

Ikäihmisten palveluopas



Ikääntyneiden 
palveluneuvonta

Sysmä | 2024

Ikääntyneiden palveluneuvonta

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

Sysmän sote-keskus

☎ 044 494 2585

Ajanvaraus ja neuvonta
ma–pe 8.00–15.00
Leppäkorventie 33, 19700 Sysmä
Avo­inna ma–pe 8.00–16.00

Hätänumero

☎ 112

Poliisi, ensi­hoito, pelastuslaitos

Sysmän kunta

☎ 03 84 310

Valittulantie 5, 19700 Sysmä
Avo­inna ma–pe klo 9.00–11.00
ja 12.00–15.00

Päivystysapu

☎ 116 117

Auttaa äkillisissä sosiaali- ja
terveysongelmissa ympäri
vuorokauden. Päivystysavun
numeroon tulee soittaa ennen
Akuutti24:ään hakeutumista.



Sisällysluettelo

1 KOTONA ASUMISTA TUKEVAT PALVELUT	10
Asiointipalvelu	10
Ateriapalvelu	11
Kauppapalvelu	12
Siivouspalvelu	13
Raivaussiivous	14
Siivous-, vaatehuolto- tai asiointipalvelun palveluseteli	14
Turvapalvelu	15
Hyvinvointiteknologia	16
Kotihoito ja kotisairaanhoido	16
Muut kotona asumista helpottavat palvelut	18
Apteekkipalvelu	18
Jalka- ja käsihoidot	18
Harrastustoiminta	19
Korjaus-, remontti- ja huoltopalvelut	19
Kuntoutus- ja hierontapalvelut	20
Pihatyöt	20
Tietotekniikka- ja mobiililaitteiden asiantuntijapalvelut	21
Yli 65-vuotiaiden omaishoito	22
Kuntouttava päivätoiminta	29
Kotikuntoutus	29
Perhehoito	30
Kuntoutusjakso (asumisyksikössä)	31
Arviointijakso (asumisyksikössä)	31
2 SENIORIASUMINEN JA ASUMISPALVELUT	31
Senioriasuminen	32
Yhteisöllinen asuminen ja ympärivuorokautinen palveluasuminen	33
Lyhytaikainen ympärivuorokautinen palveluasuminen	37
3 SOTAVETERAANIT JA SOTAINVALIDIT	41

4 PALVELUSETELI	42
5 ASIAKASMAKSUJEN PERUSTE	43
6 TERVEYSPALVELUT	45
Hätätilanteet ja päivystys Akuutti24	45
Päijät-Hämeen keskussairaala	45
Salpausselän kuntoutussairaala, Jalmari	45
Ajanvaraus- ja palveluneuvonta	46
Suun terveydenhuolto	47
Laboratoriopalvelut	47
Hoitotarvikkeet	48
Apuvälinepalvelut	48
Kuntoutus	49
Mielenterveys- ja päihdepalvelut	50
Muistisairaiden palvelut	52
Terveystenhuollon asiakasmaksukatto	52
7 MUITA SOSIAALIPALVELUJA	55
Sosiaalinen luotto	55
Gerontologinen sosiaalityö	55
Sosiaalihuollon ohjaus ja neuvonta	55
Vammaispalvelun palvelupiste jo asiakkuudessa oleville	55
8 LIIKKUMISTA TUKEVAT PALVELUT	56
Palveluliikenne	56
Sosiaalihuoltolain mukainen kuljetuspalvelu	57
Vammaispalvelulain mukainen kuljetuspalvelu	58
Kela-taksi	58
9 TOIMEENTULO JA OIKEUDELLINEN APU	59
Asuntojen korjausavustukset ja -muutostyöt	59
Edunvalvonta	60
Edunvalvontavaltuus	60
Edunvalvoja	60

Jatkuu seuraavalla sivulla >

Kela	62
Eläkettä saavan hoitotuki	62
Eläkkeensaajan asumistuki	62
Toimeentulotuki	62
Kotitalousvähennys	63
Arvonlisäverottomat sosiaalipalvelut	64
Oikeusaputoimisto	65
Sosiaali- ja potilasasiavastaava	65
10 HARRASTUS- JA VIRKISTYSTOIMINTA	66
Harrastustoiminta	66
Liikuntapalvelut	68
Kohtaamispaikat	69
Vapaaehtois- ja järjestötoiminta	69
Sysmän eläkeläisjärjestöt	70
11 KESKUSTELUAPU	71
12 HENGELLINEN TOIMINTA	72
13 HYVÄ TIETÄÄ	73
Hakemukset ja lomakkeet	73
Vanhus- ja vammaisneuvosto	74
Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta	75
Laki potilaan asemasta ja oikeuksista	76



Tervetuloa keskustelemaan kanssamme ikääntyneiden arkea koskevista asioista!

Tarjoamme neuvontaa ja palveluohjausta ikääntyneille ja heidän läheisilleen Päijät-Hämeen hyvinvointialueella. 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!

Huomioithan, että painetussa oppaassa palveluntuottajien yhteystietoihin on saattanut tulla muutoksia oppaan painamisen jälkeen.

Ikääntyneiden palveluneuvonta

☎ 044 482 5050

yhteys@ikaantyneidenpalveluneuvonta.fi
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

Ikääntyneiden palveluneuvontaan voi olla yhteydessä myös sähköpostilla yhteys@ikaantyneidenpalveluneuvonta.fi tai osoitteessa pajatha.fi chatin kautta ja Kysy neuvoa -lomakkeella.

Kuvapuhelinyhteys Ikääntyneiden palveluneuvontaan

Hartolassa on mahdollisuus keskustella kuvapuhelinyhteydellä Ikääntyneiden palveluneuvonnan kanssa kunnanviraston sähköisellä asiointipisteellä keskiviikkoisin klo 9–11.

