaan kanssamme ikääntyneiden arkea koskevista asioista!

Tarjoamme neuvontaa ja palveluohjausta ikääntyneille ja heidän läheisilleen Päijät-Hämeen alueella. Toimimme yhteistyössä Ikääntyneiden Asiakasohjauksen ja gerontologisen sosiaalityön kanssa.

Palvelumme tavoitteena on mahdollistaa ikäihmisille hyvä elämä kotona tarjoten neuvontapalvelua kaikissa ikääntyneiden arkeen liittyvissä asioissa. Toimimme ikäihmisten apuna asiakaslähtöisesti ja ratkaisukeskeisesti sekä yksilöllisyys huomioiden. Autamme haravoimaan eri palvelujen viidakossa, löytämään avun tarvetta parhaiten tukevat palvelut yksityisten, kolmannen sektorin ja julkisten palveluntarjoajien joukosta ja tekemään palveluvaihtoehtojen hinta- ja laatuvertailua. Meiltä saat tietoa ikääntyneiden kotona asumista tukevista palveluista kuten kotihoidosta, ateria- ja turvapalvelusta sekä teknologian ratkaisuista. Neuvomme myös asumiseen liittyvissä asioissa antamalla tietoa eri asumismuodoista ja kodin muutostöistä.

Palvelumme on maksutonta ja meille voi tulla asioimaan aukioloaikana ilman ajanvarausta. Asioida voi myös anonyymisti. Älä epäröi ottaa yhteyttä ja kysyä neuvoa!

### Ikääntyneiden palveluneuvonta

☎ 044 482 5050

[yhteys@ikaantyneidenpalveluneuvonta.fi](mailto:yhteys@ikaantyneidenpalveluneuvonta.fi) •

[www.ikaantyneidenpalveluneuvonta.fi](http://www.ikaantyneidenpalveluneuvonta.fi)

### Toimipisteet

#### Lahti

Aleksanterinkatu 18, Trio 2. kerros (Lahden Palvelutori), 15140 Lahti  
Arkisin klo 9.00–15.00, ke klo 9.00–16.00

#### Heinola

Torikatu 13, G-ovi, 1. kerros  
Ma–ti/to–pe klo 9.00–13.00, ke klo 9.00–14.00

Ikääntyneiden arkeen liittyviä palveluita voit etsiä palveluhaustamme osoitteessa [www.ikaantyneidenpalveluneuvonta.fi](http://www.ikaantyneidenpalveluneuvonta.fi).  
Ikääntyneiden palveluneuvontaan voi olla yhteydessä myös sähköpostilla [yhteys@ikaantyneidenpalveluneuvonta.fi](mailto:yhteys@ikaantyneidenpalveluneuvonta.fi) tai osoitteessa [www.paijatha.fi](http://www.paijatha.fi) chatin kautta ja Kysy neuvoa-lomakkeella.  
Huomioithan, että palveluntuottajien yhteystietoihin on saattanut tulla muutoksia palveluoppaan painamisen jälkeen.



## LUONA

Luona tuottaa Päijät-Hämeen hyvinvointialueelle ikääntyneiden palveluneuvonnan. Tavoitteenamme on mahdollistaa ikäihmisille hyvä elämä kotona.

Luonassa kehitämme uusia toimintatapoja soten etulinjaan ja sinne, missä vaikuttavuus on suurin. Autamme ratkaisemaan terveydenhuollon, sosiaalitoimen ja ikäihmisten hoidon haasteita. Teemme arjen sote-työtä yhdessä kuntien, maakuntien, valtion, sairaanhoitopiirien, yksityisten terveydenhuollon toimijoiden ja vakuutusyhtiöiden kanssa. Yhteistyö rakentuu luottamuksella ja keskinäisellä kuuntelulla ja ymmärtämisellä. Toiminta on vastuullista, läpinäkyvää ja sitä kehitetään yhdessä. Olemme onnistuneet, kun asiakkaamme kokevat, että toiminta on laadukasta.

Palveluidemme piiriin kuuluu yli 3 miljoonaa ihmistä. Luonassa työskentelee noin 500 sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaista. Olemme osa kotimaista Bravedo-konsernia. Luona yhdistää ihmiset ja sote-palvelut.

[www.luona.fi](http://www.luona.fi)

# SISÄLLYSLUETTELO

|                                                          |           |
|----------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1 KOTONA ASUMISTA TUKEVAT PALVELUT</b>                | <b>8</b>  |
| Asiointipalvelut                                         | 8         |
| Ateriapalvelu                                            | 9         |
| Kauppapalvelu                                            | 10        |
| Siivouspalvelu                                           | 11        |
| Raivaussiivous                                           | 11        |
| Turvapalvelu                                             | 13        |
| Hyvinvointitekniologia                                   | 13        |
| Kotihoito ja kotisairaanhoido                            | 14        |
| Muut kotona asumista helpottavat palvelut                | 15        |
| Korjaus-, remontti- ja huoltopalvelut                    | 15        |
| Kuntoutus- ja hierontapalvelu                            | 16        |
| Pihatyöt                                                 | 16        |
| Tietotekniikka- ja mobiililaitteiden asiantuntijapalvelu | 17        |
| Yli 65-vuotiaiden omaishoito                             | 18        |
| Kuntouttava päivätoiminta                                | 25        |
| Kotikuntoutus                                            | 25        |
| Perhehoito                                               | 25        |
| Kuntoutusjakso (asumisyksikössä)                         | 26        |
| Arviointijakso (asumisyksikössä)                         | 26        |
| Lyhytaikaishoito palveluasumisessa                       | 27        |
| Lyhytaikainen ympärivuorokautinen palveluasuminen        | 28        |
| <b>2 SENIORIASUMINEN JA ASUMISPALVELUT</b>               | <b>33</b> |
| Senioriasuminen                                          | 33        |
| Palveluasuminen ja ympärivuorokautinen palveluasuminen   | 34        |
| <b>3 SOTAVETERAANIT JA SOTAINVALIDIT</b>                 | <b>41</b> |
| <b>4 PALVELUSETELI</b>                                   | <b>42</b> |
| <b>5 ASIAKASMAKSUJEN PERUSTE</b>                         | <b>43</b> |
| <b>6 TERVEYSPALVELUT</b>                                 | <b>45</b> |
| Hätätilanteet ja päivystys                               | 45        |
| Päijät-Hämeen keskussairaala                             | 45        |
| Salpausselän kuntoutussairaala, Jalmari                  | 45        |
| Ajanvaraus- ja palveluneuvonta                           | 45        |
| Suun terveydenhuolto                                     | 46        |
| Laboratoriopalvelut                                      | 46        |
| Hoitotarvikkeet                                          | 46        |
| Apuvälinepalvelut                                        | 47        |
| Kuntoutus                                                | 48        |
| Mielenterveys- ja päihdepalvelut                         | 48        |
| Muistisairaiden palvelut                                 | 50        |

|                                             |           |
|---------------------------------------------|-----------|
| Terveystenhuollon asiakasmaksukatto         | 51        |
| <b>7 MUITA SOSIAALIPALVELUJA</b>            | <b>54</b> |
| Gerontologinen sosiaalityö                  | 54        |
| Sosiaalihuollon ohjaus ja neuvonta          | 54        |
| <b>8 LIIKKUMISTA TUKEVAT PALVELUT</b>       | <b>54</b> |
| Kunnan palveluliikenne                      | 54        |
| Sosiaalihuoltolain mukainen kuljetuspalvelu | 55        |
| Vammaispalvelulain mukainen kuljetuspalvelu | 55        |
| Kela-taksi                                  | 56        |
| <b>9 TOIMEENTULO JA OIKEUDELLINEN APU</b>   | <b>56</b> |
| Asuntojen korjausavustukset ja -muutostyöt  | 56        |
| Edunvalvonta                                | 57        |
| -Edunvalvontavaltuus                        | 57        |
| -Edunvalvoja                                | 58        |
| Kela                                        | 59        |
| -Eläkettä saavan hoitotuki                  | 59        |
| -Eäkkeensaajan asumistuki                   | 59        |
| -Toimeentulotuki                            | 59        |
| Kotitalousvähennys                          | 60        |
| Arvonlisäverottomat sosiaalipalvelut        | 60        |
| Oikeusaputoimisto                           | 61        |
| Potilas- ja sosiaaliasiamies                | 61        |
| <b>10 HARRASTUS- JA VIRKISTYSTOIMINTA</b>   | <b>62</b> |
| Liikuntapalvelut                            | 63        |
| Vapaaehtois- ja järjestötoiminta            | 64        |
| <b>11 KESKUSTELUAPU</b>                     | <b>66</b> |
| <b>12 HENGELLINEN TOIMINTA</b>              | <b>67</b> |
| <b>13 HYVÄ TIETÄÄ</b>                       | <b>68</b> |
| Hakemukset ja lomakkeet                     | 68        |
| Kunnan vanhus- ja vammaisneuvosto           | 68        |
| Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta     | 68        |
| Laki potilaan asemasta ja oikeuksista       | 69        |

## 1 KOTONA ASUMISTA TUKEVAT PALVELUT

Kotona asumista voidaan tukea monin eri tavoin. Jokaisen asiakkaan yksilöllisen tilanteen mukaan pyritään löytämään hänen tilanteeseensa parhaat ratkaisut yksityisten, kolmannen sektorin ja kunnallisten palveluiden tarjonnasta huomioiden asiakkaan läheisten mahdollisuudet osallistua asiakkaan elämään. Jos ostat palveluja suoraan yksityisiltä palveluntuottajilta, selvitä palveluntuottajalta, voitko saada palvelun arvonlisäverottomasti. Katso lisätietoa Arvonlisäverottomat sosiaalipalvelut.

Voit hakea kotitalousvähennystä yksityisistä palveluista, kun ostat esimerkiksi seuraavia palveluita kotiisi: siivous, ikääntyneen hoito, asunnon remontit ja tietokoneiden asennukset. Kotitalousvähennystä voi saada myös töistä vapaa-ajan asunnollasi. Katso lisätietoa osioista Kotitalousvähennys.

### Asiointipalvelu

Asiointipalvelu voi sisältää esimerkiksi apteekkiasiointia, kaupassa käyntiä asiakkaan kanssa tai puolesta, saattamista lääkäriin tai tutkimuksiin, virastoasiointia, ulkoilua tai seurustelua asiakkaan kanssa. Palveluntuottajan kanssa tehdään kirjallinen sopimus, jossa määritellään palvelun sisältö tarkemmin.

Päijät-Hämeen hyvinvointialueella on käytössä myös rintamaveteraanien ja sotainvalidien tukipalveluiden palveluseteli.

### Asiointipalvelut yksityisesti:

#### Avustajasi Oy

☎ 045 341 5522 • Mannerheimintie 107, 00280 Helsinki • asiakaspalvelu@avustajasi.fi • www.avustajasi.fi

#### Gubbe

☎ 044 724 6007 • asiakaspalvelu@gubbe.com • fi.gubbe.com

#### Helppy

☎ 010 299 8299 • Perämiehenkatu 12 E, 00150 Helsinki • info@helppy.fi • www.helppy.fi

#### Kotipalvelut Tmi Lotta Aaltonen

☎ 040 772 0133 • Valkamantie 8, 17500 Padasjoki • lotta.aaltonen66@gmail.com

#### Kotona Asuen Seniorihoiva Lahti **P**

☎ 010 850 9550 • Hämeenkatu 28, Lt 2, 15140 Lahti • lahti@kotonaasuen.fi • www.kotonaasuen.fi

#### Medical Revolution Oy

☎ +358 45 237 8634 • Takalankatu 4, 15800 Lahti • pmp@pmprescue.fi • pmprescue.fi/index.html

#### PHE Apu Oy

☎ 050 305 8584 • Keijutie 36 A as 3, 15700 Lahti • pheapuoy@gmail.com • www.pheapu.fi

#### Seurana Oy

☎ 050 552 9449 • Heikkiläntie 7 A, 00210 Helsinki • kaisa.kononen@seurana.fi • seurana.fi

#### Suomen Seniorihoiva Oy

☎ 010 324 9000 • Mannerheimintie 12 B, 00100 Helsinki • info@suomenseniorihoiva.fi • suomenseniorihoiva.fi

#### Toimela ry

☎ 040 511 1121 • Tammitie 3, 17500 Padasjoki • info@toimelapalvelut.fi • www.toimelapalvelut.fi

### Ateriapalvelu

Ateriapalvelun tavoitteena on tukea ikääntyneen kotona asumista ja itsenäisyyttä mahdollisimman pitkään varmistamalla hyvän ravitsemustilan ja hyvinvointi monipuolisten ja maukkaiden aterioiden avulla.

Ateriapalvelulla tarkoitetaan kotiin kuljetettua ateriaa, jonka voi tilata valitsemaltaan palveluntuottajalta. Aterioita voi tilata oman tarpeen mukaisesti.

Kotiin toimitettujen valmiiden aterioiden lisäksi ateriapalvelu voi tarkoittaa ateriapalvelulaitetta, ruuan valmistusta tai lämmitystä asiakkaan kotona. Asiakas tekee itse sopimuksen ateriapalveluntuottajan kanssa ja sopii tarvittavista käytännöistä.

### Ateriapalvelut yksityisesti:

#### Avustajasi Oy

☎ 045 341 5522 • Mannerheimintie 107, 00280 Helsinki • asiakaspalvelu@avustajasi.fi • www.avustajasi.fi



## Helppy

☎ 010 299 8299 • Perämiehenkatu 12 E, 00150 Helsinki •  
info@helppy.fi • www.helppy.fi

## Kotipalvelut Tmi Lotta Aaltonen

☎ 040 772 0133 • Valkamantie 8, 17500 Padasjoki •  
lotta.aaltonen66@gmail.com

## Kotona Asuen Seniorihoiva Lahti P

☎ 010 850 9550 • Hämeenkatu 28, Lt 2, 15140 Lahti •  
lahti@kotonaasuen.fi • www.kotonaasuen.fi

## Menukat Oy P

☎ 020 796 1550 • Tikkurilantie 140 B, 01530 Vantaa •  
asiakaspalvelu@menumat.fi • www.menumat.fi

Päijät-Hämeen hyvinvointialueella ateriapalvelun palveluseteli on tarkoitettu ensisijaisesti säännöllisen kotihoidon asiakkaille. Ateriapalvelun palveluseteli voidaan myöntää asiakkaalle, jolla on säännöllistä henkilökohtaista avuntarvetta ja hän ei kykene huolehtimaan riittävän monipuolisesta ravitsemuksesta, eikä hänellä ole mahdollisuutta ruokailla kodin ulkopuolisissa ruokailupaikoissa. Lisäksi asiakkaan ateriapalvelun tarve tulee olla jatkuvaa, vähintään 5 kertaa viikossa. Ateriat toimitetaan joko kylminä tai lämpiminä aterioina palveluntuottajan mukaan, yksi ateria vuorokautta kohden.

## Kauppapalvelu

Jos ikääntyneellä ei ole mahdollisuutta käydä itse tai omaisen avulla kaupassa, voi kauppaostokset tilata palveluntuottajan mukaan kotiin soittamalla, sähköpostilla tai tekemällä verkossa tilauksen joko kaupasta noudettavaksi tai kotiin kuljetettuna.

Kauppapalvelu voi sisältää kauppaostosten tilausten vastaanoton, tavaroiden keräilyn ja kuljetuksen asiakkaille sekä tarvittaessa kauppaostosten purkamisen. Asiakas tekee itse sopimuksen palveluntuottajan kanssa ja sopii tarvittavista käytännöistä.

## Kauppapalvelut yksityisesti:

### K-Market Ruokapata

☎ 03 5512 200 • Kauppatie 1, 17500 Padasjoki •  
www.k-ruoka.fi/kauppa/k-market-ruokapata

## Siivouspalvelu

Siivouspalvelu turvaa asiakkaalle mahdollisuuden asua omassa kodissaan silloinkin, kun asiakas on alentuneen toimintakyvyn vuoksi kykenemätön itse huolehtimaan siivouksesta. Palvelulla tarkoitetaan ylläpito-, perus-, muutto- tai raivaussiivousta, jonka sisältö on erikseen sovittu. Siivouspalvelun sisältö tulee määritellä etukäteen ja ilmoittaa selvästi asiakkaalle.

Palveluun sisältyy asiakkaan kodin siivoaminen asiakkaan ja palveluntuottajan välillä tehdyn kirjallisen sopimuksen mukaisesti.

Siivouspalvelu suunnitellaan asiakkaan toiveiden ja tarpeiden mukaan. Siivouspalveluja suunniteltaessa on hyvä huomioida siivottavan tilan koko, kohteet, siivoustiheys ja se, onko kyseessä kertaluontoinen vai säännöllisenä jatkuva palvelu. Siivoustyö voidaan suorittaa joko yrityksen tai asiakkaan omilla välineillä ja aineilla.

Päijät-Hämeen hyvinvointialueella on käytössä myös rintamaveteraanien ja sotainvalidien tukipalveluiden palveluseteli.

## Raivaussiivous

Päijät-Hämeen hyvinvointialueella raivaussiivous voidaan myöntää henkilölle, jonka asunto on palokuorman tai muun siivottomuuden takia asuinkelvottomassa kunnossa eikä asukkaalla ole itsellään mahdollisuuksia hoitaa/tai järjestää siivousta.

## Siivouspalveluja yksityisesti tuottavat:

### Attendo Kehräämökoti P

☎ 044 494 2470 • Suppulanpolku 2, 16300 Orimattila •  
anna.jarvenranta@attendo.fi •  
www.attendo.fi/yksikot/attendo-kehraamokoti

### Avustajasi Oy

☎ 045 341 5522 • Mannerheimintie 107, 00280 Helsinki •  
asiakaspalvelu@avustajasi.fi • www.avustajasi.fi

### Gubbe

☎ 044 724 6007 • asiakaspalvelu@gubbe.com • fi.gubbe.com

### Helppy

☎ 010 299 8299 • Perämiehenkatu 12 E, 00150 Helsinki •  
info@helppy.fi • www.helppy.fi

### **Kotipalvelut Tmi Lotta Aaltonen**

☎ 040 772 0133 • Valkamantie 8, 17500 Padasjoki •  
lotta.aaltonen66@gmail.com

### **Kotirinki Oy**

☎ 010 425 3905 • Pitkätanhuankatu 2 A 1, 13130 Hämeenlinna •  
myynti@kotirinki.fi • www.kotirinki.fi

### **Kotona Asuen Seniorihoiva Lahti P**

☎ 010 850 9550 • Hämeenkatu 28, Lt 2, 15140 Lahti •  
lahti@kotonaasuen.fi • www.kotonaasuen.fi

### **Onnenkivi Palvelut Oy**

☎ 050 336 8080 • Laaksokatu 3 A 4, 15140 Lahti •  
pia.oksanen@onnenkivi.fi • www.onnenkivi.fi

### **PHE Apu OY**

☎ 050 305 8584 • Keijutie 36 A as 3, 15700 Lahti •  
pheapuoy@gmail.com • www.pheapu.fi

### **Suomen Seniorihoiva Oy**

☎ 010 324 9000 • Mannerheimintie 12 B, 00100 Helsinki •  
info@suomenseniorihoiva.fi • suomenseniorihoiva.fi

### **Tmi Kaija Pantke**

☎ 050 591 2371 • Palomaantie 629, 16800 Hämeenkoski •  
kaija.pantke@gmail.com • www.kaijapantke.fi

### **Tmi Katja Kemppinen P**

☎ 044 292 0079 • Vennunpolku 6, 16320 Pennala •  
katja.kemppinen@hotmail.com

### **Toimela ry**

☎ 040 511 1121 • Tammitie 3, 17500 Padasjoki •  
info@toimelapalvelut.fi • www.toimelapalvelut.fi

## **Turvapalvelu**

Turvapalvelu on tarkoitettu henkilölle, joilla on sairaus tai vamma, joka lisää esimerkiksi kaatumisriskiä tai sairauskohtausten mahdollisuutta. Turvapalvelun avulla saa apua ympärivuorokauden. Palvelun voi hankkia joko yksityisesti tai hakea Päijät-Hämeen hyvinvointialueen palveluna.

Turvapuhelinjärjestelmään kuuluvat turvapuhelinlaite, hälytysranneke ja muut mahdolliset lisälaitteet. Turvapuhelinlaite on mahdollista saada paikantavana versiona, joka toimii kodin ulkopuolella. Turvapuhelin on

tarkoitettu yksittäisiin, ei toistuviin avuntarpeisiin. Turvapuhelinta ei ole tarkoitettu keskustelulinjaksi tai hoitajan kutsujärjestelmäksi muissa kuin hätätilanteissa.

## **Turvapalveluja yksityisesti tuottavat:**

### **AddSecure Smart Care Oy**

☎ 010 408 8117 • turvapuhelin@addsecure.com •  
www.addsecure.fi/smart-care-mo-start-page

### **Arjen Suunta Oy**

☎ 040 628 2290 • Taavilantie 71, 16280 Kuivanto, Orimattila •  
arjensuunta@gmail.com • www.arjensuunta.fi

### **Medical Revolution Oy**

☎ 0+3 58 45 237 8634 • Takalankatu 4, 15800 Lahti •  
pmp@pmprescue.fi • pmprescue.fi/index.html

Päijät-Hämeen hyvinvointialueella turvapalvelun myöntäminen perustuu asiakkaalle tehtyyn palvelutarpeen arviointiin. Palvelua myönnetään Päijät-Hämeen hyvinvointialueen hallituksen hyväksymien ikääntyneiden palvelujen myöntämisen perusteiden mukaisesti. Päijät-Hämeen hyvinvointialueen turvapuhelinpalvelun kuukausimaksu määräytyy sen mukaan kuuluvatko käynnit hintaan vai ei. Kuukausimaksu peritään koko kuukaudelta riippumatta siitä, missä vaiheessa kuukautta turvapuhelin on asennettu tai palautettu. Sairaajakso ei keskeytä kuukausimaksua. Turvapuhelinhakemus löytyy Päijät-Hämeen hyvinvointialueen verkkosivuilta [www.paijatha.fi](http://www.paijatha.fi)

## **Hyvinvointiteknologia**

Hyvinvointiteknologialla tarkoitetaan tietoteknisiä ja teknisiä ratkaisuja, joilla ylläpidetään tai parannetaan ihmisen toimintakykyä, terveyttä, hyvinvointia, elämänlaatua tai itsenäistä suoriutumista.

## **Hyvinvointiteknologiapalvelua yksityisesti tuottavat:**

### **Suvanto Care Oy**

☎ 040 653 3222 • Hallituskatu 20 A, 96100 Rovaniemi •  
myynti@suvantocare.fi • www.suvantocare.fi

## Kotihoito ja kotisairaanhoido

Kotihoidon tarkoituksena on tukea ikäihmisten kotona asumista, itse-  
näistä elämää ja kannustaa hyödyntämään ikääntyneen omia voima-  
varoja. Kotihoidon palvelut tukevat asiakasta niissä henkilökohtaisissa  
toiminnoissa, joista asiakas ei selviydy itsenäisesti tai läheisten avun  
turvin. Kotihoidon palveluita voi ostaa yksityisiltä palveluntuottajilta  
oman tarpeen mukaan.

### Kotihoito yksityisesti tuottavat:

#### Gubbe

☎ 044 724 6007 • asiakaspalvelu@gubbe.com • fi.gubbe.com

#### Helppy

☎ 010 299 8299 • Perämiehenkatu 12 E, 00150 Helsinki •  
info@helppy.fi • www.helppy.fi

#### Hoivaobi Oy

☎ 045 317 8172 • Ahjokatu 4 A, 15800 Lahti •  
info@hoivaobi.fi • www.hoivaobi.fi

#### ICCO Care Oy/ Palvelukeskus Villa Ilo

☎ 044 765 8072 • Pikijärventie 1 a A 101, 18120 Heinola •  
mira.nurminen@villailo.fi • villailo.fi

#### Kotipalvelut Tmi Lotta Aaltonen

☎ 040 772 0133 • Valkamantie 8, 17500 Padasjoki •  
lotta.aaltonen66@gmail.com

#### Kotona Asuen Seniorihoiva Lahti

☎ 010 850 9550 • Hämeenkatu 28, Lt 2, 15140 Lahti •  
lahti@kotonaasuen.fi • www.kotonaasuen.fi

#### Onnenkivi Palvelut Oy

☎ 050 336 8080 • Laaksokatu 3 A 4, 15140 Lahti •  
pia.oksanen@onnenkivi.fi • www.onnenkivi.fi

#### Suomen Seniorihoiva Oy

☎ 010 324 9000 • Mannerheimintie 12 B, 00100 Helsinki •  
info@suomenseniorihoiva.fi • suomenseniorihoiva.fi

#### Toimela ry

☎ 040 511 1121 • Tammitie 3, 17500 Padasjoki •  
info@toimelapalvelut.fi • www.toimelapalvelut.fi

## Kotisairaanhoido yksityisesti tuottavat:

#### Hoivaobi Oy

☎ 045 317 8172 • Ahjokatu 4 A, 15800 Lahti • info@hoivaobi.fi •  
www.hoivaobi.fi

#### Medical Revolution Oy

☎ 0+3 58 45 237 8634 • Takalankatu 4, 15800 Lahti •  
pmp@pmprescue.fi • pmprescue.fi/index.html

Päijät-Hämeen hyvinvointialueella säännöllisen kotihoidon myöntämi-  
nen perustuu asiakkaalle tehtyyn palvelutarpeen arviointiin. Palvelua  
myönnetään Päijät-Hämeen hyvinvointialueen hallituksen hyväksymien  
ikäntyneiden palvelujen myöntämisen perusteiden mukaisesti. Koti-  
hoidon palveluita voidaan myöntää henkilölle, joka ei selviydy kotona  
ilman hoitoa ja huolenpitoa arkielämän toiminnoista itsenäisesti tai  
omaisten avulla. Lähtökohtana on, että asiakkaan hoito ja huolenpi-  
to vaatii sosiaali- ja terveydenhuollon henkilöstön ammattiosaamista.  
Kotihoidon sairaanhoidollinen palvelu kohdistuu henkilöille, jotka eivät  
kykene käyttämään muita avoterveydenhuollon palveluja. Kotihoitoa  
voidaan järjestää tilapäisenä tai säännöllisenä palveluna, joka voi olla  
määräaikaista tai toistaiseksi voimassa olevaa. Kotihoidon käyntejä voi-  
daan korvata osittain tai kokonaan teknologisten laitteiden avulla esim.  
kuvapuhelinpalvelu ja/tai lääkeautomaatti.

Palvelutarpeen arviointia pyydetään Ikäntyneiden palveluneuvonnas-  
ta.

Päijät-Hämeen hyvinvointialueen myöntämää kotihoitoa järjestetään  
omana tuotantona ja ostopalveluna.

### Muut kotona asumista helpottavat palvelut

#### Korjaus-, remontti- ja huoltopalvelut

Palveluiden tavoitteena on mahdollistaa ja tukea kotona asumista toi-  
mintakyvyn alentumisesta huolimatta.

Asiakas tilaa tarvitsemansa palvelun palveluntuottajalta joko suoraan  
tai mahdollisen tarvekartoituksen jälkeen. Kartoituksen perusteella  
asiakkaalle tehdään tarjous hänen tilanteensa perusteella. Palvelu voi  
sisältää esimerkiksi tilannekartoituksen asiakkaan kotona, suunnitte-  
lun, toimenpiteistä sopimisen ja toimenpiteiden toteuttamisen. Asiakas  
tekee palveluntuottajan kanssa kirjallisen sopimuksen, jossa palvelun  
sisältö on määritelty.



### Korjaus- ja remonttipalvelut yksityisesti tuottavat:

#### A ja L Mäki Oy

☎ 040 090 4393 • Voipalantie 84, 16330 Heinämaa •  
arto.maki@hotmail.fi

#### Kotona Asuen Seniorihoiva Lahti

☎ 010 850 9550 • Hämeenkatu 28, Lt 2, 15140 Lahti •  
lahti@kotonaasuen.fi • www.kotonaasuen.fi

#### PHE Apu OY

☎ 050 305 8584 • Keijutie 36 A as 3, 15700 Lahti •  
pheapuoy@gmail.com • www.pheapu.fi

#### Slip Safety Finland Oy

☎ 050 407 7427 • Koskenpääntie 105, 42300 Jämsänkoski •  
markus@slipsafety.fi • www.lilaki.fi

### Kuntoutus- ja hierontapalvelu

### Kuntoutus- ja hierontapalveluita yksityisesti tuottavat:

#### Fysios

☎ 010 237 700 • Vuorikatu 4, 15110 Lahti • Vapaudenkatu 23 B, 15140, Lahti • Savontie 7, 18100 Heinola •  
fysios@fysios.fi • www.fysios.fi

#### Pihatytöt

Pihatytöt voivat sisältää asiakkaan ja palveluntuottajan välillä tehdyn sopimuksen mukaisesti esimerkiksi lumenluontia, halonhakkuuta, nurmikon leikkuuta, haravointia tai pieniä puutarhatöitä.

Päijät-Hämeen hyvinvointialueella on käytössä myös rintamaveteraanien ja sotainvalidien tukipalveluiden palveluseteli.

### Pihatytöt -palveluita yksityisesti tuottavat:

#### A ja L Mäki Oy

☎ 040 090 4393 • Voipalantie 84, 16330 Heinämaa •  
arto.maki@hotmail.fi

#### Avustajasi Oy

☎ 045 341 5522 • Mannerheimintie 107, 00280 Helsinki •  
asiakaspalvelu@avustajasi.fi • www.avustajasi.fi

#### Helppy

☎ 010 299 8299 • Perämiehenkatu 12 E, 00150 Helsinki •  
info@helppy.fi • www.helppy.fi

#### Kotipalvelut Tmi Lotta Aaltonen

☎ 040 772 0133 • Valkamantie 8, 17500 Padasjoki •  
lotta.aaltonen66@gmail.com

#### Kotona Asuen Seniorihoiva Lahti **P**

☎ 010 850 9550 • Hämeenkatu 28, Lt 2, 15140 Lahti •  
lahti@kotonaasuen.fi • www.kotonaasuen.fi

#### PHE Apu OY

☎ 050 305 8584 • Keijutie 36 A as 3, 15700 Lahti •  
pheapuoy@gmail.com • www.pheapu.fi

#### Suomen Seniorihoiva Oy

☎ 010 324 9000 • Mannerheimintie 12 B, 00100 Helsinki •  
info@suomenseniorihoiva.fi • suomenseniorihoiva.fi

#### Tmi Katja Kemppinen **P**

☎ 044 292 0079 • Vennunpolku 6, 16320 Pennala •  
katja.kemppinen@hotmail.com

#### Toimela ry

☎ 040 511 1121 • Tammitie 3, 17500 Padasjoki •  
info@toimelapalvelut.fi • www.toimelapalvelut.fi

### Tietotekniikka- ja mobiililaitteiden asiantuntijapalvelu

Tietotekniikka- ja mobiililaitteiden asiantuntijapalvelut voivat sisältää esimerkiksi ATK- tukipalvelua, opastusta tietokoneen tai muun mobiililaitteen käytössä, digilaitteiden asennusta tai päivittämistä. Ennen palvelun suorittamista palvelun sisällöstä ja suorittamisesta on sovittava selkeästi asiakkaan kanssa. Asiakkaan kanssa suositellaan aina tehtäväksi kirjallinen sopimus palvelun toteutuksesta, sen sisällöstä, ajankohdasta ja hinnoittelusta.

### Tietotekniikka- ja mobiililaitteiden asiantuntijapalvelut yksityisesti tuottavat:

#### Eetun Kotiapu

☎ 044 553 1889 • myynti@eetunkotiapu.fi • www.eetunkotiapu.fi

#### Gubbe

☎ 044 724 6007 • asiakaspalvelu@gubbe.com • fi.gubbe.com

## Helppy

☎ 010 299 8299 • Perämiehenkatu 12 E, 00150 Helsinki •  
info@helppy.fi • www.helppy.fi

## Suomen Seniorihoiva Oy

☎ 010 324 9000 • Mannerheimintie 12 B, 00100 Helsinki •  
info@suomenseniorihoiva.fi • suomenseniorihoiva.fi

## TK-Piste

☎ 040 044 8103 • asiakaspalvelu@tk-piste.fi

## Väliaikainen asuminen

Väliaikainen asuminen tarjoaa tilapäistä majoitusta kalustetuissa asunnoissa esimerkiksi kodin remontin tai putkiremontin aikana.

## Väliaikaista asumista yksityisesti:

### Medivida Mannakodit

☎ 045 788 42817 • Heinolantie 506-508, 16100 Uusikylä •  
anne.koivuluoma@medivida.fi •  
www.medividahoiva.fi/yksikot/medivida-mannakodit.html

### PHE Apu OY

☎ 050 305 8584 • Keijutie 36 A as 3, 15700 Lahti •  
pheapuoy@gmail.com • www.pheapu.fi

## Yli 65-vuotiaiden omaishoito

Omaishoidolla tarkoitetaan vanhuksen, vammaisen tai sairaan henkilön hoitamista omaisen tai muun läheisen henkilön avulla. Omaishoidon tuki on kokonaisuus, joka muodostuu hoidettavalle annettavista tarvittavista palveluista sekä hoitajalle annettavasta hoitopalkkiosta, vapaasta ja omaishoitoa tukevista palveluista. Se on harkinnanvarainen sosiaalipalvelu, jota kunta järjestää sitä varten varaamiensa määrärahojen rajoissa.

Omaishoidon tuki on tarkoitettu tilanteisiin, joissa hoidettava tarvitsee ympärivuorokautista hoivaa, huolenpitoa, valvontaa ja ohjausta päivittäisissä henkilökohtaisissa toiminnoissa. Hoidon vaativuus edellyttää ympärivuorokautista hoitajan sitoutumista hoidettavan hoitoon ja huolenpitoon, ja korvaa ympärivuorokautisen palveluasumisen. Lisäksi omaishoitajan terveyden ja toimintakyvyn on vastattava hoidon asettamia vaatimuksia. Omaishoitaja voi olla puoliso, muu omainen, sukulainen tai hoidettavalle läheinen henkilö. Omaishoidon tuen hakemisen on oltava hoitajan ja hoidettavan tahdon mukaista.

Omaishoitosopimuksella tarkoitetaan hoitajan ja hoidon järjestämisestä vastaavan kunnan välistä toimeksiantosopimusta omaishoidon järjestämisestä. Omaishoitaja ei ole työsopimuslain (55/2001) tarkoittamassa työsuhteessa sopimuksen tehneeseen kuntaan tai hoidettavaan.

Omaishoidon tuki on verotettavaa tuloa. Hakijan tulot eivät vaikuta omaishoidon tuen määrään. Omaishoidon tuki voi kuitenkin vaikuttaa joihinkin eläkkeisiin, Kelan työmarkkinatukeen tai muihin etuuksiin. Otathan itse selvää omaishoidon tuen vaikutuksista etuuksiisi ennen omaishoitajaksi hakeutumista.

Laki omaishoidon tuesta 937/2005

Omaolo palvelussa voit arvioida mahdollisuuksia omaishoidon tukeen. Vastaustesi perusteella saat toimintasuosituksen ja lisätietoa tilanteesi tueksi. [www.omaolo.fi/palvelut/palveluarviot](http://www.omaolo.fi/palvelut/palveluarviot).

Omaishoidon tukea haetaan hakemuksella. Päijät-Hämeen hyvinvointialueella omaishoidontuen myöntäminen perustuu asiakkaalle tehtyyn palvelutarpeen arviointiin. Palvelua myönnetään hyvinvointialueen hallituksen hyväksymien ikääntyneiden palvelujen myöntämisen perusteiden mukaisesti. Hakemus löytyy Päijät-Hämeen hyvinvointialueen verkkosivuilta [www.paijatha.fi](http://www.paijatha.fi).

## Omaishoitajan lakisääteinen vapaa

Omaishoitajalla on oikeus pitää vapaata kolme vuorokautta sellaista kalenterikuukautta kohti, jonka aikana hän on yhtäjaksoisesti tai vähäisin keskeytyksin sidottu hoitoon ympärivuorokautisesti tai jatkuvasti päivittäin. Vapaapäiviä voi käyttää kolme kuukaudessa tai kerryttää esim. kahden kuukauden vapaat viikon jaksoksi. Omaishoitajan jaksamisen kannalta on suositeltavaa käyttää vapaapäiviä tasaisesti vuoden aikana. Vapaapäiväjärjestelyistä sovitaan hoitajan ja hoidettavan kanssa hoito- ja palvelusuunnitelman laatimisen yhteydessä ja suunnitelmaan kirjataan valittu vaihtoehto.

## Palveluseteli lyhytaikaishoitoa varten

Palveluun myönnetään palveluseteli vuorokautta kohden. Palveluntuottaja perii hoidettavalta 11,60 € / vrk. Omaishoitaja varaa itse lyhytaikaishoidon palveluasumisessa valitsemaltaan palveluntuottajalta omaishoitajalle kertyneiden vapaapäivien puitteissa.



## Palveluseteli kotiin annettavaan palveluun (sijaistaminen)

Sijaistamisen palveluseteli kotiin on vaihtoehto niille asiakkaille, jotka eivät syystä tai toisesta pidä lakisääteistä vapaata täysinä vuorokausina. Sijaistamisen palveluseteliä voidaan myöntää määrärahojen puitteissa. Setelillä voi ostaa kotiin sijaishoitoa hoidettavalle omaishoitajan poissa ollessa. Palveluseteli on tarkoitettu käytettäväksi hoidettavan henkilökohtaiseen hoivaan ja huolenpitoon. Omaishoitaja voi itse valita palveluntuottajan palveluseteliyrittäjien listalta. Palveluun myönnetään palveluseteli omaishoidon vapaavuorokautta kohden ja setelin tulee käyttää kokonaisuudessaan sen voimassaolon aikana. Hoitaja voi omasta tahdostaan käyttää useamman kuin yhden setelin vuorokaudessa. Seteleiden tai vapaiden määrä ei kuitenkaan tällöin lisäännä, vaan yksi seteli vastaa aina yhtä vapaapäivää. Palvelusetelin voi myös jakaa eri päiviille. Palvelusetelin arvon ylittävä kustannus ja mahdolliset matkakulut jäävät asiakkaan maksettaviksi.

## Sijaishoito toimeksiantosopimuksella

Omaishoitoperhe voi pyytää omaista tai ystävää toimimaan omaishoitajan sijaisena. Sijaishoidosta sovitaan omaishoidon asiakasohjaajan kanssa ja hän tekee toimeksiantosopimuksen sijaisen kanssa. Palkkio määräytyy myönnetyn omaishoidon tuen maksuluokan mukaisesti. Palkkio on verollista tuloa. Palkkion määrää tarkistetaan vuosittain. Päijät-Hämeen hyvinvointialue laskuttaa sijaishoidosta hoidettavalta 11,60 € / vrk.

## Lyhytaikainen perhehoito toimeksiantosopimuksella

Perhehoitajat hoitavat kotonaan omaishoidettavaa sopimuksen mukaan omaishoitajan vapaiden aikana. Perhehoidon kesto voi olla päivän ajan tai ympärivuorokautista. Päijät-Hämeen hyvinvointialue laskuttaa perhehoidosta hoidettavalta 11,60 € / vrk. Omaishoidon asiakasohjaaja tekee toimeksiantosopimuksen perhehoitajan kanssa. Lahdessa toimii myös kiertävä perhehoitaja, jolloin hoito tapahtuu hoidettavan kotona.