Kuninkaantie 16, 19600 Hartola
Avoinna: ma-pe 9.00–15.00



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

Räätälöimme ammattitaidolla sosiaali- ja terveyspalveluita aitoon tarpeeseen, etänä ja läsnä. Olemme haluttu, laadukas ja vaikuttava sosiaali- ja terveyspalvelujen tuottaja sekä kumppani hyvinvointialueille ja yksityisille sote-alan toimijoille. Yhdessä luomme koko yhteiskuntaan vaikuttavaa hyvinvointia. Kasvatamme ja tuotamme vaikuttavia palveluja vastuullisesti.

Palveluidemme piirissä on noin 2,5 miljoonaa Suomessa asuvaa ihmistä. Luona on 100 % kotimainen ja osa Bravedo-konsernia.

www.luona.fi

1 KOTONA ASUMISTA TUKEVAT PALVELUT

Jokaisen asiakkaan yksilöllisen tilanteen mukaan pyritään löytämään hänen tilanteeseensa parhaat ratkaisut yksityisten, kolmannen sektorin ja julkisten palveluiden tarjonnasta huomioiden asiakkaan läheisten mahdollisuudet osallistua asiakkaan elämään.

Jos ostat palveluja suoraan yksityisiltä palveluntuottajilta, selvitä palveluntuottajalta, voitko saada palvelun arvonlisäverottomasti. Katso lisätietoa osiosta **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 osiosta **Kotitalousvähennys**.

Asiointipalvelu

Asiointipalvelu voi sisältää esimerkiksi apteekkiasiointia, kaupassa käyntiä asiakkaan kanssa tai puolesta, saattamista lääkäriin tai tutkimuksiin, virasto-asiointia, 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**.

Asiointipalvelua yksityisesti tarjoavat:

Exler Oy/Heinolan Kotiapu

☎ 044 054 9060 · Puukemiankatu 6, 18100 Heinola ·
abexleroy@gmail.com ·
www.exleroy.fi

Gubbe Sydänystävä Oy

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

Helppy Hoivapalvelu

☎ 010 299 8299 · info@helppy.fi ·
www.helppy.fi

JPS Palvelut Oy

☎ 040 715 2636 · info@jpspalvelut.fi ·
www.jpspalvelut.fi

Kotisairaanhoido ja kotiapu Minna Laakso

☎ 040 587 9727 · Villentie 3, 19600 Hartola ·
minna.laakso@gmail.com ·
www.minnalaakso.fi

Palvelusetelillä palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla

Seurana Oy

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

SiRaKe Oy

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

Suomen Seniorihoiva Oy

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

Ateriapalvelu

Ateriapalvelun tavoitteena on tukea ikääntyneen kotona asumista ja itseenäisyyttä mahdollisimman pitkään varmistamalla hyvä ravitsemustila 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.

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 vuorokaudelta kohden.

Ateriapalvelua yksityisesti tarjoavat:

Henkilöstöravintola

Pasi Joronen ky /

Golfravintola Hartola

☎ 050 431 6503 · Kaikulantie 79, 19600 Hartola ·
info@pasijoronen.fi ·
www.pasijoronen.fi

MenuMat Oy

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

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.

Kauppapalvelua yksityisesti tarjoavat:

Gubbe Sydänystävä Oy

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

Helppy Hoivapalvelu

☎ 010 299 8299 · info@helppy.fi · www.helppy.fi

Henkilöstöravintola

Pasi Joronen ky /

Golfravintola Hartola

☎ 050 431 6503 · Kaikulantie 79, 19600 Hartola · info@pasijoronen.fi · www.pasijoronen.fi

JPS Palvelut Oy

☎ 040 715 2636 · info@jpspalvelut.fi · www.jpspalvelut.fi

K-Supermarket Suvituuli

☎ 0600 023 25 (maksullinen puhelin-tilauspalvelu, ma-pe klo 9–16)
☎ 03 873 670 (kaupan numero)
Särkilahdentie 4
19700 Sysmä

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**.

Siivouspalvelua yksityisesti tarjoavat:

Exler Oy/Heinolan Kotiapu

☎ 044 054 9060 · Puukemiankatu 6, 18100 Heinola · abexleroy@gmail.com · www.exleroy.fi

Gubbe Sydänystävä Oy

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

Helppy Hoivapalvelu

☎ 010 299 8299 · info@helppy.fi · www.helppy.fi

JPS Palvelut Oy

☎ 040 715 2636 · info@jpspalvelut.fi · www.jpspalvelut.fi

Tmi Kaija Pantke

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

Kotisairaanhoido ja kotiapu Minna Laakso

☎ 040 587 9727 · Villentie 3, 19600 Hartola · minna.laakso@gmail.com · www.minnalaakso.fi

SiRaKe Oy

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

Palvelusetelillä palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla 

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.

Siivous-, vaatehuolto- tai asiointipalvelun palveluseteli

Siivous-, vaatehuolto- tai asiointipalvelua voidaan myöntää yli 65-vuotiaalle asiakkaalle, jonka toimintakyky on alentunut niin, ettei hän itse tai läheisverkoston turvin kykene huolehtimaan kodin ylläpitosiivouksesta, vaatehuollosta tai asioimaan kodin ulkopuolella tai järjestämään niitä muulla tavoin.

Siivouspalvelulla tarkoitetaan kodin ylläpitosiivousta kerran kuukaudessa. Ylläpitosiivous sisältää käytössä olevan asuintilan imuroinnin, lattian pesun, pöyjen pyyhinnän, jääkaapin siistimisen sekä WC- ja peseytymistilojen puhdistamisen.

Vaatehuoltopalvelulla tarkoitetaan käyttö- ja liinavaatteiden sekä pyyhkeiden pyykinpesua, pyykkien ripustamista tai muutoin kuivaamista, sekä vaatteiden viikkaamista. Säännöllisen kotihoidon asiakkaalla vaatehuoltopalvelu sisältyy kotihoidon palveluun.