## Omaishoidon tuen lakisääteinen vapaa, lomajakso yksityiset palveluntuottajat:

### Attendo 247 Oy Kaarlaaksokoti P

☎ 044 515 5111 • Kaarlaaksonkatu 2, 15320 Lahti •  
mia.granlund@attendo.fi • www.attendo.fi

### Attendo Aavatar hoivakoti P

☎ 044 494 3529 • Tarjantie 55, 15950 Lahti •  
mari.rasanen@attendo.fi • www.attendo.fi

### Attendo Anianpelto hoivakoti P

☎ 044 494 2490 • Rusthollintie 3, 17200 Vääksy •  
marika.t.jarvinen@attendo.fi •  
www.attendo.fi/yksikot/attendo-anianpelto

### Attendo Kehräämökoti P

☎ 044 494 2470 • Suppulanpolku 2, 16300 Orimattila •  
anna.jarvenranta@attendo.fi •  
www.attendo.fi/yksikot/attendo-kehraamokoti

### Attendo Kotisalo P

☎ 044 407 2140 • Terveystie 2, 19600 Hartola •  
mervi.rintamaki@attendo.fi • www.attendo.fi/yksikot/attendo-kotisalo

### Attendo Kultarinki Hoivapalvelut Oy/ Attendo Honkarinne P

☎ 044 494 1260 • Sirkkusentie 2, 17200 Vääksy •  
minna.rantamaki@attendo.fi • www.attendo.fi

### Attendo Lähteenpuisto hoivakoti P

☎ 044 494 1000 • Lähteentie 1, 18100 Heinola •  
mari.haaranen@attendo.fi •  
www.attendo.fi/yksikot/attendo-lahteenpuisto

### Attendo Nerola palvelukeskus P

☎ 044 494 1884 • Kouluntie 27, 16600 Kärkölä •  
tytti.keyrilainen@attendo.fi • www.attendo.fi/yksikot/attendo-nerola

### Attendo Oy / Attendo Wellamon hoivakoti P

☎ 044 494 3530 • Tarjantie 57, 15950 Lahti •  
anne.e.manninen@attendo.fi • www.attendo.fi

### Attendo Pellavakoti P

☎ 044 494 3820 • Liinuminkatu 5, 15860 Hollola •  
paivi.kaarto@attendo.fi • www.attendo.fi/yksikot/attendo-pellavakoti

### Attendo Tähtiniemi hoivakoti P

☎ 044 494 4247 • Lauttaranta 5, 18100 Heinola •  
miia.suominen@attendo.fi • www.attendo.fi

### Attendo Mi-Hoiva Oy Vallesmanni P

☎ 044 333 6593 • Vallesmanninkatu 3, 15300 Lahti •  
sari.liukkonen@attendo.fi • www.attendo.fi/vallesmanni

### Dila/Lahden Diakonialaitos, Betel-koti P

☎ 044 713 2020 • Sibeliuksenkatu 6 B, 2-5 krs, 15110 Lahti •  
asumispalvelut@dila.fi • www.dila.fi

**Dila/Lahden Diakoniasäätiö sr, Marie-koti P**

☎ 044 713 2020 • Kasakkamäentie 16, 15800 Lahti •  
asumispalvelut@dila.fi •  
www.dila.fi/ikaantyneille/palveluasuminen/dila-kodit

**Esperi Care Oy, Esperi Hoivakoti Laune P**

☎ 050 435 8073 • Launeenkatu 76 b, 15610 Lahti •  
kaija.julkunen@esperi.fi •  
www.esperi.fi/hoivakodit-ikaihmisille/esperi-hoivakoti-laune-lahti

**Humana Hoiva Oy, Tuulikoti P**

☎ 050 301 1126 • Pitkänmäenkatu 2, 15300 Lahti •  
paivi.kultanen@humana.fi •  
www.humana.fi/ikaihmiset/hoivakodit-ikaihmisille/lahti-palvelukoti-tuulikoti

**Humana Kotikylä Iltatuuli P**

☎ 040 570 3649 • Heikintie 10, 47400 Kausala •  
soila.toivola@humana.fi • www.humana.fi/iltatuuli

**ICCO Care Oy/ Palvelukeskus Villa Ilo P**

☎ 044 765 8072 • Pikijärventie 1 a A 101, 18120 Heinola •  
mira.nurminen@villailo.fi • villailo.fi

**Jyränkölän Setlementti ry P**

☎ 050 463 0697 • Konsulinkatu 1, 18100 Heinola •  
anne.virtanen@jyrankola.fi • www.jyrankola.fi

**Jyränkölän Setlementti ry, Puntarin Lehmuskoti P**

☎ 044 797 2476 • Sammonkatu 3, 15140 Lahti •  
setlementti@jyrankola.fi • jyrankola.fi

**Lahden Vanhainkotiyhdistys ry, Johanna-koti P**

☎ 044 061 5165 • Kariniemenkatu 22, 15140 Lahti •  
johanna.koti@saunalahti.fi • www.johannakoti.fi

**Mallusjokisäätiö sr/ Mallusjoen Lepokoti P**

☎ 044 505 5398 • Mallusjoentie 349, 16450 Orimattila •  
lepokoti@lepokoti.fi • www.lepokoti.fi

**Mehiläinen Hoivapalvelut Oy/Mainiokoti Wanha Lahti P**

☎ 040 671 6896 • Rautatienkatu 20 (Sisäänkäynti Hämeenkadun puolelta), 15110 Lahti •  
anu-maija.koskinen@mainiokodit.fi •  
mainiokodit.fi/hoivakodit/mainiokoti-wanha-lahti

**Primelife Healthcare Oy, hoivakoti Aurinkolinna P**

☎ 050 328 9226 • Pikijärventie 1 A, 2krs., 18120 Heinola •  
aurinkolinna@jst.fi • www.jst.fi/primelife/aurinkolinna

**Verve, Lahti P**

☎ 044 465 0598 • Launeenkatu 10, 15100 Lahti •  
kuntoutus.lahti@verve.fi • www.verve.fi

**Yrjö ja Hanna Hoivapalvelut Oy, Iitin Ehtookoti P**

☎ 040 848 3999 • Varsatie 4, 47400 Kausala/ Iitti •  
sari.lehtonen@yrjohanna.fi •  
yrjohanna.fi/palvelutalot/iitin-ehtookoti

**Omaishoidontuen lakisääteinen vapaa, sijaistaminen asiakkaan kotona yksityisesti tuottavat:**

**Jyränkölän Setlementti ry P**

☎ 050 463 0697 • Konsulinkatu 1, 18100 Heinola •  
anne.virtanen@jyrankola.fi • www.jyrankola.fi

**Kotona Asuen Seniorihoiva Lahti P**

☎ 010 850 9550 • Hämeenkatu 28, Lt 2, 15140 Lahti •  
lahti@kotonaasuen.fi • www.kotonaasuen.fi

**Onnenkivi Palvelut Oy P**

☎ 050 336 8080 • Laaksokatu 3 A 4, 15140 Lahti •  
pia.oksanen@onnenkivi.fi • www.onnenkivi.fi

**Omaishoitajien kuntoutuskurssit, KELA**

Kela järjestää omaishoitajille kuntoutuskursseja. Kuntoutus on moniammatillista ja ryhmämuotoista. Kurssilta saat tukea elämäntilanteesi hallintaan sekä keinoja ja valmennusta omaishoitajuudesta aiheutuvien haasteiden ymmärtämiseen ja niistä selviytymiseen. Kurssille osallistuminen edellyttää, että olet motivoitunut ryhmässä toteutettavaan kuntoutukseen.

Omaishoitajille on kaksi eri kurssia:

- [omaishoitajan parikurssi](#), jolle omaishoitaja osallistuu yhdessä aikuisen omaishoidettavan läheisen kanssa
- [omaishoitajan kuntoutuskurssi](#), jolle omaishoitaja osallistuu yksin.

## Kuntoutukseen hakeminen

Kuntoutushakemus (KU132) on täytettävä huolellisesti. Kuntoutushakemuslomakkeita saa Kelan toimistoista tai ne voi tulostaa Kelan verkkosivuilta [www.kela.fi](http://www.kela.fi). 1.1.2021 alkaen omaishoitajien kursseissa ei tarvita lääkärinlausuntoa hakemuksen liitteeksi.

Lisätietoa [www.kela.fi/omaishoitajat-sopeutumisvalmennuskurssit](http://www.kela.fi/omaishoitajat-sopeutumisvalmennuskurssit),  
[Kuntoutus ja vammaistuet](http://www.kela.fi/kuntoutus-ja-vammaistuet), ☎ 020 692 205

## YHDISTYSTEN TARJOAMAT PALVELUT

### Päijät-Hämeen Omaishoitajat ry

Päijänteenkatu 1, 15140 Lahti, katutaso

[www.phomaishoitajat.com](http://www.phomaishoitajat.com) info@phomaishoitajat.fi

Ilmoittautumiset ja jäsenasiat ☎ 0400 305 071

Omaistoiminnan ohjaaja, ohjaus ja neuvonta ☎ 045 854 4085

Avoimet ovet toimistolla joka maanantai klo 13-15. Aamupuuro joka torstai aamu klo 9-11.

Tapaamiset muulloin sopimuksen mukaan.

- Vertaisryhmät
  - muun muassa **Padasjoen** nykyisten ja entisten omaishoitajien ryhmä
- Omaisoiva kahvilat
- Valmennus
- Infopisteet
- Neuvonta ja ohjaus
- Luennot
- Retket ja tapahtumat

### Vertaislinja-tukipuhelin

☎ 0800 9 6000 (maksuton)

Muistiliiton Vertaislinja-tukipuhelin tarjoaa kuuntelevan korvan omaishoitajan arjen tilanteisiin kuutena iltana viikossa, maanantaita lauantaihin klo 17-20. Puheluihin vastaavat kokeneet ja koulutetut omaishoitajat. Tukea muistisairaiden läheisille.

## Kuntouttava päivätoiminta

Päivätoiminnan tarkoituksena on tukea kotona asumista, edistää sosiaalista kanssakäymistä, ylläpitää ja edistää kokonaisvaltaista toimintakykyä ja päivittäisistä toiminnoista suoriutumista.

Päijät-Hämeen hyvinvointialueella päivätoimintaa voidaan myöntää asiakkaalle, jolla on tarve määräaikaiselle jaksomuotoiselle ryhmässä toteutettavalle psykofyysiselle kuntoutukselle toimintakyvyn kohentamiseen. Asiakkaan ei ole toimintakykynsä takia mahdollisuutta osallistua järjestöjen tai yhdistysten järjestämään päivätoimintaan tai se ei ole riittävää.

Päijät-Hämeen hyvinvointialueella päivätoimintaan hakeudutaan kirjallisella hakemuksella, joka löytyy Päijät-Hämeen hyvinvointialueen verkkosivuilta [www.paijatha.fi](http://www.paijatha.fi)

### Päivätoimintaa yksityisesti tuottavat:

#### Mallusjokisäätiö sr/ Mallusjoen Lepokoti **P**

☎ 044 505 5398 • Mallusjoentie 349, 16450 Orimattila •  
lepokoti@lepokoti.fi • [www.lepokoti.fi](http://www.lepokoti.fi)

#### Yrjö ja Hanna Hoivapalvelut Oy, Iitin Ehtookoti **P**

☎ 040 848 3999 • Varsatie 4, 47400 Kausala/ Iitti •  
sari.lehtonen@yrjohanna.fi •  
[yrjohanna.fi/palvelutalot/iitin-ehtookoti](http://yrjohanna.fi/palvelutalot/iitin-ehtookoti)

## Kotikuntoutus

Kotiin vietäviä kuntoutuspalveluja järjestetään sekä tehostettuna että ylläpitävänä palveluna, kun asiakkaiden toimintakyvyn taso ja kuntoutustarve sitä edellyttää. Palvelujen käynnistyminen perustuu aina terapeutin suorittamaan arvioon ja ne ovat kestoaltaan määräaikaista. Asiakasmaksu terapeutin ja lähihoitajan käynneistä on 12,20 € / kerta ja tehostettu kotikuntoutus 12,20 € / päivä. Kotikuntoutuksesta ei peritä maksua säännöllisen kotihoidon tai asumispalveluiden asiakkailta. Kotikuntoutuksen arviointikäynnistä ei peritä maksua. Kotikuntoutuksesta peritään päivämaksu riippumatta päivittäisten käyntien määrästä.

## Perhehoito

Perhehoidolla tarkoitetaan sitä, että ikääntynyt asuu joko ympärivuorokautisesti tai osa-aikaisesti perhehoitajan omassa kodissa. Perhehoitoa voidaan järjestää myös hoidettavan omassa kodissa.



Perhehoitoon sopivat henkilöt, joille yhden henkilön fyysinen apu riittää. Lisäksi ikääntyneen hyvät yöunilahjat ovat ehdoton edellytys, sillä jaksakseen perhehoitajan täytyy saada nukkua yöllä.

Ikääntyneen kannalta perhehoito on yksilöllinen ja pehmeä vaihtoehto. Perhekodissa sama tuttu ihminen tai koko perhe ottaa ikääntyneen mukaan osaksi omaa arkeaan.

Perhehoitajaksi voidaan hyväksyä henkilö, joka koulutuksensa, kokemuksensa tai henkilökohtaisten ominaisuuksiensa perusteella on sopiva antamaan perhehoitoa. Perhehoitolain mukaan perhehoitajan tulee suorittaa tehtävän edellyttämä ennakovalmennus. Valmennuksessa annetaan tietoa perhehoidosta ja perehdytään ennakolta perhehoitajan tehtävään.

Palveluun hakeudutaan Ikääntyneiden Asiakasohjauksen kautta, yhteydenotot Ikääntyneiden palveluneuvonnan kautta.

### Kuntoutusjakso (asumisyksikössä)

Kuntoutusjakso ympärivuorokautisessa palveluasumisessa voidaan myöntää asiakkaalle, jolla on fyysisen, psyykkisen tai sosiaalisen toimintakyvyn heikkenemistä mutta jolle kotikuntoutus ei ole riittävää. Asiakkaan terveydentilan tulee olla stabiili kuntoutusjaksolle siirryttäessä ja asiakkaalla tulee olla selkeä kuntoutuksellinen tavoite ja jatkosuunnitelma kotiutumisen suhteen. Kuntoutusjaksolle voidaan ohjata myös asiakkaita, joilla on uhka siirtyä raskaampien palveluiden piiriin. Asiakkaan tulee olla sitoutunut ja motivoitunut kuntoutumiseen. Kuntoutusjaksolle ohjattavien asiakkaiden kognitiivinen toimintakyky tulee olla sellainen, että asiakas hyötyy jaksosta. Asiaksmaksu kuntoutusjaksolla on 32 €/vrk.

### Arviointijakso (asumisyksikössä)

Arviointijaksolle voidaan ohjata asiakas, jonka ympärivuorokautisen palveluasumisen tarve ei ole selkeä ja sitä tarvitsee selvittää laajemmin. Lisäksi arviointijaksolle voidaan ohjata paljon palveluita käyttävä asiakas, jonka hoidon järjestämisessä kotona on haasteita. Arviointijaksolle ohjattavien asiakkaiden kognitiivinen toimintakyky tulee olla sellainen, että asiakas hyötyy jaksosta. Asiaksmaksu arviointijaksolla on 32 €/vrk.

### Lyhytaikaishoito palveluasumisessa

Lyhytaikaishoitoon voi hakeutua valitsemaansa palvelutaloon myös omakustanteisesti esimerkiksi remontin ajaksi, sairaalasta kotiutumisen jälkeen tai loma- tai kokeilujaksolle.

### Lyhytaikaishoito palveluasumisessa yksityisesti:

#### Attendo Anianpelto hoivakoti

☎ 044 494 2490 • Rusthollintie 3, 17200 Vääksy •  
marika.t.jarvinen@attendo.fi •  
www.attendo.fi/yksikot/attendo-anianpelto

#### Attendo Kehräämökoti

☎ 044 494 2470 • Suppulanpolku 2, 16300 Orimattila •  
anna.jarvenranta@attendo.fi •  
www.attendo.fi/yksikot/attendo-kehraamokoti

#### Attendo Nerola palvelukeskus **P**

☎ 044 494 1884 • Kouluntie 27, 16600 Kärkölä •  
tytti.keyrilainen@attendo.fi •  
www.attendo.fi/yksikot/attendo-nerola

#### Attendo Pellavakoti

☎ 044 494 3820 • Liinuminkatu 5, 15860 Hollola •  
paivi.kaarto@attendo.fi • www.attendo.fi/yksikot/attendo-pellavakoti

#### Attendo Mi-Hoiva Oy Vallesmanni

☎ 044 333 6593 • Vallesmanninkatu 3, 15300 Lahti •  
sari.liukkonen@attendo.fi • www.attendo.fi/vallesmanni

#### Dila/Lahden Diakonialaitos, Betel-koti

☎ 044 713 2020 • Sibeliuksenkatu 6 B, 2-5 krs, 15110 Lahti •  
asumispalvelut@dila.fi • www.dila.fi

#### Dila/Lahden Diakoniasäätiö sr, Marie-koti

☎ 044 713 2020 • Kasakkamäentie 16, 15800 Lahti •  
asumispalvelut@dila.fi •  
www.dila.fi/ikaantyneille/palveluasuminen/dila-kodit

#### Esperi Care Oy, Esperi Hoivakoti Laune

☎ 050 435 8073 • Launeenkatu 76 b, 15610 Lahti •  
kaija.julkunen@esperi.fi •  
www.esperi.fi/hoivakodit-ikaihmisille/esperi-hoivakoti-laune-lahti

### Hollolan palvelutaloyhdistys Huili Ry

☎ 044 740 8520 • Terveystie 25, 15870 Hollola •  
toimisto@huili.fi • huili.fi

### ICCO Care Oy/ Palvelukeskus Villa Ilo

☎ 044 765 8072 • Pikijärventie 1 a A 101, 18120 Heinola •  
mira.nurminen@villailo.fi • villailo.fi

### Jyränkölän Setlementti ry

☎ 050 463 0697 • Konsulinkatu 1, 18100 Heinola •  
anne.virtanen@jyrankola.fi • www.jyrankola.fi

### Lyhytaikainen ympärivuorokautinen palveluasuminen

Päijät-Hämeen hyvinvointialueella lyhytaikaista ympärivuorokautista palveluasumista voidaan myöntää asiakkaalle tilanteessa, jossa henkilön asuminen omassa kodissa on sosiaalisten syiden takia käynyt mahdottomaksi. Tällaisia tilanteita ovat mm. omaishoitajan kuolema tai joutuminen sairaalahoitoon, kodin palaminen tai muu vastaava tilanne, jossa asiakkaan hoitoa ja huolenpitoa ei saada äkillisesti muuten järjestettyä esim. kotiin vietävien palvelujen turvin. Palvelusetelillä tuotetuissa palveluissa myönnetään vuorokautta kohden oleva palveluseteli.

Palvelusetelillä palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla **P**

Ostopalveluna palvelua tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla **O**



Kiireettömän kotihoidon edelläkävijä

 **Suomen Seniorihoiva**

suomenseniorihoiva.fi • info@suomenseniorihoiva.fi • 010 324 9000



## Kodit ovat meille sydämenasioita

Iitin Ehtookoti Kausalassa ja Lepolankadun palvelukeskus Lahdessa tarjoavat asumisen vaihtoehtoja ikääntyneiden yksilöllisiin tarpeisiin.

Meillä elämä on aitoa ja elämisen makuista ja jokainen saa olla oma itsensä.

Seni- ja palveluasuntoihimme saat apua ja hoivaa tarpeesi mukaan. Ryhmäkotiasuminen tuo turvan, silloin kun hoivaa tarvitaan ympäri vuorokauden.

### Soita ja poikkea tutustumaan!

Iitin Ehtookoti, p. 040 848 3999  
Lepolankadun palvelukeskus, p. 050 356 9361



[www.yrjojahanna.fi/iitin-ehtookoti](http://www.yrjojahanna.fi/iitin-ehtookoti)  
[www.yrjojahanna.fi/lepolankatu](http://www.yrjojahanna.fi/lepolankatu)



## Jyränkölän Hoivapalvelut

Palveluasunnoissamme ikääntyneet ja erityisryhmät saavat laadukasta, kodikasta ja lämmihenkeistä hoivaa idyllisen Heinolan sydämessä ja Lahden keskustassa.

Meillä nautit maukkaasta ruoasta, innostavista harrasteista, yhteisöllisyydestä ja rikkaasta elämästä.

Palvelut räätälöidään asukkaalle yksilöllisesti itsenäisestä asumisesta ympärivuorokautiseen hoivaan.

Palveluasuminen on mahdollista hyvinvointialueen tukemana tai itse maksaen.

Ota meihin yhteyttä, autamme mielellämme.

Päivi 044 797 2458

Anne 050 463 0697



Jyränkölän  
Setlementti  
ROHKEASTI IHMISEN PUOLELLA

## TURVAPUHELIMET JA TURVARANNEKKEET



**AddSecure Turvallisesti kotona -palvelun** avulla ikäihmiset voivat asua turvallisesti omassa kodissaan, sillä turvarannekkeella saa yhteyden turvapuhelinkeskukseen 24/7.

**Yli 25 vuoden** kokemus turvapuhelinpalveluista ja tyytyväisiä asiakkaita ympäri Suomen

Turvapuhelinkeskus palvelee ympäri vuorokauden, vuoden jokaisena päivänä. Työntekijät ovat sote-alan ammattilaisia.

**Turvapuhelin alkaen 25€/kk.**  
Sopiva palvelu erilaisiin tarpeisiin.

### Ota yhteyttä

Asiakaspalvelu 010 408 8117

### Osta verkkokaupasta

[www.turvallisestikotona.fi](http://www.turvallisestikotona.fi)



  
**Kirma Hoiva**  
*Hoidamme kuin omiamme*



p. 044 982 0472  
asiakaspalvelu@kirmahoiva.fi  
[www.kirmahoiva.fi](http://www.kirmahoiva.fi)

 **LAHDEN LÄHIMMÄISPALVELU RY**



**Tuomme ihmisläheisesti sujuvaa arkea tukevia palveluita kotiisi.**

Yksilöllisesti räätälöitäviä palveluita ovat mm.

- Omaishoitajan sijaistaminen
- Hoiva- ja asiointipalvelut
- Kotisiivous

Kysy lisää kotipalvelustamme  
puh. 050 342 9965  
toimisto@lahdenlahimmaispalvelu.fi





## Kuntoutuksesta voimaa arkeen

Hae meille ikääntyneiden tai omaishoitajien Kela-kuntoutukseen. Kuntoutus on osallistujille maksutonta. Lahdessa järjestyy myös tilapäishoito omaishoitajan vapaiden ajaksi. Kysy lisää!

**Verve Kuntoutus Lahti**  
Satu Saksinen, 044 465 0598  
tai kuntoutus.lahti@verve.fi

**Verve Kuntoutus Oulu**  
Helena Rajaniemi, 050 312 6187  
tai verve@verve.fi

[www.verve.fi/kuntoutus](http://www.verve.fi/kuntoutus)

## 2 SENIORIASUMINEN JA ASUMISPALVELUT

Asumiseen liittyviä ratkaisuja kannattaa suunnitella etukäteen. Asunnon ja asuinympäristön viihtyisyys, toimivuus ja turvallisuus ovat keskeisiä asumismuodon valintaan vaikuttavia seikkoja.

Kun ikääntynyt pohtii asumisen vaihtoehtoja, on hyvä kiinnittää huomiota asunnon esteettömyyteen. Tärkeää on myös miettiä asunnon sijaintia, lähipalveluita ja liikennejärjestelyitä.

### Senioriasuminen

Vuokra-asuminen senioritaloissa mahdollistaa omatoimisen ja itsenäisen asumisen ikääntyneille tai liikuntarajoitteisille. Asunnot ovat esteettömiä ja varustettu ikääntyneille sopiviksi. Tarvittaessa seniorikotiin voi hankkia yksityisten, yhdistysten tai Päijät-Hämeen hyvinvointialueen tarjoamia kotiin vietäviä palveluja.

### Senioriasumista yksityisesti tuottavat:

#### Lähimmäispalvelu Helmi Ky, Helmi Seniorikoti

☎ 040 081 3623 • Lähdetie 3, 17110 Kalliola •  
tanja.laine@lahimmaispalveluhelmi.fi • [www.lahimmaispalveluhelmi.fi](http://www.lahimmaispalveluhelmi.fi)

#### Saga Salpalinna palvelutalo

☎ 050 578 0359 • Kyösti Kallion katu 3, 15110 Lahti •  
margit.vento@sagacare.fi •  
[www.sagacare.fi/saga-palvelutalo-salpalinna-lahti](http://www.sagacare.fi/saga-palvelutalo-salpalinna-lahti)

#### Padasjoen Asuntotalot Oy

PL 33, 17501 Padasjoki  
Toimisto:  
Järvi-Hämeen OP-Kiinteistökeskus Oy (Käynti Osuuspankin kautta)  
Keskustie 21, 17500 Padasjoki  
Isännöitsijä, ☎ 010 254 7962

### KotiOpas

Kattava ilmainen tietopankki yksityisistä palvelutaloista ja hoivakodeista sekä senioritaloista ja asunnoista koko Suomen alueella. Tietoja päivitetään jatkuvasti.

[www.kotiopas.fi](http://www.kotiopas.fi)

**Kotona Asuen**  
SENIORIOIVA®

- Henkilökohtainen hoiva
- Alzheimer- ja muistihoiva
- Kumppanuus- ja seuranpito-palvelut
- Ruoanvalmistus
- Kodinhoito
- Lääkkeiden muistuttaminen
- Apu sairaalasta kotiutumisessa
- Asiointi- ja kuljetuspalvelu

OTA YHTEYTTÄ:  
**050 577 3395**

**Päijät-Hämeen Siivoustoimi Oy**  
Siivouspalveluita ikäihmisille

**Ota yhteyttä**  
040-4834920  
Palvelut alv0%

## Palveluasuminen ja ympärivuorokautinen palveluasuminen

Päijät-Hämeen hyvinvointialueella palveluasumisen ja ympärivuorokautisen palveluasumisen myöntäminen perustuu asiakkaalle tehtyyn palvelutarpeen arviointiin. Palvelua myönnetään Päijät-Hämeen hyvinvointialueen hallituksen hyväksymien ikääntyneiden palvelujen myöntämisen perusteiden mukaisesti.

Sekä palveluasumiseen että ympärivuorokautiseen palveluasumiseen hakeudutaan Ikääntyneiden asiakasohjauksen kautta. Yhteydenotot Ikääntyneiden palveluneuvonnan kautta. Lisäksi ympärivuorokautiseen palveluasumiseen hakeutuessa tulee täyttää kirjallinen hakemus, joka löytyy Päijät-Hämeen hyvinvointialueen verkkosivuilta [www.paijatha.fi](http://www.paijatha.fi).

Asukasvalintaan ARA-tuettuihin palvelutaloihin vaikuttaa asunnontarve (palvelutarpeen arviointi), hakijan varallisuus ja hakijan tulot.

## Palveluasuminen

Palveluasuminen on tarkoitettu henkilöille, joiden palvelutarve ei ole ympärivuorokautista, mutta joiden palvelutarvetta ei pystytä järjestämään kotiin vietävien palvelujen avulla. Asiakas tarvitsee henkilökoh- taista hoivaa ja huolenpitoa päivittäin, mutta ei tarvitse säännöllistä apua yöaikaan. Asiakkaalla on sosiaalista ja/tai psyykkistä sopeutumatonuutta sekä turvattomuutta, jota ei saada ratkaistua läheisverkoston avulla.

## Palveluasumista yksityisesti tuottavat:

### Attendo 247 Oy Kaarlaaksokoti

☎ 044 515 5111 • Kaarlaaksonkatu 2, 15320 Lahti •  
mia.granlund@attendo.fi • [www.attendo.fi](http://www.attendo.fi)

### Attendo Aavatar hoivakoti

☎ 044 494 3529 • Tarjantie 55, 15950 Lahti •  
mari.rasanen@attendo.fi • [www.attendo.fi](http://www.attendo.fi)

### Attendo Anianpelto hoivakoti

☎ 044 494 2490 • Rusthollintie 3, 17200 Vääksy •  
marika.t.jarvinen@attendo.fi •  
[www.attendo.fi/yksikot/attendo-anianpelto](http://www.attendo.fi/yksikot/attendo-anianpelto)

### Attendo Kehräämökoti

☎ 044 494 2470 • Suppulanpolku 2, 16300 Orimattila •  
anna.jarvenranta@attendo.fi • [www.attendo.fi/yksikot/attendo-keh- raamokoti](http://www.attendo.fi/yksikot/attendo-keh- raamokoti)

### Attendo Lähteenpuisto hoivakoti

☎ 044 494 1000 • Lähteentie 1, 18100 Heinola •  
mari.haaranen@attendo.fi •  
[www.attendo.fi/yksikot/attendo-lahteenpuisto](http://www.attendo.fi/yksikot/attendo-lahteenpuisto)

### Attendo Nerola palvelukeskus

☎ 044 494 1884 • Kouluntie 27, 16600 Kärkölä •  
tytti.keyrilainen@attendo.fi • [www.attendo.fi/yksikot/attendo-nerola](http://www.attendo.fi/yksikot/attendo-nerola)

### Attendo Mi-Hoiva Oy Vallesmanni

☎ 044 333 6593 • Vallesmanninkatu 3, 15300 Lahti •  
sari.liukkonen@attendo.fi • [www.attendo.fi/vallesmanni](http://www.attendo.fi/vallesmanni)

### Esperi Care Oy, Esperi Hoivakoti Laune

☎ 050 435 8073 • Launeenkatu 76 b, 15610 Lahti •  
kaija.julkunen@esperi.fi •  
[www.esperi.fi/hoivakodit-ikaihmisille/esperi-hoivakoti-laune-lahti](http://www.esperi.fi/hoivakodit-ikaihmisille/esperi-hoivakoti-laune-lahti)

### Hollolan palvelutaloyhdistys Huili Ry

☎ 044 740 8520 • Terveystie 25, 15870 Hollola •  
toimisto@huili.fi • [huili.fi](http://huili.fi)

### Humana Kotikylä Iltatuuli

☎ 040 570 3649 • Heikintie 10, 47400 Kausala •  
soila.toivola@humana.fi • [www.humana.fi/iltatuuli](http://www.humana.fi/iltatuuli)

### Jyränkölän Setlementti ry

☎ 050 463 0697 • Konsulinkatu 1, 18100 Heinola •  
anne.virtanen@jyrankola.fi • [www.jyrankola.fi](http://www.jyrankola.fi)

### Jyränkölän Setlementti ry, Puntarin Lehmuskoti

☎ 044 797 2476 • Sammonkatu 3, 15140 Lahti •  
setlementti@jyrankola.fi • [jyrankola.fi](http://jyrankola.fi)

### Medivida Mannakodit

☎ 045 788 42817 • Heinolantie 506-508, 16100 Uusikylä •  
anne.koivuluoma@medivida.fi •  
[www.medividahoiva.fi/yksikot/medivida-mannakodit.html](http://www.medividahoiva.fi/yksikot/medivida-mannakodit.html)

### Mehiläinen Hoivapalvelut Oy/Mainiokoti Wanha Lahti

☎ 040 671 6896 • Rautatienkatu 20 (Sisäänkäynti Hämeenkadun puo- lelta), 15110 Lahti •  
anu-maija.koskinen@mainiokodit.fi •  
[mainiokodit.fi/hoivakodit/mainiokoti-wanha-lahti](http://mainiokodit.fi/hoivakodit/mainiokoti-wanha-lahti)

### **Norlandia Care Tuusula Oy**

☎ 050 476 8933 • Isokarhunkierro 2-4, 04300 Tuusula •  
mira.ruusunen@norlandia.com • norlandiayhdessa.fi/fi

### **Yrjö ja Hanna Hoivapalvelut Oy, Iitin Ehtookoti**

☎ 040 848 3999 • Varsatie 4, 47400 Kausala/ Iitti •  
sari.lehtonen@yrjojahanna.fi •  
yrjojahanna.fi/palvelutalot/iitin-ehtookoti

### **Ympäri vuorokautinen palveluasuminen**

Ympäri vuorokautisessa palveluasumisessa on kyse ympäri vuorokautisesta hoivasta. Ympäri vuorokautista palveluasumista järjestetään joko Päijät-Hämeen hyvinvointialueen omissa yksiköissä tai yksityisten palveluntuottajien yksiköissä.

Ympäri vuorokautiseen palveluasumiseen siirtymisen lähtökohtana on, että kaikki kotona asumista tukevat palvelut on käytetty ja arvioitu. Ympäri vuorokautiseen palveluasumiseen voidaan hakeutua, kun kotona asuminen ja selviytyminen eivät ole enää tarkoituksenmukaista maksimaalisten kotihoidon palvelujen ja/tai omaishoidon turvin. Voimakas, asiakkaan arkeen vahingollisesti vaikuttava turvattomuus voi myös olla perusteena ympäri vuorokautiseen palveluasumiseen hakeutumisessa. Kotona asumisen tukikeinoja ovat mm. kotihoito, turvapuhelinpalvelu sekä ateriapalvelu.

Ympäri vuorokautiseen palveluasumiseen hakeutumisen on oltava asiakkaan oman tahdon mukaista. Asiakkaalla on mahdollisuus valita, hakeeko hän Päijät-Hämeen hyvinvointialueen omiin yksiköihin vai yksityisiin yksiköihin. Asiaksmaksu on sama riippumatta siitä, asuuko asiakas kunnallisessa vai yksityisessä palvelutalossa. Hakemuksesta tehdään valituskelpoinen päätös.

### **Ympäri vuorokautista palveluasumista yksityisesti tuottavat:**

#### **Attendo 247 Oy Kaarlaaksokoti**

☎ 044 515 5111 • Kaarlaaksonkatu 2, 15320 Lahti •  
mia.granlund@attendo.fi • www.attendo.fi

#### **Attendo Aavatar hoivakoti**

☎ 044 494 3529 • Tarjantie 55, 15950 Lahti •  
mari.rasanen@attendo.fi • www.attendo.fi

#### **Attendo Anianpelto hoivakoti**

☎ 044 494 2490 • Rusthollintie 3, 17200 Vääksy •  
marika.t.jarvinen@attendo.fi •  
www.attendo.fi/yksikot/attendo-anianpelto

#### **Attendo Kehräämökoti**

☎ 044 494 2470 • Suppulanpolku 2, 16300 Orimattila •  
anna.jarvenranta@attendo.fi •  
www.attendo.fi/yksikot/attendo-kehraamokoti

#### **Attendo Oy / Kosketar**

☎ 044 494 1310 • Koivukuja 7, 16800 Hämeenkoski •  
krista.vuorinen@attendo.fi • www.attendo.fi/yksikot/attendokosketar

#### **Attendo Kotisalo**

☎ 044 407 2140 • Terveystie 2, 19600 Hartola •  
mervi.rintamaki@attendo.fi • www.attendo.fi/yksikot/attendo-kotisalo

#### **Attendo Kultarinki Hoivapalvelut Oy/ Attendo Honkarinne**

☎ 044 494 1260 • Sirkkusentie 2, 17200 Vääksy •  
minna.rantamaki@attendo.fi • www.attendo.fi

#### **Attendo Lähteenpuisto hoivakoti**

☎ 044 494 1000 • Lähteentie 1, 18100 Heinola •  
mari.haaranen@attendo.fi •  
www.attendo.fi/yksikot/attendo-lahteenpuisto

#### **Attendo Nerola palvelukeskus**

☎ 044 494 1884 • Kouluntie 27, 16600 Kärkölä •  
tytti.keyrilainen@attendo.fi • www.attendo.fi/yksikot/attendo-nerola

#### **Attendo Oy / Attendo Wellamon hoivakoti**

☎ 044 494 3530 • Tarjantie 57, 15950 Lahti •  
anne.e.manninen@attendo.fi • www.attendo.fi

#### **Attendo Pellavakoti**

☎ 044 494 3820 • Liinuminkatu 5, 15860 Hollola •  
paivi.kaarto@attendo.fi • www.attendo.fi/yksikot/attendo-pellavakoti

#### **Attendo Tähtiniemi hoivakoti**

☎ 044 494 4247 • Lauttaranta 5, 18100 Heinola •  
miia.suominen@attendo.fi • www.attendo.fi

#### **Attendo Mi-Hoiva Oy Vallesmanni**

☎ 044 333 6593 • Vallesmanninkatu 3, 15300 Lahti •  
sari.liukkonen@attendo.fi • www.attendo.fi/vallesmanni



**Dila/Lahden Diakonialaitos, Betel-koti **

☎ 044 713 2020 • Sibeliuksenkatu 6 B, 2–5 krs, 15110 Lahti •  
asumispalvelut@dila.fi • www.dila.fi

**Dila/Lahden Diakonasäätiö sr, Marie-koti **

☎ 044 713 2020 • Kasakkamäentie 16, 15800 Lahti •  
asumispalvelut@dila.fi •  
www.dila.fi/ikaantyneille/palveluasuminen/dila-kodit

**Esperi Care Oy, Esperi Hoivakoti Laune **

☎ 050 435 8073 • Launeenkatu 76 b, 15610 Lahti •  
kaija.julkunen@esperi.fi •  
www.esperi.fi/hoivakodit-ikaihmisille/esperi-hoivakoti-laune-lahti

**Hollolan palvelutaloyhdistys Huili Ry **

☎ 044 740 8520 • Terveystie 25, 15870 Hollola •  
toimisto@huili.fi • huili.fi

**Humana Hoiva Oy, Tuulikoti **

☎ 050 301 1126 • Pitkänmäenkatu 2, 15300 Lahti •  
paivi.kultanen@humana.fi •  
www.humana.fi/ikaihmiset/hoivakodit-ikaihmisille/lahti-palvelukoti-tuulikoti

**Humana Kotikylä Iltatuuli **

☎ 040 570 3649 • Heikintie 10, 47400 Kausala •  
soila.toivola@humana.fi • www.humana.fi/iltatuuli

**Jyränkölän Setlementti ry **

☎ 050 463 0697 • Konsulinkatu 1, 18100 Heinola •  
anne.virtanen@jyrankola.fi • www.jyrankola.fi

**Jyränkölän Setlementti ry, Puntarin Lehmuskoti **

☎ 044 797 2476 • Sammonkatu 3, 15140 Lahti •  
setlementti@jyrankola.fi • jyrankola.fi

**Lahden Vanhainkotiyhdistys ry, Johanna-koti **

☎ 044 061 5165 • Kariniemenkatu 22, 15140 Lahti •  
johanna.koti@saunalahti.fi • www.johannakoti.fi

**Mainiokoti Kultakaari **

☎ 050 447 7803 • Uudenpellonkatu 5, 15100 Lahti •  
mia.mantysaari@mainiokodit.fi •  
mainiokodit.fi/hoivakodit/mainiokoti-kultakaari

**Mallusjokisäätiö sr/ Mallusjoen Lepokoti **

☎ 044 505 5398 • Mallusjoentie 349, 16450 Orimattila •  
lepokoti@lepokoti.fi • www.lepokoti.fi

**Medivida Mannakodit **

☎ 045 788 42817 • Heinolantie 506–508, 16100 Uusikylä •  
anne.koivuluoma@medivida.fi •  
www.medividahoiva.fi/yksikot/medivida-mannakodit.html

**Mehiläinen Hoivapalvelut Oy/ Mainiokoti Vilja **

☎ 044 329 9723 • Sarkatie 3, 15860 Hollola •  
pia.sartolahti@mainiokodit.fi •  
mainiokodit.fi/hoivakodit/mainiokoti-vilja