Asiointipalvelulla tarkoitetaan asiakkaan kanssa tai puolesta tapahtuvaa välttämätöntä asiointia kodin ulkopuolella. Mikäli asiointi tapahtuu yhdessä asiakkaan kanssa, järjestää asiakas tarvittavan kuljetuksen omakustanteisesti. Asiointipalvelulla ei voi korvata kauppojen kotiinkuljetuspalvelua, mikäli kauppapalvelua on käytettävissä asiakkaan asuinalueella. Siivous-, vaatehuolto- tai asiointipalvelu kohdennetaan pienituloisille asiakkaille, joiden ei ole mahdollista hankkia palvelua itse.

Palvelu järjestetään palvelusetelillä, jonka arvo määräytyy henkilön bruttulujen perusteella.

Siivous-, vaatehuolto- tai asiointipalvelua palvelusetelillä tarjoavat:

Helppyy Hoivapalvelu

☎ 010 299 8299 · info@helppyy.fi ·
www.helppyy.fi

JPS Palvelut Oy

☎ 040 715 2636 · info@jpspalvelut.fi ·
www.jpspalvelut.fi

Kotihoivapalvelu Kotsa Oy

☎ 040 952 1539 · krimiet@gmail.com ·
www.kotihoivapalvelukotsa.com

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.

Turvapalvelua yksityisesti tarjoavat:

AddSecure Smart Care Oy

☎ 010 408 8117 ·
turvapuhelin@addsecure.com ·
www.turvallisestikotona.fi

Suvanto Care Oy

☎ 040 6533 222 ·
myynti@sivantocare.fi ·
Hallituskatu 20 A, 96100 Rovaniemi ·
www.sivantocare.fi

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

Palvelusetelillä palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla

turvapuhelin on asennettu tai palautettu. Sairaalakausi ei keskeytä kuu-
kausi maksua.

Turvapuhelinhakemus löytyy Päijät-Hämeen hyvinvointialueen verkko-
sivuilta www.paijat-sote.fi.

Hyvinvointiteknologia

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

Hyvinvointiteknologiapalveluja yksityisesti tarjoaa:

Helppu Hoivapalvelu

☎ 010 299 8299 ·
info@helppu.fi · www.helppu.fi

Kotihoito ja kotisairaanhoito

Kotihoidon tarkoituksena on tukea ikäihmisten kotona asumista, itsenäistä
elämää ja kannustaa hyödyntämään ikääntyneen omia voimavaroja. Kotihoi-
don palvelut tukevat asiakasta niissä henkilökohtaisissa toiminnoissa, joista
asiakas ei selviydy itsenäisesti tai läheisten avun turvin.

Kotihoidon palveluita voi ostaa yksityisiltä palveluntuottajilta oman tarpeen
mukaan.

Kotihoitopalveluja yksityisesti tarjoavat:

Helppu Hoivapalvelu

☎ 010 299 8299 ·
info@helppu.fi · www.helppu.fi

JPS Palvelut Oy

☎ 040 715 2636 · info@jpspalvelut.fi ·
www.jpspalvelut.fi

Kotisairaanhoito ja kotiapu Minna Laakso

☎ 040 587 9727 · Villentie 3,
19600 Hartola ·
minna.laakso@gmail.com ·
www.minnalaakso.fi

ONNI

☎ 09 8564 6555 · Vuorikatu 4, 15110
Lahti · asiakaspalvelu@onnion.fi ·
www.onnion.fi

Ostopalveluna palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla 

Suomen Seniorihoiva Oy

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

Kotisairaanhoitopalveluja yksityisesti tarjoaa:

Kotisairaanhoito ja kotiapu Minna Laakso

☎ 040 587 9727 · Villentie 3,
19600 Hartola ·
minna.laakso@gmail.com ·
www.minnalaakso.fi

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

Kotihoidon palveluita voidaan myöntää henkilölle, joka ei selviydy kotona
ilman hoitoa ja huolenpitoa arkielämän toiminnoista itsenäisesti tai omaisten
avulla. Lähtökohtana on, että asiakkaan hoito ja huolenpito vaatii sosiaali- ja
terveydenhuollon henkilöstön ammattiosaamista. Kotihoidon sairaanhoi-
dollinen palvelu kohdistuu henkilöille, jotka eivät kykene käyttämään muita
avoterveydenhuollon palveluja.

Kotihoitoa voidaan järjestää tilapäisenä tai säännöllisenä palveluna. Koti-
hoidon käyntejä voidaan korvata osittain tai kokonaan teknologisten laitteiden
avulla esim. kuvapuhelinpalvelu ja/tai lääkeautomaatti.

Palvelutarpeen arviointia pyydetään Ikääntyneiden palveluneuvonnasta.
Päijät-Hämeen hyvinvointialueen myöntämää kotihoitoa järjestetään omana
tuotantona ja ostopalveluna.

Muut kotona asumista helpottavat palvelut

Apteekkipalvelu

Apteekkipalvelua yksityisesti tarjoavat:

Helppu Hoivapalvelu

☎ 010 299 8299 · info@helppu.fi ·
www.helppu.fi

Henkilöstöravintola Pasi Joronen ky / Golfravintola Hartola

☎ 050 431 6503 · Kaikulantie 79,
19600 Hartola ·
info@pasijoronen.fi ·
www.pasijoronen.fi

JPS Palvelut Oy

☎ 040 715 2636 · info@jpspalvelut.fi ·
www.jpspalvelut.fi

Jalka- ja käsihoidot

Jalka- ja käsihoitoja yksityisesti tarjoaa:

Helppu Hoivapalvelu

☎ 010 299 8299 · info@helppu.fi ·
www.helppu.fi

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 Sydänystävä Oy

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

Helppu Hoivapalvelu

☎ 010 299 8299 · info@helppu.fi ·
www.helppu.fi

Seurana Oy

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

Suomen Seniorihoiva Oy

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

Korjaus-, remonti- ja huoltopalvelut

Korjaus-, remonti- ja huoltopalveluiden tavoitteena on mahdollistaa ja tukea kotona asumista toimintakyvyn 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, suunnittelun, toimenpiteistä sopimisen ja toimenpiteiden toteuttamisen. Asiakas tekee palveluntuottajan kanssa kirjallisen sopimuksen, jossa palvelun sisältö on määritelty.