**Mehiläinen Hoivapalvelut Oy/Mainiokoti Wanha Lahti **

☎ 040 671 6896 • Rautatienkatu 20 (Sisäänkäynti Hämeenkadun puolelta), 15110 Lahti •  
anu-maija.koskinen@mainiokodit.fi •  
mainiokodit.fi/hoivakodit/mainiokoti-wanha-lahti

**Primelife Healthcare Oy, hoivakoti Aurinkolinna **

☎ 050 328 9226 • Pikijärventie 1 A, 2 krs., 18120 Heinola •  
aurinkolinna@jst.fi • www.jst.fi/primelife/aurinkolinna

**Yrjö ja Hanna Hoivapalvelut Oy, Iitin Ehtookoti **

☎ 040 848 3999 • Varsatie 4, 47400 Kausala/ Iitti •  
sari.lehtonen@yrjojahanna.fi •  
yrjojahanna.fi/palvelutalot/iitin-ehtookoti

**Yrjö ja Hanna Hoivapalvelut Oy, Lepolankadun palvelukoti **

☎ 050 356 9361 • Lepolankatu 14 E, 15210 Lahti •  
miia.dembele@yrjojahanna.fi • yrjojahanna.fi/palvelutalot/lepolankatu

Palvelusetelillä palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla 

Ostopalveluna palvelua tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla 

## Päijät-Hämeen hyvinvointialueen palvelutalot

### Heinola

Asumispalveluyksikkö Mäntylä, Pikijärventie 1, 18120 Heinola

Palvelukeskus Hopeasilta, Rullantie 12, 18130 Heinola

### Hollola

Onnenkoto, Terveystie 6, 15870 Hollola, ☎ 044 780 1117, ☎ 03 875 6922

### Iitti

Hoivakoti Onnela, Jussintie 5, 47400 Kausala, ☎ 040 095 0152

Salmikoti, Pajutie 4, 47400 Kausala, ☎ 044 729 7286

### Lahti

Jalkarannan palvelutalo, Tarjantie 56, 15950 Lahti, ☎ 044 018 7424

Kärpäsen palvelutalo, Palokunnantie 9, 15800 Lahti, ☎ 050 398 7713

Lepolakoti, Kerinkallionkatu 13, 15520 Lahti, ☎ 050 398 7816

Mukkulan palvelutalo, Mastokatu 8, 15240 Lahti, ☎ 044 416 3304

Lehtiojan palvelukeskus, Lehtiojantie 2, 15240 Lahti

- 1. krs, ☎ 050 398 7812
- 2. krs, ☎ 044 416 3831
- 3. krs, ☎ 050 398 7730
- 4. krs, ☎ 050 398 7720
- 5. krs, ☎ 050 398 7710

Palvelukeskus Onnelanpolku, Harjulankatu 1, 15150 Lahti

- 2. krs, ☎ 044 416 3993 Kultaranta
- 3. krs, ☎ 044 416 3162 Hopeasilta

Palvelukeskus Linnunlaulu, Toritie 10, 15550 Nastola

- Kangasvuokko, ☎ 044 729 7687,
- Kissankello, ☎ 044 729 7690,
- Satakieli, ☎ 044 729 7719,
- Sinisiipi, ☎ 044 729 7723,
- Metsäpolku, ☎ 044 729 7715

Timontalo, Hoitokodintie 10, 15560 Nastola, ☎ 044 729 7652

### Orimattila

Palvelutalo Erkkilä, Käkeläntie 44C, 16300 Orimattila, ☎ 044 729 7582

Palvelutalo Marttila, Käkeläntie 44B, 16300 Orimattila

- Päivänsini, ☎ 044 729 7584
- Sinikello

Artjärven palvelutalo, Suurikyläntie 4, 16230 Artjärvi, ☎ 044 729 7452

- ryhmäkoti Pyhäjärvi
- ryhmäkoti Villikkala
- ryhmäkoti Säyhtee

### Padasjoki

Pihlajakoti, Kellosalmentie 24, 17500 Padasjoki, ☎ 044 780 2926

Visapuiston palvelutalo, Visatie 1, 17500 Padasjoki, ☎ 044 780 2926

## 3 SOTAVETERAANIT JA SOTAINVALIDIT

Päijät-Hämeen hyvinvointialueella veteraanienpalveluihin ovat oikeutettuja veteraanit, joille on myönnetty rintamasotilastunnus, rintamatunnus tai rintamapalvelutunnus.

Rintamaveteraaneille ja sotilasvammalain mukaisesti vähintään 10 % sotainvalideille voidaan myöntää muun muassa:

- ateriapalvelua lounasaseteinä tai kotiin kuljetettuina aterioina
- turvapalvelua
- päivätoimintaa
- siivouspalvelua
- asiointipalvelua
- pihatyöpalvelua.

Lisätietoa Ikääntyneiden palveluneuvonnasta.

Valtio myöntää vuosittain rintamaveteraanien kuntoutukseen määrärahan, jolla kuntayhtymän on määrä järjestää oman alueensa rintamaveteraaneille kuntoutusta. Kuntoutuspalveluita myönnetään vuosittain Valtiokonttorin myöntämän määrärahan puitteissa. Kuntoutusmuotoja ovat fysioterapia, toimintaterapia, jalkahoito, tuettu kotona kuntoutuminen, laitospalvelut sekä päiväkuntoutus. Kuntoutus voidaan tarvittaessa toteuttaa myös kotikäynteinä.

Lisätietoa veteraanikuntoutuksen koordinaattori, ☎ 044 716 1153

Postiosoite: Avokuntoutuksen hallinto, Mariankatu 16, 15110 LAHTI

Sotainvalidien palveluneuvoja, ☎ 044 713 2260

## YHDISTYSTEN TARJOAMAT PALVELUT

### Hämeen Rintamaveteraanipiiri ry

<https://lahdenrintamaveteraanit.fi/hameen-rintamaveteraanipiiri/>

Käsittää alueena Päijät-, Kanta- ja Pirkka-Hämeen  
Puheenjohtaja ☎ 040 5793463 [repe.juvonen@outlook.com](mailto:repe.juvonen@outlook.com)

### Lahden Rintamaveteraanit ry

Puheenjohtaja  
☎ 045 8957255 [kari.vedenpaa2@gmail.com](mailto:kari.vedenpaa2@gmail.com)

### Lahden sotaveteraanipiiri

<https://sotaveteraanit.fi/piirien-sosiaalineuvojat/>

Piirien sosiaalineuvojat  
☎ 045 277 6377 [risto.kajaste@kolumbus.fi](mailto:risto.kajaste@kolumbus.fi)

### Sotainvalidien Veljesliitto, Lahden piiri

Puheenjohtaja, ☎ 040 740 6815  
[penttijlofgren@gmail.com](mailto:penttijlofgren@gmail.com)  
[www.sotainvalidit.fi/yhteystiedot/piiritoimistot](http://www.sotainvalidit.fi/yhteystiedot/piiritoimistot)

### Avustajatoiminta

Alueohjaaja, ☎ 045 135 0914  
Lahti, ei toimistoa  
[avustajatoiminta.lahti@sotainvalidit.fi](mailto:avustajatoiminta.lahti@sotainvalidit.fi)

## 4 PALVELUSETELI

Palveluseteli on vaihtoehto kunnan itse tuottamalle tai ostamalle palvelulle. Palvelusetelillä järjestettävä palvelu vastaa sisällöltään julkisesti tuotettua palvelua. Myöntämisen perusteet ja asiakasmaksut ovat samat kuin Päijät-Hämeen hyvinvointialueen omassa palvelutuotannossa. Päijät-Hämeen hyvinvointialue hyväksyy palveluntuottajat, joiden palveluihin palveluseteliä voi käyttää. Hyväksytyistä palveluntuottajista saa tiedon setelin myöntävältä viranhaltijalta, Ikääntyneiden palveluneuvonnasta tai palveluntuottajia voi vertailla osoitteessa [www.parastapalvelua.fi](http://www.parastapalvelua.fi).

### Ikääntyneiden palveluissa käytössä olevat palvelusetelit:

-rintamaveteraanien ja sotainvalidien tukipalvelut

### Palvelusetelit, joissa asiakas maksaa omavastuun palveluntuottajalle voimassa olevan hinnaston mukaisesti:

- omaishoidon vapaan palveluseteli, sijaistaminen asiakkaan kotona
- omaishoidon vapaan palveluseteli, lomajakso palveluasumisessa
- ateriapalvelu
- päivätoiminta
- peseytymispalvelu
- lyhytaikainen ympärivuorokautinen palveluasuminen

## 5 ASIAKASMAKSUJEN PERUSTE

Asiakasmaksujen perusteena ovat laki sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksuista (734/1992) sekä siihen tehdyt muutokset (1201/2020). Asiakasmaksuja, korvauksia ja vuokria määrättäessä noudatetaan lainsäädäntöä ja erillistä hinnastoa. Palvelukohtaiset asiakasmaksut on kerrottu kunkin palvelun myöntämisperusteiden yhteydessä [pajatha.fi](http://pajatha.fi). Asiakasmaksu ei voi ylittää palvelun tuotantokustannusta.

### Tulosidonnaisia maksuja laskettaessa otetaan huomioon seuraavat bruttotulot:

- eläkkeet ja niihin rinnastettavat jatkuvat etuudet, elinkorot, rahana maksettavaksi määrätty syytinki - pääomatulot, kuten korkotulot, vuokratulot, metsätulot ja vastaavat
- Kelan hoitotuet + ravintolisä, omaishoidontuki
- ylimääräinen rintamalisä
- veteraanilisä

### Tulosidonnaisia palveluita Päijät-Hämeen hyvinvointialueella:

- kotihoito
- palveluasuminen ja ympärivuorokautinen palveluasuminen

Kotihoidon asiakasmaksu määräytyy kotihoidon kuukausittaisen tuntimäärän, ruokakunnan koon ja bruttotulojen mukaan. Kuukausitulona otetaan huomioon palvelun käyttäjän ja hänen kanssaan yhteistaloudessa avioliitossa tai avioliiton omaisissa olosuhteissa elävän henkilön veronalaiset ansio- ja pääomatulot sekä verosta vapaat tulot. Kotihoidon tuntimäärä sovitaan asiakkaan kanssa tehtävässä palvelu- ja hoitosuunnitelmassa.

Asumispalveluissa (palveluasuminen ja ympärivuorokautinen palveluasuminen) asumisesta peritään vuokraa erillisen vuokrasopimuksen mukaan. Vuokra maksetaan suoraan palvelutalolle.

Palveluasumisessa palvelutalo laskuttaa erillisen sopimuksen mukaan muista kuluista (esim. ateria- ja turvapalvelu, siivous- ja hygieniapakit). Asiakas maksaa Päijät-Hämeen hyvinvointialueelle erikseen hoivas-



ta ja hoidosta. Maksu määräytyy avuntarpeen ja asiakkaan bruttotulojen perusteella.

Päijät-Hämeen hyvinvointialueella ympärivuorokautisen palveluasumisen kuukausimaksu sisältää hoivan ja huolenpidon lisäksi ympärivuorokautiseen palveluasumiseen liittyvät tukipalvelut (ateria- vaatehuolto-, peseytymis-, siivous- ja turvapalvelut, osallisuutta ja sosiaalista kanssakäymistä edistävät palvelut sekä muut vastaavat asumista tukevat palvelut).

Kuukausimaksu on 85 % asiakkaan nettokuukausituloista (verot vähennetty), joista on tehty laissa säädetyt vähennykset.

Mikäli ympärivuorokautisen palveluasumisen asiakkaana on puolisoista suurempituloinen, kuukausimaksu on 42,5 % puolisojen yhteenlasketuista nettokuukausituloista, joista on tehty laissa säädetyt vähennykset. Mikäli molemmat puoliset ovat ympärivuorokautisessa palveluasumisessa, kuukausimaksu on 85 % asiakkaan nettokuukausituloista. Asiakkaalle jäävä käyttövara on vähintään 167 euroa/kk.

Palvelutalojen vuokraosuuteen voi hakea Kelan eläkkeensaajan asumistukea. Tuen saamiseen ja määrään vaikuttavat bruttotulot ja omaisuus.

### Asiakasmaksun alentaminen ja maksuvapautus

Voimassa olevan asiakasmaksulain mukaan maksu on jätettävä perimättä tai sitä on alennettava siltä osin kuin maksun periminen vaarantaa henkilön tai perheen toimeentulon edellytyksiä tai henkilön lakisääteisen elatusvelvollisuuden toteuttamista. Asiakasmaksulain tavoitteena on varmistaa, että asiakkaat eivät joutuisi turvautumaan toimeentulotukeen asiakasmaksuista selvittääkseen.

Palvelusetelillä palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla 

Ostopalveluna palvelua tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla 

## 6 TERVEYSPALVELUT

Päijät-Hämeen hyvinvointialue  
[www.paijatha.fi](http://www.paijatha.fi)

### Hätätilanteet ja päivystys Akuutti 24

Keskussairaalankatu 7

Hätätilanteessa soita hätänumeroon, ☎ 112, kun kyseessä on esimerkiksi äkillinen sairauskohtaus, tajuttomuus tai hengenvaara. Hätänumeroon soitetaan, kun on tarve saada kiireellistä viranomaisapua (poliisi, ensihoito, pelastus).

Päivystysapu, ☎ 116 117 auttaa äkillisissä sosiaali- ja terveysongelmissa ympäri vuorokauden. Päivystysavun numeroon tulee soittaa ennen Akuutti24:ään hakeutumista.

### Päijät-Hämeen keskussairaala

☎ 03 819 11 (vaihde)

Arkisin klo 8–18, lauantaisin ja arkipyhinä klo 9–18

Käynti- ja postiosoite:

Keskussairaalankatu 7, 15850 Lahti

Pääovien aukiolo:

ma-la klo 6–19.15, su ja pyhinä klo 7–19.15

### Salpausselän kuntoutussairaala, Jalmari

☎ 03 81 911 (vaihde)

Tarjantie 78, 15950 Lahti

### Ajanvaraus- ja palveluneuvonta

Terveysaseman puhelinpalvelussa terveydenhuoltoalan ammattilainen neuvoa ja ohjaa terveyteen sekä sairauteen liittyvissä asioissa. Vaihtoehto soittamiselle on oireiden arviointi Omaolo-palvelussa. Digihoitaja käsittelee Omaolon kautta tulleita viestejä arkisin klo 8–15 ja vastaa oirearvioon viestillä. [www.omaolo.fi](http://www.omaolo.fi)

Sähköinen resepti voidaan uusia eri tavoin:

- Kirjautumalla Omakantaan tai
- soittamalla puhelimitse ajanvarausnumeroon tai
- käymällä terveysaseman palvelupisteessä tai apteekissa.

### Padasjoen sote-keskus

☎ 03 8802930, ma-to 8.00–16.00, pe 8.00–15.00 (takaisinsoittopalvelu)

Kellosalmentie 24, 17500 Padasjoki

## **Päijät-Hämeen hyvinvointialueen digiklinikka**

Etävastaanotolla hoidetaan oireita, jotka eivät vaadi fyysistä tutkimusta.

[www.paijatha.fi](http://www.paijatha.fi)

## **Suun terveydenhuolto**

Suun terveydenhuolto tarjoaa hammas- ja suusairauksien ennaltaehkäisy- ja hoitopalveluja. Hoitoon pääsyn tarve ja kiireellisyys arvioidaan alustavasti ensimmäisessä yhteydenotossa.

Palvelussa on käytössä takaisinsoittopalvelu.

## **Padasjoen hammashoitola**

☎ 03 8802842

Kellosalmentie 24, 17500 Padasjoki

Päivystyshoitoa saat arkisin omasta hammashoitolasta. Iltaisin ja viikonloppuisin voit hakeutua Akuutti24-hammaslääkäripäivystykseen. Soita ensin Päivystysavun numeroon, ☎ 116 117.

## **Laboratoriopalvelut**

### **Ajanvaraus**

☎ 010 808 515 Arkisin ma-pe klo 7-18

[www.fimlab.fi/ajanvaraus](http://www.fimlab.fi/ajanvaraus)

Asiakasneuvonta laboratoriopalveluja koskevissa kysymyksissä ☎ 03 311 74445 arkisin klo 8-16.

Laboratoriolähetteen saatuaasi voit asioida missä tahansa Fimlabin näytteenottopisteessä. Kaikkiin toimipaikkoihin tarvitset ajanvarauksen, jonka voit tehdä joko puhelimitse tai sähköisesti.

## **Hoitotarvikkeet**

Hoitotarvikkeiden jakelu perustuu yksilölliseen pitkäaikaiseen, yli 3kk kestävään henkilökohtaiseen tarpeeseen. Hoidon toteutuksesta ja seurannasta vastaava terveydenhuollon ammattilainen määrittää hoitotarvikkeiden tarpeen ja tekee hoitotarvikelähetteen.

## **Hoitotarvikejakelu Päijät-Hämeen hyvinvointialue, Padasjoki**

Tilaus ☎ 044 416 3149 (takaisinsoittopalvelu)

Aukioloajat ma-ke 8-16, to 8-12

Hoitotarvikkeiden tilaus on tehtävä kaksi viikkoa ennen noutoa. Tilauksen yhteydessä annetaan tarkempaa tietoa tilauksen noutamisesta.

## **Hoitotarvikejakelu Padasjoen sote-keskus**

Tilattujen tarvikkeiden noutaminen, aukioloajat: ma-to 7-16, pe 7-15

Kellosalmentie 24, 17500 Padasjoki

Noutokaappi on pääaulan omahoitopisteessä.

## **Apuvälinepalvelut**

Alueellinen apuvälinekeskus vastaa lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälinepalveluista kaikissa Päijät-Hämeen kunnissa. Apuvälinepalveluiden asiointipisteet tarjoavat apuvälineasiantuntijan palveluita sekä tavallisia liikkumisen, hygienian ja päivittäisten toimintojen apuvälineitä. Asiointi tapahtuu ilman ajanvarausta aukioloaikoina tai ajanvarauksella etukäteen puhelimitse. Kaikki sote-keskuksissa sijaitsevat asiointipisteet ovat päijäthämäläisten käytettävissä asuinkunnasta riippumatta.

## **Apuvälinepalvelut yksityisesti:**

### **A ja L Mäki Oy**

☎ 040 090 4393 • Voipalantie 84, 16330 Heinämaa •  
[arto.maki@hotmail.fi](mailto:arto.maki@hotmail.fi)

### **Ettonet Arjen Apuvälineet Oy**

☎ 037 817 996 • Aleksanterinkatu 18 A, pohjakerros, 15140 Lahti •  
[info@ettonet.fi](mailto:info@ettonet.fi) • [www.ettonet.fi](http://www.ettonet.fi)

### **Helppy**

☎ 010 299 8299 • Perämiehenkatu 12 E, 00150 Helsinki •  
[info@helppy.fi](mailto:info@helppy.fi) • [www.helppy.fi](http://www.helppy.fi)

### **Slip Safety Finland Oy**

☎ 050 407 7427 • Koskenpääntie 105, 42300 Jämsänkoski •  
[markus@slipsafety.fi](mailto:markus@slipsafety.fi) • [www.lilaki.fi](http://www.lilaki.fi)

### **Tmi Katja Kemppinen**

☎ 044 292 0079 • Vennunpolku 6, 16320 Pennala •  
[katja.kemppinen@hotmail.com](mailto:katja.kemppinen@hotmail.com)

Apuvälinepalveluiden asiointipisteet tarjoavat apuvälineasiantuntijan palveluita sekä tavallisia liikkumisen, hygienian ja päivittäisten toimintojen apuvälineitä. Kaikki sote-keskuksissa sijaitsevat asiointipisteet ovat päijäthämäläisten käytettävissä asuinkunnasta riippumatta. Alueellinen apuvälinekeskus vastaa lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälinepalveluista kaikissa Päijät-Hämeen kunnissa.