Korjaus-, remonti- ja huoltopalveluja yksityisesti tarjoavat:

A ja L Mäki Oy

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

SiRaKe Oy

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

Slip Safety Finland Oy

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

Tmi Teemu Salokannel

☎ 044 976 8241 ·
ts.salokannel@gmail.com

Kuntoutus- ja hierontapalvelut

Kuntoutus- ja hierontapalveluita yksityisesti tarjoaa:

Helppy Hoivapalvelu

☎ 010 299 8299 · info@helppy.fi ·
www.helppy.fi

Pihatyöt

Pihatyöt 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**.

Pihatöitä yksityisesti tarjoavat:

A ja L Mäki Oy

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

Gubbe Sydänystävä Oy

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

Helppy Hoivapalvelu

☎ 010 299 8299 · info@helppy.fi ·
www.helppy.fi

Palvelusetelillä palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla

Kotona asumista tukevat palvelut /
Muut kotona asumista helpottavat
palvelut /
Korjaus-, remontti- ja huoltopalvelut

JPS Palvelut Oy

☎ 040 715 2636 · info@jpspalvelut.fi ·
www.jpspalvelut.fi

SiRaKe Oy

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

Kotona asumista tukevat palvelut /
Muut kotona asumista helpottavat
palvelut / Kuntoutus- ja hierontapalvelut,
Pihatyöt

Suomen Seniorihoiva Oy

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

Tietotekniikka- ja mobiililaitteiden asiantuntijapalvelut

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 asiantuntijapalveluja yksityisesti tarjoavat:

Gubbe Sydänystävä Oy

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

Helppy Hoivapalvelu

☎ 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

Kotona asumista tukevat palvelut /
Muut kotona asumista helpottavat
palvelut / Pihatyöt

Kotona asumista tukevat palvelut /
Muut kotona asumista helpottavat
palvelut / Tietotekniikka- ja
mobiililaitteiden asiantuntijapalvelut

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 työ sopimuslain (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 toimentasuosituksen ja lisätietoa tilanteesi tueksi. www.omaolo.fi/palvelut/palveluarviot.

Omaishoidon tukea haetaan hakemuksella. Päijät-Hämeen hyvinvointialueella omaishoidontuen myöntäminen perustuu asiakkaalle tehtyyn palvelutarpeen arviointiin. Palvelua myönnetään hyvinvointiyhtymän hallituksen hyväksymien ikääntyneiden palvelujen myöntämisen perusteiden mukaisesti.

Hakemus löytyy Päijät-Hämeen hyvinvointialueen verkkosivuilta www.paijat-sote.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. 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 päiville.

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.

Lyhytaikainen perhehoito toimeksiantosopimuksella

Perhehoitajat hoitavat kotonaan omaishoidettavaa sopimuksen mukaan omaishoitajan vapaiden aikana. Perhehoidon kesto voi olla päivän ajan tai ympärivuorokautista.

Omaishoidon asiakasohjaaja tekee toimeksiantosopimuksen perhehoitajan kanssa.

Lahdessa toimii myös kiertävä perhehoitaja, jolloin hoito tapahtuu hoidettavan kotona.

Omaishoidon tuen lakisääteinen vapaa, lyhytaikaishoito ympärivuorokautisessa palveluasumisessa

Omaishoidon tuen lakisääteinen vapaa, lyhytaikaishoito ympärivuorokautisessa palveluasumisessa -palvelun yksityiset palveluntuottajat:

Attendo Aavatar

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

Attendo Anianpelto

☎ 044 494 2490 · Rusthollintie 3, 17200 Vääksy · marika.t.jarvinen@attendo.fi · www.attendo.fi

Attendo Kehräämökoti

☎ 044 494 2470 · Kehräämöntie 5, 16300 Orimattila · anna.jarvenranta@attendo.fi · www.attendo.fi

Attendo Kosketar

☎ 044 494 1310 · Koivukuja 7, 16800 Hämeenkoski · krista.vuorinen@attendo.fi · www.attendo.fi

Attendo Kotisalo

☎ 044 407 2140 · Terveystie 2, 19600 Hartola · miia.suominen@attendo.fi · www.attendo.fi

Attendo Kultarinki Hoivapalvelut Oy, Attendo Honkarinne

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

Attendo Lähteenpuisto

☎ 044 494 1000 · Lähteentie 1, 18100 Heinola · mari.haaranen@attendo.fi · www.attendo.fi

Attendo Nerola

☎ 044 494 1884 · Kouluntie 27, 16600 Kärkölä · tytti.ikavalko@attendo.fi · www.attendo.fi

Attendo Orimattila Oy, Vallesmanni

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

Attendo Pellavakoti

☎ 044 494 3820 · Liinuminkatu 5, 15860 Hollola · katri.loipponen@attendo.fi · www.attendo.fi

Attendo Tähtiniemi

☎ 044 494 4247 · Lauttaranta 5, 18100 Heinola · hanna.kiuru2@attendo.fi · www.attendo.fi

Attendo Wellamo

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

Attendo 247 Oy, Attendo Kaarlaaksokoti

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

Palvelusetelillä palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla

Dila/Lahden Diakonialaitos, Betel-koti

☎ 040 715 4586 · Sibeliuksenkatu
6 B, 2.–5. krs., 15110 Lahti ·
asumispalvelut@dila.fi · www.dila.fi

Dila/Lahden Diakonialaitos, Marie-koti

☎ 040 505 1212 · 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

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 · hoiva@jyrankola.fi ·
www.jyrankola.fi