## **Apuvälinekeskus keskitetty ajanvaraus ja neuvonta**

☎ 044 482 3215 klo 7.30–14.00 (takaisinsoittopalvelu)

### **Avokuntoutus Padasjoki**

Padasjoen terveysasema

Kellosalmentie 24, 17500 Padasjoki

Fysioterapeutit, ☎ 044 780 2916, ☎ 044 780 2917

### **Apuvälinekeskus Lahti**

Harjukatu 48, 15100 Lahti

Avoimena ma–to klo 9–11 ja 12–15.30 sekä pe klo 9–11 ja 12–14.

Aukioloaika ilman ajanvarausta. Arkipyhien aatot perjantain aukioloaikojen mukaan.

Apuvälinekeskuksella on oma sisäänkäynti Oikokadulta ja sisäpihalla oven läheisyydessä on kaksi asiakaspysäköintipaikkaa. Apuvälinekeskuksen ulko-ovella ja hammashoitolan puoleisella ovella on palautuspisteet (rullakot), joihin voi palauttaa apuvälineitä ilman ajanvarausta ma–to klo 8–15.30 pe ja arkipyhien aatoina klo 8–14

### **Kuulon- ja näkemisen apuvälineet**

Kuulokeskus ja silmätautien poliklinikka sijaitsevat keskussairaalassa ja ne toimivat lähete- ja ajanvarausperiaatteella.

### **Kuntoutuspalvelut**

Fysioterapia kuuluu lääkinnälliseen kuntoutukseen ja sen tarkoitus on vaikuttaa ihmisen toimintakykyyn ja päivittäiseen selviytymiseen. Fysioterapian tavoitteena on tukea omaehtoista harjoittelua ja kotona selviytymistä sekä ennaltaehkäistä työ- ja toimintakyvyn haittoja.

### **Avofysioterapian ajanvaraus ja palveluohjaus**

☎ 044 482 3215, ma–pe 7.30–14.00 (takaisinsoittopalvelu)

### **Mielenterveys- ja päihdepalvelut**

Mielenterveyden ja päihteiden käytön ongelmat koskettavat monia. Ongelmia voi olla itsellä, perheenjäsenellä tai jollain muulla läheisellä. Ongelmien hoito on helpompaa, mitä varhaisemmassa vaiheessa haetaan apua. Apua voit hakea ensisijaisesti omasta sote-keskuksesta. Mielenterveysongelmiin voi liittyä päihdeongelmia ja taloudellisia vaikeuksia. Näiden asioiden ratkomisessa auttavat sosiaalityöntekijät.

## **YHDISTYSTEN TARJOAMAT PALVELUT**

### **Lahden seudun kriisikeskus/Päijät-Hämeen Mielenterveysseura ry**

[www.mielenterveysseurat.fi/lahti](http://www.mielenterveysseurat.fi/lahti)

Kriisikeskuksen palvelut on tarkoitettu kaikille yli 18-vuotiaille Päijät-Hämeen alueella asuville. Tukea voi saada erilaisissa elämäntilannekriiseissä

- Käyntiosoite: Rautatienkatu 19 B (Lanun aukio), 3.krs. (ovisummeri 53)
- Voit jättää ajanvarauspyynnön osoitteeseen [toimisto@lahdenkriisikeskus.fi](mailto:toimisto@lahdenkriisikeskus.fi). Ilmoitathan myös puhelinnumerosi, niin keskuksesta soitaan takaisin mahdollisimman pian ajan varaamiseksi.
- Aukioloajat Ma – pe klo 9–16 (myös klo 16 jälkeen sopimuksen mukaan)

### **Valtakunnallinen kriisipuhelin palvelee ympärivuorokautisesti numerossa 09 2525 0111.**

### **Päijät-Hämeen Mielenterveystyön Tuki MIETE ry**

Postiosoite: Pataljoonankatu 8, 15700 LAHTI

Toimistotyöntekijä/palveluneuvoja, ☎ 044 489 0022

[www.mietery.fi](http://www.mietery.fi)

Tukea ja toimintaa mielenterveyskuntoutujille.

### **Päijät-Hämeen sosiaalipsykiatrinen säätiö/ Mente**

Toimintakeskus OSKU Vesijärvenkatu 11 C, 6. krs

[info@mente.fi](mailto:info@mente.fi) • [www.mente.fi](http://www.mente.fi)

Yksikön johtaja ☎ 040 579 6172

Säätiö tukee palveluillaan mielenterveys- ja päihdekuntoutujien toimimista ja oman elämän haltuunottoa. Tavoitteena on lisätä palvelun käyttäjän elämän ja arjen hallintaa, toimintamahdollisuuksia sekä osallisuutta. Vertaistupatoimintaa.

[www.mente.fi/palvelut/sosiaalinen-kuntoutus/tukipiste/](http://www.mente.fi/palvelut/sosiaalinen-kuntoutus/tukipiste/)

### **Päijät-Hämeen mielenterveysomaiset – FinFami ry**

Rauhankatu 3, katutaso, 15110 Lahti

☎ 040 704 9913 [toimisto@finfamipaijathame.fi](mailto:toimisto@finfamipaijathame.fi)

[www.finfamipaijathame.fi](http://www.finfamipaijathame.fi)

Omaistyön asiantuntijaorganisaatio Päijät-Hämeen mielenterveysomaiset – FinFami Ry tukee mielenterveysomaisten ja -omaishoitajien sekä heidän perheidensä hyvinvointia antamalla tietoa, tukea ja toivoa.

- Ohjausta ja tukea
- Yksilökeskustelua ja omaisneuvontaa
- Vertaistukiryhmiä
- Virkistystoimintaa ja retkiä



## Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry

[www.ehyt.fi](http://www.ehyt.fi)

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry toimii koko maassa ja koko väestön parissa terveiden elämäntapojen edistämiseksi. Alkoholiin, tupakkaan ja huumeisiin liittyvän ehkäisevän työn ohella EHYT ry ehkäisee pelaamisesta syntyviä haittoja.

Soita numeroon ☎ 0800 900 45 (24/7) ja kysy neuvoa päihdetyön ammattilaisilta. Maksuton neuvontapuhelin vastaa vuoden jokaisena päivänä, ympäri vuorokauden. Soittaminen on anonyymia ja luottamuksellista.

## A-klinikkasäätiö/Päihdelinkki

[www.paihdelinkki.fi](http://www.paihdelinkki.fi)

Päihdelinkki -verkkopalvelu tarjoaa tietoa ja tukea päihteistä ja riippuvuuksista. Päihdelinkistä löytyy kattavan tietopankin lisäksi testejä, oma-apusisältöjä, vertaistukea ja neuvontapalvelu. Palvelu on tarkoitettu päihteiden käyttäjille, pelaajille, läheisille ja kaikille riippuvuustiedosta kiinnostuneille.

## Lahden alueen AA

AA:han ovat tervetulleita kaikki, jotka ovat huolissaan omasta juomisestaan. Olet tervetullut kuuntelemaan muiden toipuvien kokemuksia, ja puhumaan, kun se sinusta tuntuu hyvältä.

[www.lahdenalueenaa.com](http://www.lahdenalueenaa.com)

Hollolankatu 12, 15110 Lahti

[lahdenalueaa@gmail.com](mailto:lahdenalueaa@gmail.com)

Valtakunnallinen AA auttava puhelin, ☎ 09 750 200 joka päivä klo 9-21

## NA nimettömät narkomaanit

☎ 050 307 7597 (klo 18-20, pe myös klo 12-14) • [www.nasuomi.org](http://www.nasuomi.org)

NA nimettömät narkomaanit kokoontuvat säännöllisesti auttaakseen toinen toisiaan pysymään puhtaana. Ohjelmassa pidättäydytään täysin kaikista huumeista. Jäsenyydelle on vain yksi edellytys: halu lopettaa käyttäminen.

## Muistisairaiden palvelut

Kun epäilet oman tai läheisesti muistin heikkenemistä, ota yhteyttä omaan sote-keskukseen, josta varataan aika sairaanhoitajan vastaanotolle hoidon tarpeen arviointia varten. Vastaanotolla keskustellaan muistin toimintaan liittyvistä asioista ja arjen sujumisesta sekä arvioidaan jatkotutkimusten tarve.

## YHDISTYSTEN TARJOAMAT PALVELUT

Päijät-Hämeen muistiyhdistys

[www.ph-muistiyhdistys.fi](http://www.ph-muistiyhdistys.fi)

Hämeenkatu 5 A 5, 15110 Lahti (3 krs.)

Avoimna maanantaisin klo 9.00-13.00, voit myös sopia oman tapaamisajan.

Toimisto ☎ 03 735 1681

[toimisto@ph-muistiyhdistys.fi](mailto:toimisto@ph-muistiyhdistys.fi)

Muistiyhdistys tarjoaa tukea ja neuvontaa muistiin ja aivoterveysteen liittyvissä kysymyksissä.

## Muistiliitto ry

[www.muistiliitto.fi](http://www.muistiliitto.fi)

Muistineuvo-tukipuhelin, ☎ 09 876 6550

- maanantaisin, tiistaisin ja torstaisin klo 12-17
- Tarjoaa muistisairauksiin liittyvää ohjausta ja neuvontaa. Puhelimesa vastaavat muistialan ammattilaiset.

## Terveystenhuollon asiakasmaksukatto

Asiakasmaksulain mukaan palvelun käyttäjän suorittamille asiakasmaksuille säädetään vuotuinen enimmäismäärä, terveydenhuollon maksukatto.

Mikäli asiakkaalla on pelkästään Päijät-Hämeen hyvinvointialueen maksuja, ei erillistä vapaakorttihakemusta tarvita. Laskutusjärjestelmä huomioi asiakasmaksujen kertymän ja maksukaton täytyttyä laskutus tapahtuu maksukaton jälkeisellä hinnalla. **Poikkeus: jos asiakkaalla on käyntejä Lahden hammashoidon yksiköissä, vapaakorttihakemus tulee täyttää ja hammashoidon laskut tulee liittää hakemukseen.**

Mikäli on käyttänyt Päijät-Hämeen hyvinvointialueen ulkopuolisia terveyspalveluita, tulee käyttäjän itse seurata maksukaton täyttymistä ja hakea vapaakortti. Vapaakorttihakemuksia saa terveysasemilta, vuodeosastoilta ja poliklinikoilta sekä [www.paijatha.fi](http://www.paijatha.fi) -sivulta Asiakas- ja potilasmaksut.

Maksukaton ylittymisen jälkeen asiakkaalle myönnetään hakemuksesta vapaakortti, joka on voimassa aina kalenterivuoden loppuun. Vapaakortin myöntää se terveydenhuollonyksikkö, jonka käynnin tai hoitojakson aikana maksukatto on täytynyt. Päijät-Hämeen hyvinvointialueella vapaakortin myöntää laskutiimi.

Maksukaton täyttymisen jälkeen asiakasmaksut laskutetaan asiakasmaksuhinnaston maksukaton täyttymisen jälkeen -kohdan mukaisesti.

Esimerkiksi poliklinikkakäynnit ja päiväkirurgiset toimenpiteet ovat maksuttomia kalenterivuoden loppuun asti. Lyhytaikaisesta laitoshoidosta vuodeosastolla peritään 22,80 €:n ylläpitomaksu hoitopäivältä. Maksukatto 692 € (vuonna 2023). Vakuutusyhtiöiden korvaamat ja toimeentulotukeen sisältyvät asiakasmaksut sekä yksityisten palveluiden käytöstä maksetut maksut jäävät maksukaton ulkopuolelle.

#### **Maksukattoon sisältyvät seuraavat maksut:**

Digitaaliset/sähköiset palvelut kerryttävät maksukattoa samalla tavoin kuin perinteiset käyntiin perustuvat palvelut.

- poliklinikkakäynti (Lääkärin tai sairaanhoitajan luona)
- maksullinen soitto, korvaa käynnin
- päiväkirurgia - sarjahoito
- lyhytaikainen laitoshoido
- käyntimaksut ja vuosimaksu terveyskeskuslääkärin vastaanotto
- yksilökohtainen fysioterapia, neuropsykologinen kuntoutus, ravitsemusterapia, jalkojenhoito, puheterapia, toimintaterapia, tehostettu kotikuntoutus
- yö- ja päivähoito
- suun ja hampaiden tutkimus ja hoito
- suun ja leukojen erikoissairaanhoito (myös terveyskeskuksessa)
- tilapäinen kotisairaanhoito
- tilapäinen kotisairaala
- lääkärin tilapäinen kotikäynti
- muun henkilön suorittama tilapäinen kotikäynti
- hammaslääkärin kotikäynti
- suuhygienistin tai hammashoitajan kotikäynti

#### **Maksukaton ulkopuolelle jäävät:**

- kotona annettava palvelu: esim. kotipalvelu ja tilapäinen kotipalvelu
- asumispalvelut
- kuljetuspalvelut
- yksityislääkärin läheteellä tehdyistä laboratorio- ja kuvantamis- tutkimuksista perittävät maksut
- ensihoito (ambulanssimatkat)
- pitkäaikainen laitoshoido
- työterveyshuollon maksut
- perhehoito
- lastensuojelun maksut
- maksut lääkärin todistuksesta
- poliklinikkakäynti (lääkärin tai sairaanhoitajan luona)
- päiväkirurgia
- sarjahoito
- lyhytaikainen laitoshoido
- käyntimaksut ja vuosimaksu terveyskeskuslääkärin tai sairaanhoitajan luona

- yksilökohtainen fysioterapia
- yö- ja päivähoito
- kuntoutus (eräin edellytyksin)
- muulta kuin Suomessa asuvalta perittävä maksu
- käyttämättä ja peruuttamatta jätetystä palvelusta perittävä maksu
- erikoismaksuluokan maksut
- viivästyskorko
- perintäkulut
- lääkekustannukset (haetaan Kelasta)
- matkakustannukset (haetaan Kelasta)
- palvelusetelin omavastuu osuus - hammastekniset kulut

Vakuutusyhtiöiden korvaamat asiakasmaksut sekä yksityisten palveluiden käytöstä maksetut maksut jäävät maksukaton ulkopuolelle.

#### **Vapaakorttihakemuksen palautus:**

Laskutukseen ei ole asiakasvastaanottoa. Hakemus liitteineen palautetaan postitse alla olevaan osoitteeseen tai Päijät-Hämeen hyvinvointialueen toimipisteisiin, josta ne toimitetaan laskutiimille. Osoite:

#### **Päijät-Hämeen hyvinvointialue**

laskutiimi, vapaakortit  
Keskussairaalankatu 7  
15850 Lahti

Tarvittaessa lisätietoja ☎ 03 819 3999 ma-to klo 9.00–11.00 ja myyntireskontra@pajatha.fi

Jos haluat kysyä asiakasmaksuistasi tai esimerkiksi maksukattoon liittyvistä kysymyksistä tarkemmin, ota yhteyttä siihen sosiaali- tai terveydenhuollon toimintayksikköön, jossa olet saanut hoitoa tai palvelua.

Lisätietoa: [www.stm.fi/sotehuollon-asiakasmaksut](http://www.stm.fi/sotehuollon-asiakasmaksut)

Lääkekustannuksilla on oma kalenterivuositainen kattonsa. Korvauksen saa suoraan apteekista, kun esittää Kela-kortin ja Kelan ilmoituksen lisäkorvausoikeudesta. Korvausta voi myös hakea jälkepäin puolen vuoden ajan.

**Palvelusetelillä palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla **

**Ostopalveluna palvelua tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla **

## 7 MUITA SOSIAALIPALVELUJA

### Gerontologinen sosiaalityö

Gerontologinen sosiaalityö auttaa yli 65-vuotiaita asiakkaita asumiseen, päihde- ja mielenterveysasioihin sekä taloudellisiin ongelmiin liittyvissä asioissa.

Yhteydenotot Ikääntyneiden palveluneuvonnan kautta.

#### Sosiaalihuollon ohjaus ja neuvonta

☎ 03 819 4850 (ma-pe klo 9–15)

Aleksanterinkatu 18, TRIO 2. kerros (Lahden Palvelutori), 15140 Lahti

Palvelupisteellä voi asioida ilman ajanvarausta arkisin klo 9–15

Lapsiperheiden, työikäisten ja vammaisten sosiaalipalvelut.

#### Vammaispalvelun palvelupiste jo asiakkuudessa oleville:

Trio, Aleksanterinkatu 18 A, 4. krs

Avoimna arkisin klo 9–12 ja 13–15

☎ 044 018 7045

[www.paijatha.fi](http://www.paijatha.fi)

## 8 LIIKKUMISTA TUKEVAT PALVELUT

### Palvelu- ja asiointiliikenne Päijät-Hämeen alueella

Palveluliikenne on joukkoliikennettä, jolloin maksu määräytyy joukkoliikenteen hinnan mukaisesti. Päijät-Hämeen kunnat tuottavat itse oman alueensa palveluliikenteen.

#### Asiointilinjat

Asiointitaksit ovat kaikille avoimia joukkoliikennepalveluita maaseutualueilla.

Padasjoen alueella toimii 7 asiointitaksireittiä kutsutaksiperiaatteella (tilattava puhelimitse).

Lisätietoa ja reitit: <https://www.padasjoki.fi/fi> (Palvelut: ympäristö ja liikenne, joukkoliikenne, asiointilinjat)

Lisätietoja reiteistä 044 7533 596. Matkan hinta asiakkaalle on linja-autolipun hinta.

Kyytitilaukset suoraan taksiasemalle edellisenä arkipäivänä klo 15.00 mennessä ☎ (03) 551 2253.

Alho-Torittu-Romo-Kaukela-Arrakoski -reitin osalta kyytitilaukset edellisenä arkipäivänä klo 15.00 mennessä ☎ 040 8333 986 tai 0400 215 492 Salpausselän Liikenne

AUTTOINEN, maanantai

VIRMAILA-KELLOSALMI-PAJULANTIE-KAURATE-ARRAKOSKI, tiistai  
NEROSKULMA- ALA-PORASA -PORASA-PALSA-VESIJAKO-AUTTOINEN, keskiviikko

KIRKONKYLÄ, torstai

MAAKESKI-NYYSTÖLÄ, torstai

ALHO-TORITTU-ROMO-KAUKELA-ARRAKOSKI, torstai

KASINIEMI-PALSA-VESIJAKO-AUTTOINEN, perjantai

### Sosiaalihuoltolain mukainen kuljetuspalvelu

Sosiaalihuoltolain mukainen liikkumista tukeva palvelu (kuljetuspalvelu) on tarkoitettu edistämään hakijan itsenäistä selviytymistä jokapäiväiseen elämään kuuluvien asioiden hoitamisessa, kuten asiointit matkoissa, apteekissa tai pankissa oman kunnan alueella.

Kuljetuspalvelun myöntäminen perustuu hakijan bruttoeläkkeen ja varallisuuden määrään sekä palvelutarpeen selvittämiseen. Liikkumista tukevaa palvelua voi hakea vähävarainen henkilö, jolla on suuria vaikeuksia käyttää julkisen liikenteen palveluja tai palvelulinjoja, eikä hakijalla ole mahdollisuutta oman auton käyttöön.

Sosiaalihuoltolain mukaista liikkumisen tuen palvelua ei voi käyttää käynteihin lääkärin vastaanotolla, terveysasemalla tai muussa lääkärin määräämässä hoidossa. Nämä matkat ovat Kelan korvauksen piirissä.

Palvelua haetaan kirjallisesti, omalla hakemuksella. Hakemus löytyy Päijät-Hämeen hyvinvointialueen verkkosivuilta [www.paijatha.fi](http://www.paijatha.fi)

### Vammaispalvelulain mukainen kuljetuspalvelu

Vammaispalvelulain mukainen kuljetuspalvelu on tarkoitettu vaikeavammaiselle henkilölle, jolla on pitkäaikaisesti erityisiä vaikeuksia liikkumisessa ja jolle vamman tai sairauden vuoksi julkisten liikennevälineiden käyttö tuottaa kohtuuttoman suuria vaikeuksia.