Jyränkölän Setlementti ry, Puntarin Lehmuskoti

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

Lahden Vanhainkotiyhdistys ry, Johanna-koti

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

Mallusjokisäätiö sr / Mallusjoen Lepokoti

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

Primelife Healthcare Oy, hoivakoti Aurinkolinna

☎ 050 328 9226 · Matinkuja 1, 18130
Heinola · jarno.penttila@solum.fi ·
www.jst.fi/primelife/aurinkolinna

Yrjö ja Hanna hoivapalvelut Oy, litin Ehtookoti

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

Palvelusetelillä palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla

Omaishoidontuen lakisääteinen vapaa, sijaistaminen asiakkaan kotona

Omaishoidontuen lakisääteinen vapaa, sijaistaminen asiakkaan kotona -palvelun yksityiset palveluntuottajat:

Helppyy Hoivapalvelu

☎ 010 299 8299 · info@helppyy.fi ·
www.helppyy.fi

Kotisairaanhoidon ja kotiapu Minna Laakso

☎ 040 587 9727 · Villentie 3,
19600 Hartola ·
minna.laakso@gmail.com ·
www.minnalaakso.fi

SiRaKe Oy

☎ 044 292 0079 · Vennunpolku 6,
16320 Pennala ·
katja.kempainen@hotmail.com

Omaishoitajien kuntoutuskurssit, KELA

Kela järjestää omaishoitajille kuntoutuskursseja. Kuntoutus on moniamma-
tillista 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. Kuntoutushakemus-
lomakkeita saa Kelan toimistoista tai ne voi tulostaa Kelan verkkosivuilta
www.kela.fi. Omaishoitajien kursseissa ei tarvita lääkärinlausuntoa hake-
muksen liitteeksi.

Lisätietoa

www.kela.fi/omaishoitajat-sopeutumisvalmennuskurssit

Kuntoutus ja vammaistuet

☎ 020 692 205

Yhdistysten tarjoamat palvelut

Heinolan Seudun Omaishoitajat ry

Puheenjohtaja

☎ 040 861 0840 ·
www.heinolanomaishoitajat.
weebly.com

Yhdistyksen tavoitteena on omaishoitajien edunvalvonta, virkistys ja vertaistukitoiminta Heinolan, Hartolan ja Sysmän alueella.

Päijät-Hämeen Omaishoitajat ry

Päijänteekatu 1,
15140 Lahti, katutaso

www.phomaishoitajat.com,
info@phomaishoitajat.fi

Ilmoittautumiset ja jäsenasiat

☎ 0400 305 071

Omaistoiminnan ohjaaja, ohjaus ja neuvonta

☎ 045 854 4085

- Vertaisryhmät
- 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, maanantaista 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 määräaikaikaiselle 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.paijat-sote.fi.

Päivätoimintaa yksityisesti tarjoavat:

OivaAika

☎ 050 5143 223 · info@oivaaika.fi ·
www.oivaaika.fi

Kuntouttavaa päivätoimintaa
Palvelutalo Puntarissa Lahdessa ja
Luomaniemessä Nastolassa

Yrjö ja Hanna hoivapalvelut Oy, Iitin Ehtookoti

☎ 040 848 3999 · Varsatie 4, 47400
Kausala/Iitti · sari.lehtonen@yrjojahanna.fi ·
www.yrjojahanna.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 kestoltaan määräaikaaisia.

Asiakasmaksu määräytyy asiakasmaksuhinnaston mukaisesti. Lisätietoa www.paijatha.fi-sivustolta kohdasta Asiakas- ja potilasmaksut.

Palvelusetelillä palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla

Perhehoito

Perhehoidolla tarkoitetaan sitä, että ikääntynyt asuu joko lyhytaikaisesti tai pysyvästi perhehoitajan omassa kodissa. Perhehoitoa voidaan järjestää myös hoidettavan omassa kodissa.

Perhehoitajana voi toimia Päijät-Hämeen hyvinvointialueen hyväksymä, perhehoidon ennakoivallisuuden käynyt henkilö.

Perhehoitoon soveltuu ikääntynyt, jolle yhden henkilön fyysinen apu riittää. Säännöllistä yöaikaista apua tarvitseva ei sovellu perhehoitoon. Ikääntyneen kannalta perhehoito on yksilöllinen ja pehmeä vaihtoehto. Perhekodissa sama tuttu ihminen tai koko perhe ottaa ikääntyneen mukaan osaksi omaa arkeaan.

Perhehoitoon voidaan tulla asiakasohjaajan tekemän palvelutarpeen arvioinnin perusteella. Lyhytaikaista perhehoitoa voidaan myöntää omaishoitajan vapaiden ajaksi, sairaalasta kotiutuessa, kriisitilanteissa tai tilanteissa, jolloin hoidettava ei tule toimeen omassa kodissaan runsaidenkaan kotiin annettavien palvelujen turvin.

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 raskeampien palveluiden piiriin. Asiakkaan tulee olla sitoutunut ja motivoitunut kuntoutumiseen. Kuntoutusjaksolle ohjattavien asiakkaan kognitiivinen toimintakyky tulee olla sellainen, että asiakas hyötyy jaksosta.

Asiakasmaksu määräytyy asiakasmaksuhinnaston mukaisesti. Lisätietoa www.paijatha.fi-sivustolta kohdasta Asiakas- ja potilasmaksut.

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 asiakkaan kognitiivinen toimintakyky tulee olla sellainen, että asiakas hyötyy jaksosta.

Asiakasmaksu määräytyy asiakasmaksuhinnaston mukaisesti. Lisätietoa www.paijatha.fi-sivustolta kohdasta Asiakas- ja potilasmaksut.

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.

Asuminen voi myös olla tilapäistä esimerkiksi sairaalasta kotiutumisen jälkeen, loma- tai kokeilujakson ajan tai kodin remontin vuoksi.

Senioriasuminen

Vuokra-asuminen senioritaloissa mahdollistaa omatoimisen ja itsenäisen asumisen ikääntyneille tai liikuntarajoitteisille. Asunnot ovat esteettömiä ja varustettu ikääntyneille sopiviksi.

Senioriasumisen asumisratkaisut ovat vapaasti valittavissa ja omakustanteisia. Tarvittaessa seniorikotiin voi hankkia yksityisten, yhdistysten tai Päijät-Hämeen hyvinvointialueen tarjoamia kotiin vietäviä palveluja.

Senioriasumista yksityisesti tarjoavat:

Sysmän palvelutaloyhdistys ry

Toiminnanjohtaja

☎ 050 5969 728
palvelutalo@phnet.fi

Sysmän Palvelutalolla on 17 vuokra-asuntoa, jotka ovat tarkoitettu pääasiallisesti senioreille ja liikuntarajoitteisille. Sotainvalidit ja -veteraanit ovat etusijalla asukasvalinnoissa.

Sysmän Palvelutalolta löydät kahvilan, uimahallin, kuntosalin, liikuntasalin ja Sysmän palvelutalon fysioterapian palvelut. Palvelutalon tiloissa järjestetään monenlaista toimintaa terveyden, toimintakyvyn ja hyvinvoinnin edistämiseksi.

KotiOpas

www.kotiopas.fi

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

Vanhusten vuokratalot Sysmä

Sysmän kunta on ulkoistanut asuntojen vuokraustoiminnan **Talopro Oy:lle**, Sysmäntie 35

☎ 03 717 3073
asiakaspalvelu@talopro.fi

Omatoiminen, itsenäinen asuminen vuokra-asunnossa ikääntyneille tai liikuntarajoitteisille. Tarvittaessa niihin voi tilata hyvinvointialueen, yksityisten ja yhdistysten tarjoamia kotihoitopalveluja.

Yhteisöllinen asuminen ja ympärivuorokautinen palveluasuminen

Yhteisölliseen asumiseen voi hakeutua ainoastaan Päijät-Hämeen hyvinvointialueen kautta. Ympärivuorokautiseen palveluasumiseen voi hakeutua joko yksityisenä asiakkaana tai Päijät-Hämeen hyvinvointialueen kautta.

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

Sekä yhteisölliseen asumiseen että ympärivuorokautiseen palveluasumiseen hakeudutaan Ikääntyneiden asiakasohjauksen kautta. Yhteydenotot Ikääntyneiden palveluneuvonnan kautta. Lisäksi palveluun hakeutuessa tulee täyttää kirjallinen hakemus, joka löytyy Päijät-Hämeen hyvinvointialueen verkkosivuilta www.paijat-sote.fi.

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

Yhteisöllinen asuminen

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

Yhteisöllistä asumista tarjoavat: Jyränkölän Settlementti ry

ICCO-Care Oy / Palvelukeskus Villa Ilo

☎ 044 765 8072 · Pikijärventie 1 a A
101, 18120 Heinola · info@villailo.fi ·
www.villailo.fi

☎ 050 463 0697 · Konsulinkatu 1,
18100 Heinola · hoiva@jyrankola.fi ·
www.jyrankola.fi

Saviria Oy / Palvelukoti Lahden Herttua

☎ 010 348 0500 · Satulakatu 8,
15830 Lahti · www.saviria.fi/
palvelukoti-lahden-herttua

Ostopalveluna palveluita tarjoavat
tuottajat on merkitty ikonilla

Yrjö ja Hanna hoivapalvelut Oy, Iitin Ehtookoti

☎ 040 848 3999 · Varsatie 4, 47400
Kausala/Iitti · sari.lehtonen@
yrjojahanna.fi · www.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. Yksityisenä asiakkaana voi ottaa yhteyttä suoraan yksityisten palveluntuottajien yksiköihin.

Päijät-Hämeen hyvinvointialueen kautta hakeuduttaessa ympäri vuorokautiseen palveluasumiseen, 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 taroituksenmukaista 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 tarjoavat:

Attendo Aavatar

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

Attendo Anianpelto

☎ 044 494 2490 · Rusthollintie 3,
17200 Vääksy ·
marika.t.jarvinen@attendo.fi ·
www.attendo.fi

Ostopalveluna palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla

Attendo Kaisla

☎ 041 731 4078 · Kaislatie 1,
19700 Sysmä ·
paivi.riutta@attendo.fi ·
www.attendo.fi/yksikot/
attendo-kaisla

Attendo Kehräämökoti

☎ 044 494 2470 · Kehräämöntie 5,
16300 Orimattila · anna.jarvenranta@
attendo.fi · www.attendo.fi

Attendo Kosketar

☎ 044 494 1310 · Koivukuja 7, 16800
Hämeenkoski · krista.vuorinen@
attendo.fi · www.attendo.fi

Attendo Kotisalo

☎ 044 407 2140 · Terveystie 2, 19600
Hartola · miia.suominen@attendo.fi ·
www.attendo.fi

Attendo Kultarinki Hoivapalvelut Oy, Attendo Honkarinne

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

Attendo Lähteenpuisto

☎ 044 494 1000 · Lähteentie 1, 18100
Heinola · mari.haaranen@attendo.fi ·
www.attendo.fi

Attendo Nerola

☎ 044 494 1884 · Kouluntie 27, 16600
Kärkölä · tytti.ikavalko@attendo.fi ·
www.attendo.fi

Attendo Orimattila Oy, Vallesmanni

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

Attendo Pellavakoti

☎ 044 494 3820 · Liinuminkatu 5,
15860 Hollola · katri.loipponen@
attendo.fi · www.attendo.fi

Attendo Tähtiniemi

☎ 044 494 4247 · Lauttaranta 5, 18100
Heinola · hanna.kiuru2@attendo.fi ·
www.attendo.fi

Attendo Wellamo

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

Attendo 247 Oy, Attendo Kaarlaaksokoti

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

Dila / Lahden Diakonialaitos, Betel-koti

☎ 040 715 4586 · Sibeliuksenkatu 6 B,
2.-5. krs., 15110 Lahti ·
asumispalvelut@dila.fi · www.dila.fi