Hakemukseen tarvitaan liitteeksi nykyistä liikkumista koskevaa toimintakykyä kuvaavat terveystiedot; lääkärinlausunto, käyntikertomus, potilaskertomus, epikriisi tms.

Hakemus löytyy Päijät-Hämeen hyvinvointialueen verkkosivuilta [www.paijatha.fi](http://www.paijatha.fi) tai palvelua voi hakea sähköisesti osoitteessa [www.hyvis.fi](http://www.hyvis.fi).



## Kela-taksi

Päijät-Hämeen tilausvälityskeskusten tilausnumerot:

☎ 0800 051 60/ Suomen Lähilogistiikka Oy

☎ 0800 301 23/ Lahden Aluetaksi Oy

[www.kela.fi/taksimatkat](http://www.kela.fi/taksimatkat)

Voit itse valita, kummasta tilausvälityskeskuksesta tilaat taksin. Soitto alueelliseen tilausnumeroon on maksuton.

Kela korvaa terveydenhuoltoon tehtyjä matkoja, jos ne on tehty sairauden, raskauden tai synnytyksen vuoksi. Voit saada korvauksen taksimatkasta, kun tilaat sen alueellisesta tilausnumerosta (Päijät-Häme) :

- terveydentilasi tai
- puutteellisten liikenneolosuhteiden vuoksi.

Jos joudut käyttämään taksia terveydentilasi vuoksi, tarvitset siitä terveydenhuollon antaman todistuksen (Todistus matkakorvausta varten, SV 67).

## 9 TOIMEENTULO JA OIKEUDELLINEN APU

### ASUNTOJEN KORJAUSAVUSTUKSET JA -MUUTOSTYÖT

#### Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus (ARA)

☎ 029 525 0818 (iäkkäiden ja vammaisten korjausavustus) ti-ke klo 9–11 ja 12–15 • [korjausavustus.ara@ara.fi](mailto:korjausavustus.ara@ara.fi) • [www.ara.fi](http://www.ara.fi)

ARA myöntää avustusta iäkkäille (yli 65-vuotiaille) tai vammaisille henkilöille heidän omakotitalonsa tai omistamansa asunnon korjaamiseen. Avustusta myönnetään vain ympärivuotisessa käytössä olevan kodin korjauksiin, ei esimerkiksi mökin korjaamiseen. Avustus on tarkoitettu parantamaan iäkkäiden ja vammaisten henkilöiden mahdollisuuksia kotona asumiseen. Avustus on tarkoitettu pienituloisille ja vähävaraisille kotitalouksille, joissa on 65 vuotta täyttänyt tai vammaisen henkilö.

#### Vanhustyön keskusliiton korjausneuvonta

Vanhustyön Keskusliitto ry/ korjausneuvoja

☎ 0500 494 766

Askonkatu 9 C 213, 15100 Lahti

[www.vtkl.fi](http://www.vtkl.fi)

Vanhustyön keskusliiton korjausneuvoja avustavaa sotainvalideja, veteraaneja ja muita ikääntyneitä ihmisiä asunnossa tarvittavien muutostöiden kartoittamisessa, suunnittelussa ja korjausavustusten hakemisessa. Tarvittaessa korjausneuvojat auttavat myös muutostyöt suorittavan urakoitsijan etsimisessä. Korjausneuvonta on maksutonta, remonttikulut asiakas maksaa itse.

Tarvittaessa korjausneuvojat auttavat myös muutostyöt suorittavan urakoitsijan etsimisessä. Korjausneuvonta on maksutonta, remonttikulut asiakas maksaa itse.

Yleisimpiä ikääntyneiden asuntoihin tarvittavia korjauksia ovat pesutilojen muutokset sekä erilaiset esteettömyyttä parantavat muutostyöt. Rakenteiden ja järjestelmien huonokuntoisuus aiheuttaa myös yleistä peruskorjaustarvetta.

### Kodin muutostyöt vaikeavammaisille

Kunta voi harkintansa mukaan tukea omassa kodissa selviytymistä myöntämällä taloudellista tukea asunnon varusteluun ja muutostöihin (esim. luiskat, tuet ja pesutilojen muutokset). Korvausta voi saada vaikeavammainen henkilö, jolle liikkuminen tai muu omatoiminen suoriutuminen vakituksessa asunnossa tuottaa vamman tai sairauden vuoksi erityisiä vaikeuksia. Kustannukset korvataan henkilön vakituisen asuntoon tehtäviin muutostöihin.

Muutostöitä haetaan vammaispalveluhakemuksella. Hakemus löytyy osoitteesta [www.paijatha.fi](http://www.paijatha.fi).

Lisätietoa vammaispalveluista Sosiaalihuollon ohjaus ja neuvonta, arkisin klo 9–15, ☎ 03 819 4850. Palvelupisteellä voi asioida ilman ajanvarusta arkisin klo 9–15. Lahden Palvelutori, Kauppakeskus Trio, Aleksanterinkatu 18, 2. krs.

### EDUNVALVONTA

#### Edunvalvontavaltuutus

Edunvalvontavaltuutus on hyvä keino varautua tulevaisuuteen. Se on valtakirja, jolla jokainen voi valtuuttaa haluamansa henkilön huolehtimaan asioistaan sen varalta, että tulee myöhemmin kykenemättömäksi hoitamaan asioitaan. Valtakirjassa määritellään asiat, jotka valtuutus kattaa.

Pätevän valtakirjan tekeminen edellyttää, että tekijä ymmärtää riittäväällä tavalla sen merkityksen ja sisällön. Tämä voi olla mahdollista vielä

muistisairauden varhaisessa vaiheessa. Edunvalvontavaltuutusta säilytetään niin kauan, kunnes tarve sen vahvistamiselle ilmenee. Tehty edunvalvontavaltuutus on suositeltavaa antaa valtuutetulle säilytettäväksi. Jos valtakirjan laatija tulee kykenemättömäksi hoitamaan asioitaan, valtuutettu pyytää Digi- ja väestötietovirastoa vahvistamaan valtakirjan. Valtuutus tulee voimaan, kun Digi- ja väestötietovirasto sen vahvistaa. Lisäksi tarvitaan lääkärintlausunto valtuuttajan kyvyttömyydestä huolehtia asioistaan. Digi- ja väestötietovirasto valvoo tarvittaessa valtuutetun toimintaa.

Edunvalvontavaltuutuksen laadinnalle on asetettu selkeät muotovaatimukset.

Edunvalvontavaltuutus on suositeltavaa tehdä asiantuntijan, kuten juristin tai julkisen oikeusavustajan tuella. Ennen edunvalvontavaltuutuksen kirjaamista kannattaa huolella tutustua aiheeseen ja pohtia rauhasa omia toiveitaan.

## Lisätietoa

Digi- ja väestötietovirasto [www.dvv.fi/digi-ja-vaestotietovirasto](http://www.dvv.fi/digi-ja-vaestotietovirasto)  
Oikeusaputoimisto, asianajajat [www.oikeus.fi](http://www.oikeus.fi)  
Suomen muistiasiantuntijat [www.sumut.fi](http://www.sumut.fi) Miten turvaan toteutumisen tahtoni? Opas oikeudelliseen ennakkointiin. Suomen muistiasiantuntijat ry:n julkaisut 2/2021 [https://sumut.fi/wp-content/uploads/2021/10/MIES\\_SUMU\\_Oikeudellinen\\_ennakointi\\_opas\\_2021.pdf](https://sumut.fi/wp-content/uploads/2021/10/MIES_SUMU_Oikeudellinen_ennakointi_opas_2021.pdf)  
Muistiliitto [www.muistiliitto.fi/fi/etuudet-ja-oikeudet/edunvalvontavaltuutus](http://www.muistiliitto.fi/fi/etuudet-ja-oikeudet/edunvalvontavaltuutus)

## Edunvalvoja

Edunvalvojan määrääminen on viimesijainen keino järjestää asioiden hoito. Edunvalvojan määrääminen edellyttää, että apua tarvitsevan henkilön asiat eivät tule asianmukaisesti hoidetuiksi muilla tavoin.

Holhousviranomaisena toimii Digi- ja väestötietovirasto, joka selvittää henkilön edunvalvonnan tarpeen ja tarvittaessa määrää edunvalvojan tai tekee hakemuksen tuomioistuimelle.

Edunvalvontaa haetaan ilmoituksella tai hakemuksella kotikunnan Digi- ja väestötietovirastosta.

### Digi- ja väestötietovirasto

☎ 029 553 6256 (ma-pe klo 9–15)  
Kirkkokatu 12 B, 15140 Lahti (ma-pe klo 9–16.15)  
[www.dvv.fi/holhous](http://www.dvv.fi/holhous)

### Päijät-Hämeen edunvalvontatoimisto

☎ 029 565 2700 (ma-pe klo 9–11)  
Kirkkokatu 12 A, 5.krs., 15140 Lahti (ma-pe klo 8–16.15)

## KELA

Voit asioida verkossa: [www.kela.fi/henkiliasiakkaat](http://www.kela.fi/henkiliasiakkaat) tai soittaa Kelaan, avoinna ma-pe klo 9–16. Paikallisverkkomaksu/matkapuhelinmaksu, jonottaminen on maksullista.

## Palvelupisteet

Kelan varsinainen palvelupiste Kirkkokatu 8, 15140 Lahti. Avoinna arkisin klo 12–16.

Itsepalvelu: Aleksanterinkatu 18, 15140 Lahti, Trion 2. krs. Avoinna ma-pe 8–18 (tietokoneet ja postilaatikko)

### Eläkettä saavan hoitotuki, ☎ 020 692 205 (Kuntoutus ja vammaistuet)

Hoitotuen tarkoituksena on tukea vammaisen tai pitkäaikaisesti sairaan eläkkeensaajan jokapäiväistä elämää, toimintakykyä, kuntoutusta ja hoitoa. Hoituen saaminen edellyttää, että toimintakyky on vamman tai sairauden vuoksi heikentynyt yhtäjaksoisesti vähintään vuoden ajan.

### Eläkkeensaajan asumistuki, ☎ 020 692 202 (Kela eläkkeet)

Tukea voi saada vakinaisesti Suomessa asuva pienituloinen henkilö, joka asuu vuokra- tai omistusasunnossa. Tulosi, omaisuutesi ja asumismenosi vaikuttavat asumistukeen.

### Toimeentulotuki, ☎ 020 692 207

Toimeentulotukea voi saada henkilö, jonka tulot ja varat eivät riitä välttämättömiin päivittäisiin menoihin. Toimeentulotuki on viimesijainen tuki, joka on tarkoitettu lyhytaikaiseksi etuudeksi. Perustoimeentulotukea haetaan Kelasta.

### Täydentävä ja ehkäisevä toimeentulotuki

Jos sinulla on erityisiä menoja, joita perustoimeentulotuki ei kata, Päijät-Hämeen hyvinvointialueen sosiaalitoimisto voi harkintansa mukaan myöntää täydentävää ja ehkäisevää toimeentulotukea. Hae aina ensin perustoimeentulotukea Kelasta.

Yhteydenotot:

Yli 65-vuotiaat: Ikääntyneiden palveluneuvonta/gerontologinen sosiaalitoimi

Alle 65-vuotiaat: Sosiaalihuollon ohjaus ja neuvonta

## KOTITALOUSVÄHENNYS

☎ 029 497 002 (ma-pe klo 9–16.15) • [www.ytj.fi](http://www.ytj.fi) • [www.vero.fi](http://www.vero.fi)

Kun ostaa palveluja kotiin tai vapaa-ajan asunnolle, voi vähentää osan kuluista verotuksessa kotitalousvähennyksenä. Vähennykseen oikeuttaa tavanomainen kotona tehtävä työ

- Kotitaloustyö; mm. siivous, ruuanlaitto, pyykinpesu, piha- ja lumityöt
- Hoiva- ja hoitotyö; lasten ja vanhusten hoitaminen kotona
- Asunnon kunnossapito- ja peruskorjaustyö
- Tieto- ja viestintäteknikan laitteiden asennus, kunnossapito ja opastus

Kunnallisista palveluista tai palvelusetelillä hankittavasta työstä ei saa vähennystä.

Kotitalousvähennys on henkilökohtainen eli aviopuolisot saavat vähennyksen kumpikin erikseen. Vähennysoikeus on myös lapsilla, jotka ostavat palvelua vanhemmilleen tai isovanhemmilleen. Kotitalousvähennystä pitää jokaisen hakea itse ja maksajan on tarkistettava, että työn tekevä yritys kuuluu ennakoperintärekisteriin.

## ARVONLISÄVEROTTOMAT SOSIAALIPALVELUT

☎ 029 497 002 (ma-pe klo 9–16.15) • [www.vero.fi/henkiloasiakkaat](http://www.vero.fi/henkiloasiakkaat)

Jos tarvitset palveluita vamman, sairauden tai toimintakyvyn heikkene-  
misen vuoksi, voit ostaa palveluja arvonlisäverottomasti sosiaalihuol-  
topalveluna. Palvelut voivat olla esim. kotipalvelua, ateriat-, siivous-,  
vaatehuolto-, ruokaostos-, kylvytys-, kuljetus-, saattaja- ja lumenluon-  
tipalveluita. Arvonlisäverottomana ostetusta palvelusta saa kotitalous-  
vähennyksen, jos palvelu on vähennykseen oikeuttavaa.

Yksityiseltä palveluntuottajalta suoraan hankittavan palvelun voi ostaa  
ilman arvonlisäveroa seuraavilla edellytyksillä:

- Asiakkaalla on sairaudesta, vammasta ja/tai toimintakyvyn heik-  
kenemisestä johtuva palveluntarve
- Asiakkaan ja palveluntuottajan välillä on tehty kirjallinen palveluso-  
pimus sosiaalihuoltopalveluina tehtävistä palveluista sekä palvelu-  
suunnitelma
- Palveluntuottaja on tehnyt ilmoituksen toimintakuntaan tai hänellä  
on lupa toimintaan

- Palveluntuottajalla on omavalvontasuunnitelma ja vastuuhenkilö,  
joka vastaa palvelun laadusta

## OIKEUSAPUTOIMISTO

### Päijät-Hämeen oikeusaputoimisto

☎ 029 566 0640 • Kirkkokatu 12 A 5.krs, 15140 Lahti (ma-pe klo 8–16.15) •  
[paijat-hame.oikapu@oikeus.fi](mailto:paijat-hame.oikapu@oikeus.fi) • [www.oikeus.fi/oikeusapu](http://www.oikeus.fi/oikeusapu)

Oikeusaputoimisto on oikeusministeriön hallinnonalalla toimiva virasto,  
jonka tehtävänä on oikeus-apupalvelujen järjestäminen.

Oikeusaputoimisto tarjoaa oikeusapupalveluja varattomille, vähä-  
raisille ja keskituloisille erilaisissa oikeudellisissa asioissa kuten tes-  
tamentti- ja perunkirjoitusasioissa, velallisen ja velkojan tai takaajan  
oikeusapuasioissa.

## POTILAS- JA SOSIAALIASIAMIES

### Sosiaaliasiamies

☎ 044 729 7989 (ma-to klo 9–12) • [sosiaaliasiamies@paijatha.fi](mailto:sosiaaliasiamies@paijatha.fi)

Tapaamiset sovittavissa ajanvarauksella. Sosiaaliasiamiespalveluun voi  
varata myös sähköisen etävastaanottotapaamisen.

- neuvoa ja ohjaa julkisen ja yksityisen sosiaalihuollon asiakkaita sosi-  
aali- ja sosiaalihuollon asiakaslain soveltamiseen liittyvissä kysymyksissä
- neuvoa ja tarvittaessa avustaa sosiaalihuollon asiakaslain mukai-  
sen muistutuksen tekemisessä
- tiedottaa asiakkaiden oikeuksista sekä toimii oikeuksien edistämi-  
seksi ja toteuttamiseksi
- seuraa asiakkaan aseman ja oikeuksien kehitystä antaen siitä vuo-  
sittain selvityksen kunnanhallitukselle

Sosiaaliasiamies ei myönnä sosiaalipalveluja, eikä valvo palvelutoimin-  
taa tai anna toimintamääräyksiä työntekijöille.

### Potilasasiamies

☎ 03 819 2504 (ma-pe 10–15) • Harjukatu 48, 15100 Lahti • Masto, 6. krs.,  
huone F 60138 •

[potilasasiamies@paijatha.fi](mailto:potilasasiamies@paijatha.fi) Vastaanottoaika varattava etukäteen sähkö-  
postitse tai huoneen ulkopuolella olevaan postilaatikkoon. Sähköpostilla  
kannattaa lähettää soittopyyntö, ei arkaluontoisia asioita sähköpostilla.

- auttaa ja ohjaa potilaslain soveltamiseen liittyvissä asioissa
- tiedottaa potilaan oikeuksista
- neuvoa ja auttaa tarvittaessa muistutuksen, kantelun, potilasvahi-  
nkoilmoituksen tai lääkevahinkoilmoituksen laadinnassa
- toimii potilaan oikeuksien edistämiseksi ja toteuttamiseksi

Potilasasiamies ei kuitenkaan ota kantaa potilaan lääketieteellisiin hoi-  
topäätöksiin eikä siihen, onko hoidossa tapahtunut potilasvahinko.



## 10 HARRASTUS- JA VIRKISTYSTOIMINTA

### KotiTV – Arkiliikuntaa, muistikuntoutusta ja kulttuuria ikäihmisille omalta tv-kanavalta

KotiTV tarjoaa ikäihmisille liikunnallista etäkuntoutusta, virikkeellistä muistikuntoutusta sekä kulttuuria ja opetuksellista sisältöä joka arkipäivä klo 11–13. KotiTV näkyy antenni-tv:ssä kanavalla 33, DNA:n, Telian ja Elisan kaapeli-tv:ssä kanavalla 66 ja Älcomin partner-operaattoreiden kanavalla 99.

### Ruutuystävät

[www.ruutuystavat.fi](http://www.ruutuystavat.fi)

Projektityöntekijä, ☎ 044 060 6170

Järjestämme ohjattuja juttutuokioita, joihin voit osallistua helposti kotisohvaltasi kuvapuhelun avulla. Ruutuystävät -toimintaan voivat tulla mukaan kaikki ikääntyvät. Tarvitset vain älypuhelimien, tabletin tai tietokoneen. Sinun ei tarvitse osata etukäteen mitään, me opastamme kuvapuhelun käytössä kädestä pitäen.

### Lähellä.fi

Sivusto toimii valtakunnallisesti ja alueellisesti ja sen avulla voi etsiä merkityksellistä toimintaa, yhteisöllisyyttä, apua ja osallistumismahdollisuuksia. Palvelu kokoaa järjestöjen ja yhteisöjen tuen, toiminnan ja tapahtumat yhteen osoitteeseen. [www.laheella.fi](http://www.laheella.fi) -verkkopalvelua otetaan parhaillaan käyttöön valtakunnallisesti.

### Wellamo-opisto

[www.wellamo-opisto.fi](http://www.wellamo-opisto.fi)

Lahden kaupungin ylläpitämän Wellamo-opiston toiminta-alueena on myös Padasjoki. Wellamo-opisto järjestää yleissivistävää koulutusta monipuolisesti eri aineissa, elämän eri vaiheissa. Wellamo-opistossa voi opiskella kieliä, taito- ja taideaineita, liikuntaa, tietotekniikkaa sekä muita aineita tarjonnan mukaan.

Toimistotilat: Terijoenkatu 2, 15140 Lahti

Toimiston yhteystiedot ☎ 0440 187459 tai 0440 187456

Sähköposti: [toimisto@wellamo-opisto.fi](mailto:toimisto@wellamo-opisto.fi)

### Padasjoen Kirjasto

Vaahteratie 4, Padasjoki

☎ 044 052 9300

[kirjasto@padasjoki.fi](mailto:kirjasto@padasjoki.fi)

Verkkokirjasto: [lastu.finna.fi](http://lastu.finna.fi)

### Terveyskylä.fi

[www.terveyskyla.fi](http://www.terveyskyla.fi) tarjoaa tietoa ja tukea kaikille, hoitoa potilaille ja työkaluja ammattilaisille. Eri teemojen ympärille rakennetuista 33:sta virtuaalisesta talosta löydät luotettavaa terveystietoa. Sisällön ovat tuottaneet sosiaali- ja terveydenhuollon asiantuntijat.