Dila / Lahden Diakonialaitos, Marie-koti

☎ 040 505 1212 · 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

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

Puh. 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 · hoiva@jyrankola.fi ·
www.jyrankola.fi

**Jyränkölän Setlementti ry,
Puntarin Lehmuskoti**

☎ 044 797 2476 · Sammonkatu 3,
15140 Lahti ·
setlementti@jyrankola.fi ·
www.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 A,
16450 Orimattila ·
lepokoti@lepokoti.fi · www.lepokoti.fi

Medivida Mannakodit

☎ 050 599 6648 · Heinolantie 506,
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 · pauliina.rantanen@
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

Norlandia Care Tuusula Oy

☎ 050 452 0527 · Isokarhunkierro 2–4,
04300 Tuusula ·
emmi.kopra@norlandia.com ·
www.norlandia.fi/
yhdedssa-palvelukorttelit/
hoivakoti-norlandia-isokarhu

**Primelife Healthcare Oy,
hoivakoti Aurinkolinna**

☎ 050 328 9226 · Matinkuja 1, 18130
Heinola · jarno.penttila@solum.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 · www.yrjojahanna.fi/
palvelutalot/iitin-ehtookoti

**Yrjö ja Hanna hoivapalvelut Oy,
Lepolankadun palvelukeskus**

☎ 050 356 9361 · Lepolankatu 14 E,
15210 Lahti · kirsi.lappalainen@
yrjojahanna.fi · www.yrjojahanna.fi/
palvelutalot/lepolankatu

Lyhytaikainen ympärivuorokautinen palveluasuminen

Päijät-Hämeen hyvinvointialueella lyhytaikaista ympärivuorokautista asu-
mista voidaan myöntää asiakkaalle kriisitilanteessa, jossa henkilön asuminen
omassa kodissa on sosiaalisten syiden takia käynyt mahdottomaksi ja asi-
akkaan palveluntarve edellyttää ympärivuorokautista hoivaa ja huolenpitoa.
Tällaisia tilanteita ovat mm. omaishoitajan kuolema tai joutuminen sairaa-
lahoittoon 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.

Lyhytaikaisen ympärivuorokautisen palveluasumisen tarve voi myös olla
tilapäistä esimerkiksi sairaalasta kotiutumisen jälkeen, loma- tai kokeilujak-
son ajan tai kodin remontin vuoksi.

**Lyhytaikaishoitoa
palveluasumisessa
yksityisesti tarjoavat:**

Attendo Aavatar

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

Attendo Anianpelto

☎ 044 494 2490 · Rusthollintie 3,
17200 Vääksy ·
marika.t.jarvinen@attendo.fi ·
www.attendo.fi

Attendo Kehräämökoti

☎ 044 494 2470 · Kehräämöntie 5,
16300 Orimattila · anna.jarvenranta@
attendo.fi · www.attendo.fi

Attendo Kosketar

☎ 044 494 1310 · Koivukuja 7, 16800
Hämeenkoski · krista.vuorinen@
attendo.fi · www.attendo.fi

Attendo Kotisalo

☎ 044 407 2140 · Terveystie 2, 19600
Hartola · miia.suominen@attendo.fi ·
www.attendo.fi

Ostopalveluna palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla

Palvelusetelillä palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla

**Attendo Kultarinki
Hoivapalvelut Oy,
Attendo Honkarinne**

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

Attendo Lähteenpuisto

☎ 044 494 1000 · Lähteentie 1, 18100
Heinola · mari.haaranen@attendo.fi ·
www.attendo.fi

Attendo Nerola

☎ 044 494 1884 · Kouluntie 27, 16600
Kärkölä · tytti.ikavalko@attendo.fi ·
www.attendo.fi

**Attendo Orimattila Oy,
Vallesmanni**

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

Attendo Pellavakoti

☎ 044 494 3820 · Liinuminkatu 5,
15860 Hollola · katri.loipponen@
attendo.fi · www.attendo.fi

Attendo Tähtiniemi

☎ 044 494 4247 · Lauttaranta 5, 18100
Heinola · hanna.kiuru2@attendo.fi ·
www.attendo.fi

Attendo Wellamo

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

**Attendo 247 Oy,
Attendo Kaarlaaksokoti**

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

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

☎ 040 715 4586 · Sibeliuksenkatu 6 B,
2.–5. krs., 15110 Lahti ·
asumispalvelut@dila.fi · www.dila.fi

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

☎ 040 505 1212 · 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

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 · hoiva@jyrankola.fi ·
www.jyrankola.fi

**Lahden Vanhainkotiyhdistys ry,
Johanna-koti**

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

**Mallusjokisäätiö sr /
Mallusjoen Lepokoti**

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

Medivida Mannakodit

☎ 050 599 6648 · Heinolantie 506,
16100 Uusikylä · anne.koivuluoma@
medivida.fi · www.medividahoiva.fi/
yksikot/medivida-mannakodit.html

**Yrjö ja Hanna hoivapalvelut Oy,
Lepolankadun palvelukeskus**

☎ 050 356 9361 · Lepolankatu 14 E,
15210 Lahti · kirsi.lappalainen@
yrjojahanna.fi · www.yrjojahanna.fi/
palvelutalot/lepolankatu

Päijät-Hämeen hyvinvointialueen palvelutalot

Heinola

Asumispalveluysikkö Mäntylä
Pikijärventie 1, 18120 Heinola

- Otavakoti, ☎ 044 769 3060
- Karpalo, ☎ 044 769 4350
- Sinivuokkokoti, ☎ 044 769 3061
- Kuusikkokoti, ☎ 044 769 3062
- Naavakoti, ☎ 044 797 6992
- Latvakoti, ☎ 044 769 3063