### Harrastustoiminta

Yksityiset palveluntuottajat tarjoavat apua harrastustoimintaan asiakkaan toiveiden mukaan. Palvelu voi sisältää esimerkiksi avustamista tai saattamista mieluiseseen harrastukseen, ulkoilua, kulttuuritapahtumissa ja näyttelyissä käymistä, yhdessä lukemista tai musiikin kuuntelemista.

### Harrastustoiminnan yksityiset palveluntuottajat:

#### Gubbe

☎ 044 724 6007 • [asiakaspalvelu@gubbe.com](mailto:asiakaspalvelu@gubbe.com) • [fi.gubbe.com](http://fi.gubbe.com)

#### Kotona Asuen Seniorihoiva Lahti

☎ 010 850 9550 • Hämeenkatu 28, Lt 2, 15140 Lahti • [lahti@kotonaasuen.fi](mailto:lahti@kotonaasuen.fi) • [www.kotonaasuen.fi](http://www.kotonaasuen.fi)

#### Seurana Oy

☎ 050 552 9449 • Heikkiläntie 7 A, 00210 Helsinki • [kaisa.kononen@seurana.fi](mailto:kaisa.kononen@seurana.fi) • [seurana.fi](http://seurana.fi)

#### Suomen Seniorihoiva Oy

☎ 010 324 9000 • Mannerheimintie 12 B, 00100 Helsinki • [info@suomenseniorihoiva.fi](mailto:info@suomenseniorihoiva.fi) • [suomenseniorihoiva.fi](http://suomenseniorihoiva.fi)

## LIIKUNTAPALVELUT

### Padasjoen kunnan liikunta- ja virkistyspalvelut

Liikunnanohjaajan vetämät ryhmät työikäisille, ikäihmisille, kuntoutujille ja pitkäaikaissairaille, sekä kehitysvammaisille. Tuolijumpparyhmät ja kuntosalin päiväryhmät Seniorisalilla liikunnanohjaajan opastuksella.

Kuntosaliryhmät Seniorisalilla terveysasemalla ti klo 10.00–11.00. (fysioterapian jatkoryhmä). Torstai aamupäivä fysioterapian käytössä. Ryhmiin ilmoittautuminen ja kausimaksu. Salilla harjoitellaan omaan tahtiin tai liikunnanohjaajan opastuksella. Seniorikuntosali on avoinna ma, ke ja pe 9–15.

Liikuntakoordinaattori ☎ 044 720 2070

## Liikuntaneuvonta

Liikuntaneuvonta on kunnan asukkaille maksuton palvelu, johon yleensä tullaan lääkärin, hoitajan tai fysioterapeutin läheteellä. Liikuntaneuvontaan voi tulla myös omaehtoisesti ilman lähetettä. Ajan voi varata suoraan liikuntakoordinaattorilta.

Liikuntakoordinaattori ☎ 044 7202 070

### Uimahalli Jokihelmi

Tammitie 7, Padasjoki  
Kahvio, ☎ 044 720 2053

Uimahallin yhteydessä sijaitseva kuntosali on avoinna uimahallin aukioloaikoina kertamaksulla sekä avainkortilla myös muina aikoina. Kuntosalilta löytyy kattava valikoima laitteita ja kuntoiluvälineitä sekä vapaita painoja.

Uimahalli Jokihelmen vesijumput sopivat kaiken kuntoisille liikkujille. Niihin ei ole ennakoilmoittautumista ja mukaan pääsee edullisella kertamaksulla.

## VAPAAEHTOIS- JA JÄRJESTÖTOIMINTA

Päijät-Hämeen vapaaehtoistoiminnan verkosto:  
[www.phvapaaehtoistoiminta.fi](http://www.phvapaaehtoistoiminta.fi)

### Vapaaehtoistyo.fi

[www.vapaaehtoistyo.fi](http://www.vapaaehtoistyo.fi)

Vapaaehtoistoimintaa järjestäviä järjestöjä, yhdistyksiä ja seurakuntia.

Kuhmoinen-Padasjoen kappeliseurakunta

### Diakoniatyön vapaaehtoistoiminta

Puistotie 12, 17500 Padasjoki

☎ 0440 490 042

Mm. jutteluseuraa ja virkistystä ikääntyneille.

## Päivätuokiot

Päivätuokiot ovat kaikille avoimia ilmaisia tilaisuuksia, joita pidetään Pihlajakoskella, Ruolahdella sekä Päijälässä. Ei erillistä ilmoittautumista. Päivätuokiot kokoontuvat piiriläisten kodeissa ja ajankohdat sovitaan aina erikseen. Päivätuokiossa juodaan päiväkahvit ja keskustellaan eri teemoista. Arkilounas Padasjoen seurakuntakodilla kerran kuukaudessa.

Lisätietoa päivätuokioista, ☎ 040 523 8503.

## Seurakunnan vertaistuki

Diakoniatyöntekijä, ☎ 040 523 8503

Seurakunnassa toimii erilaisia ryhmiä, joihin voit osallistua esimerkiksi surun kohdatessa, yksinäisyyden vaivatessa tai kun kaipaat tukea esimerkiksi raittiuteen. Papilta tai diakoniatyöntekijältä voit varata ajan, kun haluat keskustella rauhassa.

### PalveluSantra ja Omanoloinen Arkielo -hanke

☎ 044 739 2312 (keskiviikkoisin 9-12)

[toimisto@omanoloinen.fi](mailto:toimisto@omanoloinen.fi)

Tukea ikääntyvien omanolaiseen arkieloon vapaaehtoistoiminnan keinoin ja PalveluSantran palveluntuottajien palvelujen välitystä.

Jos haluat Omanoloinen Arkielo -hankkeeseen vapaaehtoiseksi, ota yhteys ☎ 044 739 2312.

### Suomen Punainen Risti/Padasjoen alue

[www.rednet.punainenristi.fi/padasjoki](http://www.rednet.punainenristi.fi/padasjoki)

[padasjoki@punainenristi.fi](mailto:padasjoki@punainenristi.fi)

Puheenjohtaja, ☎ 040 532 6615

Muun muassa ystävätoimintaa.

### Eläkeliiton Padasjoen yhdistys ry

[www.elakeliitto.fi/yhdistykset/padasjoki](http://www.elakeliitto.fi/yhdistykset/padasjoki)

Puheenjohtaja, ☎ 050 356 4971

Yhdistys toimii eläkeläisten ja eläketurvaa tarvitsevien henkisten ja aineellisten etujen valvojana, sekä edistää eläkeläisten hyvinvointia.

Yhdistys järjestää jäsenilleen teatterimatkoja, sokkoretken, sekä ostosmatkoja. Liikuntaa pidetään yllä mm. mölkkypelillä sekä senioritanssilla.

Myös mm. laulukerho ja kahvitilaisuudet.

### Padasjoen Seniorit ry

Puheenjohtaja, ☎ 040 743 3010

[tarja.arola@pp2.inet.fi](mailto:tarja.arola@pp2.inet.fi)

[www.padasjoki.senioriyhdistys.fi](http://www.padasjoki.senioriyhdistys.fi)

Yhdistys tarjoaa sinulle harrastusmahdollisuuksia, mielenkiintoisia tapahtumia ja ennen kaikkea mukavaa yhdessäoloa muiden senioreiden seurassa.

## 11 KESKUSTELUAPU

### HelsinkiMissio

[www.helsinkimissio.fi](http://www.helsinkimissio.fi)

#### Aamukorva (yli 60 –vuotiaille)

☎ 045 341 0504, joka aamu klo 5–8

Puheluun vastaa HelsinkiMission koulutettu vapaaehtoinen.

#### Vanhustyön keskusliitto

<https://vtkl.fi/toiminta/vahvikelinja>

#### Vahvikelinja

☎ 050 328 8588, ma, ti, ke ja su klo 13–15

Puhelimeen vastaavat koulutetut vapaaehtoiset.

Puheluissa ratkotaan yhdessä aivopähkinöitä, visaillaan tai muistellaan mukavia ja jutustellaan. Mahdollisuus myös puhelinjumpaan istuen tai seisten. Valinnanvaraa tehtävissä riittää aina helpoista haastaviin ja niistä soittaja voi valita oman mielenkiintonsa mukaan sopivimmat. Tärkeintä on kuitenkin rento ja virkistävä hetki.

#### Kirkon keskusteluapu

☎ 0400 221 180, joka ilta klo 18–24

Lisäksi apua voi kysyä oman kunnan seurakunnasta.

#### Suvanto ry - Turvallisen vanhuuden puolesta

[www.suvantory.fi](http://www.suvantory.fi)

☎ 050 577 0218

Ajanvaraus@suvantory.fi

- Suvanto ry on valtakunnallisesti toimiva järjestö, jonka toiminnan tarkoituksena on ikääntyneisiin kohdistuvan väkivallan, kaltoinkoh-  
telun ja hyväksikäytön ehkäiseminen.
- Auttaa väkivallan ja kaltoinkoh-  
telun kaikkia osapuolia.

#### Nollalinja

☎ 0800 050 05

[www.nollalinja.fi/](http://www.nollalinja.fi/)

- Nollalinja on valtakunnallinen, maksuton auttava puhelin kaikille, jotka ovat läheisessä ihmissuhteessaan kokeneet väkivaltaa tai sen uhkaa. Avoinna kaikkina aikoina.

#### Takuusäätiö

☎ 0800 9 8009 arkisin klo 10–14. Taloustietoutta, apua talous- ja vel-

kaongelmiin nimettömästi puhelimitse tai chatissa [www.takuusaatio.fi](http://www.takuusaatio.fi)

## Rikosuhripäivystys

[www.riku.fi](http://www.riku.fi)

Tukea kaikille rikoksen uhreille, todistajat ja uhrin läheiset mukaan lu-  
kien. Rikosprosessiin liittyvää apua ja neuvontaa uhrin oikeuksien käyt-  
tämisessä. Valtakunnallinen auttava puhelin, juristin puhelinneuvonta,  
internet-tukipalvelu.

- auttava puhelin, ☎ 116 006 (maksuton) ma-pe 9–20
- juristin puhelinneuvonta, ☎ 0800 161 177 (maksuton) Ma-to klo 17–19

## 12 HENGELLINEN TOIMINTA

### Padasjoen seurakuntatoimisto

Puistotie 12, 17500 Padasjoki, ☎ 040 749 2283

[www.hollolanseurakunta.fi](http://www.hollolanseurakunta.fi)

Tilojen ja toimitusten varaus, virkatodistustilausten käsittely ja suku-  
selvityspyynnöt sekä paikalliset hautainhoitoasiat. Samassa rakennuk-  
sessa sijaitsee myös diakoniatoimisto, nuorisotoimisto, musiikkitoimisto  
sekä Pappila.

### Kuhmoisten - Padasjoen kappeliseurakunta

Puistotie 12, 17500 Padasjoki

Toimistosihteeri, ☎ 040 749 2283

### Lahden adventtiseurakunta

Uudenmaankatu 14, 15100 Lahti, ☎ 044 582 3709

[www.lahti.adventist.fi](http://www.lahti.adventist.fi)

### Lahden Helluntaiseurakunta

Kiveriönkatu 1, 15140 Lahti, ☎ 040 094 0182

[www.lahdenhelluntaisrk.fi/](http://www.lahdenhelluntaisrk.fi/)

### Lahden Metodistiseurakunta

Oikokatu 6, 15140 Lahti, ☎ 050 563 6540

[www.metodistikirkko.fi](http://www.metodistikirkko.fi)

### Lahden ortodoksinen seurakunta

Harjukatu 5, 15110 Lahti, ☎ 09 85 646 108

[www.hos.fi/lahti/](http://www.hos.fi/lahti/)

### Lahden vapaaseurakunta

Humpulankatu 15, 15110 Lahti, ☎ 050 551 1669

[www.lahdenvapaasrk.fi](http://www.lahdenvapaasrk.fi)



## 13 HYVÄ TIETÄÄ

### Hakemukset ja lomakkeet

Päijät-Hämeen hyvinvointialueen hakemukset ja lomakkeet löytyvät ja ovat tulostettavissa verkkosivulta:

[www.paijatha.fi](http://www.paijatha.fi)

- Esitietolomake potilaan alueellisissa siirtymisissä
- Hakemus päivätoimintaan
- Hakemus tehostettuun palveluasumiseen
- Maksunalennushakemus
- Tuloselvityslomake
- Tuloselvitys pitkäaikainen laitoshoido
- Tietoa turvapuhelinjärjestelmästä
- Turvapuhelinhakemus
- Ateriapalvelun palvelusetelihakemus
- Omaishoidon tuen hakemus\_yli 65v\_
- Omaishoidon tuen hakemus\_yli 65v\_RUOTSINKIELINEN
- Omaishoidon sijaishoidon käyntikertailmoitus
- Sosiaalihuoltolain mukainen kuljetuspalveluhakemus

### Vammaispalvelut:

Hakemukset ja lomakkeet:

[www.paijatha.fi](http://www.paijatha.fi)

- Kuljetuspalveluhakemus (VPL)
- Omaishoidontukihakemus alle 65 v
- Vammaispalveluhakemus

### Padasjoen vanhus- ja vammaisneuvosto

Vanhus- ja vammaisneuvosto on kuntalaisten osallistumis- ja vaikutamisväylä erityisesti ikääntynyttä väestöä, veteraaneja ja vammaisia henkilöitä koskevissa asioissa. Neuvosto toimii yhteistyössä kunnan viranomaisien, kuntalaisten ja kuntalaisten edustamien eri tahojen kanssa.

Postiosoite: Padasjoen kunta, PL35, 17501 Padasjoki

Käyntiosoite: Kellosalmentie 20, 17500 Padasjoki

Neuvoston sihteeri ☎ 044 595 9902

[www.padasjoki.fi](http://www.padasjoki.fi)

### Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta koskee asiakkaan oikeuksia ja asemaa sekä julkisissa että yksityisissä sosiaalipalveluissa. Jokaisessa kunnassa on nimetty sosiaaliasiamies. Sosiaalihuollon asiakkaalla on

oikeus hyvään sosiaalihuoltoon ja kohteluun ilman syrjintää. Hyvään kohteluun kuuluu asiakkaan ihmisarvon, vakaumuksen, yksityisyyden ja itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen.

Sosiaalihuollon palveluja annettaessa asiakkaan etu, toivomukset, mielihäpe ja yksilölliset tarpeet on otettava huomioon. Huomioon on myös otettava asiakkaan äidinkieli ja kulttuuritausta.

Asiakkaalla on oikeus osallistua ja vaikuttaa palvelujensa suunnitteluun ja toteuttamiseen. Jotta asiakas voisi käyttää osallistumisoikeuttaan, on hänen saatava selvitys erilaisista vaihtoehtoista toteuttaa tarvitsemansa sosiaalihuollon palvelut tai muista seikoista, joilla on merkitystä hänen asiassaan.

Silloin, kun täysi-ikäinen asiakas ei kykene osallistumaan ja vaikuttamaan palvelujensa suunnitteluun ja toteuttamiseen sairauden, henkisen toimintakyvyn vajavuuden tai muun vastaavan syyn vuoksi, on asiakkaan tahtoa selvitettävä yhteistyössä hänen laillisen edustajansa, omaisen tai muun läheisen henkilön kanssa.

Päätös sosiaalihuollon palvelujen järjestämisestä on tehtävä kirjallisesti ja annettava sosiaalihuollon asiakkaalle. Sosiaalihuoltoa koskeviin päätöksiin on oikeus hakea muutosta tekemällä oikaisuvaatimus kunnan sosiaalihuollosta vastaavalle toimielimelle 30 päivän kuluessa päätöksen tiedoksisaannista. Kunnallisen sosiaalihuollosta vastaavan toimielimen oikaisuvaatimuksen johdosta antamaan päätökseen saa hakea muutosta hallinto-oikeudelta.

Asiakkaalla on oikeus tutustua hänestä kirjattuihin tietoihin. Asiakkaalla on myös oikeus saada tieto asiakirjasta, joka on voinut vaikuttaa hänen asiansa käsittelyyn.

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta 22.9.2000/812

### Laki potilaan asemasta ja oikeuksista

Potilaslaki koskee asiakkaan asemaa ja oikeuksia sekä julkisessa että yksityisessä terveyden- ja sairaanhoidossa. Potilaalla on oikeus saada hyvää terveyden- ja sairaanhoitoa sekä hyvää kohtelua. Kaikissa terveydenhuollon yksiköissä on nimetty potilas asiamies.

Jokaisella Suomessa pysyvästi asuvalla henkilöllä on oikeus saada terveydentilansa edellyttämää hoitoa niiden voimavarojen rajoissa, jotka kulloinkin ovat terveydenhuollon käytettävissä.

Oikeus hyvään terveyden- ja sairaanhoitoon ja hyvään kohteluun  
Potilasta on kohdeltava siten, että hänen vakaumustaan ja yksityisyyt-  
tään kunnioitetaan, eikä hänen ihmisarvoaan loukata.

Potilaan äidinkieli, kulttuuri ja hänen yksilölliset tarpeensa on mahdol-  
lisuuksien mukaan otettava huomioon hänen hoidossaan ja kohtelus-  
saan.

Terveyspalveluita on annettava siten, ettei ihmisiä aseteta eriarvoiseen  
asemaan esimerkiksi iän, terveydentilan tai vammaisuuden perusteella.  
Hoitopäätöksiin saavat vaikuttaa pelkästään lääketieteelliset syyt. Pe-  
rustuslain yhdenvertaisuussäännös edellyttää, että henkilö saa riittävät  
terveyspalvelut riippumatta siitä, missä kunnassa hän asuu.

### Potilaalla on oikeus saada itseään koskevia tietoja

Potilaalle on oma-aloitteisesti annettava selvitys hänen terveydentilas-  
taan. Hänelle on kerrottava, mitä eri hoitovaihtoehtoja hänellä on, miten  
hoidot vaikuttavat ja onko niillä haittavaikutuksia. Potilaalle on kerrot-  
tava kaikista hänen hoitoonsa liittyvistä seikoista, joilla on merkitystä  
hänen hoidostaan päätettäessä.

Potilaalle ei kuitenkaan saa antaa tietoja, jos hän ei halua niitä. Tietoja  
ei myöskään saa antaa, jos lääkäri pitää ilmeisenä, että tietojen antami-  
sesta aiheutuisi vakavaa vaaraa potilaan hengelle tai terveydelle. Pelkkä  
epäily siitä, että tiedot voisivat vahingoittaa potilasta, ei riitä syyksi olla  
antamatta tietoja potilaalle, jos tämä haluaa niitä.

Tiedot on annettava niin, että potilas ymmärtää riittävän hyvin niiden  
sisällön. Jos terveydenhuollon ammattihenkilö ei osaa potilaan käyttä-  
mää kieltä tai potilas ei voi aisti- tai puhevian vuoksi tulla ymmärretyksi,  
on mahdollisuuksien mukaan huolehdittava tulkkaamisesta. Tietojen  
antamisesta on tehtävä merkintä potilasasiakirjoihin. Jos tietoja ei ole  
annettu, potilasasiakirjoihin on merkittävä syy siihen.

Potilaalla on oikeus tarkistaa tiedot, jotka hänestä on kirjattu potila-  
sasiakirjoihin. Jos tiedot ovat potilaan mielestä virheellisiä, hän voi  
pyytää niiden korjaamista.

Laki potilaan asemasta ja oikeuksista 17.8.1992/785.

# Ikääntyneiden palveluneuvonta

Asioi sähköisesti verkkopalvelussamme:  
[www.ikääntyneidenpalveluneuvonta.fi](http://www.ikääntyneidenpalveluneuvonta.fi)