Palvelukeskus Hopeasilta
Rullantie 12, 18130 Heinola

- Poukamakoti, ☎ 044 769 4222
- Valkamakoti, ☎ 044 769 4223
- Aavakoti, ☎ 044 797 6873
- Suvantokoti, ☎ 044 769 3008

Hollola

Onnenkoto
Terveystie 6, 15870 Hollola
☎ 044 482 3290
☎ 03 875 6922 yöllä

Iitti

Hoivakoti Onnela
Jussintie 5, 47400 Kausala
☎ 040 095 0152

Salmikoti
Pajutie 4, 47400 Kausala
☎ 044 729 7286

Palvelusetelillä palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla

Lahti

Jalkarannan palvelutalo

Tarjantie 56, 15950 Lahti
☎ 044 018 7424

Kärpäsän 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

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

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, ☎ 044 729 7015

Artjärven palvelutalo

Suurikyläntie 4,
16230 Artjärvi
☎ 044 729 7452

- Ryhmäkoti Pyhäjärvi
- Ryhmäkoti Villikkala
- Ryhmäkoti Säyhtee

Padasjoki

Pihlajakoti

Kellosalmentie 24,
17500 Padasjoki
☎ 044 780 2926

3 SOTAVETERAANIT JA SOTAINVALIDIT

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

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

- Ateriapalvelua lounasasteleinä tai kotiin kuljetettuina aterioina
- Turvapalvelua
- Päivätoimintaa
- Siivouspalvelua
- Asiointipalvelua
- Pihatyöpalvelua

Lisätietoa Ikääntyneiden palveluneuvonnasta.

Valtio myöntää vuosittain rintamaveteraanien kuntoutukseen määrärahan, jolla hyvinvointialueen 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, ma-pe klo 8–14

Sotainvalidien palveluneuvoja

☎ 044 713 2260

Yhdistysten tarjoamat palvelut

Hämeen

Rintamaveteraanipiiri ry

www.lahdenrintamaveteraanit.fi/
hameen-rintamaveteraanipiiri

Käsittää alueena Päijät-, Kanta- ja Pirkka-Hämeen.

Puheenjohtaja

☎ 040 5793463
repe.juvonen@outlook.com

Lahden Rintamaveteraanit ry

Puheenjohtaja

☎ 040 579 3463
repe.juvonen@outlook.com

Lahden sotaveteraanipiiri

www.sotaveteraanit.fi/
piirien-sosiaalineuvojat

Piirien sosiaalineuvojat

☎ 050 552 1271
erkki.o.hokkanen@gmail.com

Sotainvalidien Veljesliitto, Lahden piiri

Puheenjohtaja

☎ 040 740 6815
penttijlofgren@gmail.com
www.sotainvalidit.fi/yhteystiedot/
piiritoimistot
www.sotainvalidit.fi

4 PALVELUSETELI

Palveluseteli on vaihtoehto hyvinvointialueen 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.

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
- Kuntouttava päivätoiminta
- Peseytymispalvelu
- Lyhytaikainen ympärivuorokautinen palveluasuminen
- Siivous-, vaatehuolto- tai asiointipalvelu, ikääntyneet

5 ASIAKASMAKSUJEN PERUSTE

Asiakasmaksujen perusteena ovat laki sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksuista (734/1992) sekä siihen tehty muutokset (1201/2020). Asiakasmaksuja, korvauksia ja vuokria määrittäessä noudatetaan lainsäädäntöä ja erillistä hinnastoa. Palvelukohtaiset asiakasmaksut on kerrottu kunkin palvelun myöntämisperusteiden yhteydessä.

www.paijat-sote.fi/yhtyma/talous/asiakasmaksut-ja-kuntalaskutus/ikaantyneiden-palvelujen-myontamisperusteet/

www.paijatha.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
- Yhteisöllinen asuminen 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 (yhteisöllinen asuminen ja ympärivuorokautinen palveluasuminen) asumisesta peritään vuokraa erillisen vuokrasopimuksen mukaan. Vuokra maksetaan suoraan palvelutalolle.

Yhteisöllisen asumisen asiakasmaksu sisältää yhteisöllisen toiminnan ja yhteisökoordinaattorin palvelut. Lisäksi asiakas maksaa myönnettyjen palveluiden mukaisesti turvapalvelusta, lounaasta ja kotihoidosta. Muita asiakkaalta perittäviä kustannuksia ovat asumiseen liittyvät kustannukset (vuokra, sähkö, vesi, kotivakuutus) sekä tarvittavat siivous- ja pyykinpesäpalvelut.

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).

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.

6 TERVEYSPALVELUT

Päijät-Hämeen hyvinvointialue

www.paijatha.fi

Hätätilanteet ja päivystys Akuutti24

Keskussairaалankatu 7

Hätätilanteessa

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

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:

Keskussairaалankatu 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

Sysmän sote-keskuksen vuodeosasto

Leppäkorventie 33, Sysmä
☎ 044 494 2525

Orimattilan osastot

Terveystie 1, 16300 Orimattila
Kanslia 1/hoitajat, ☎ 044 729 7593
Kanslia 2/hoitajat, ☎ 044 729 7594

Ajanvaraus- ja palveluneuvonta

Sote-keskuksen puhelinpalvelussa terveydenhuoltoalan ammattilainen neuvoo 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

Sähköinen resepti voidaan uusaa eri tavoin:

- Kirjautumalla Omakantaan tai
- Soittamalla puhelimitse ajanvarausnumeroon tai
- Käymällä terveysaseman palvelupisteessä tai apteekissa.

Sysmän sote-keskus

☎ 044 494 2585, ma–pe klo 8–15
Leppäkorventie 33, 19700 Sysmä
Avoinna ma–pe 08:00–16:00

Päijät-Hämeen hyvinvointialueen Päijät-Sote-sovelluksen digiklinikka

Etävastaanotolla hoidetaan oireita, jotka eivät vaadi fyysistä tutkimusta.
www.paijat-sote.fi/paijat-sote-sovellus

Suun terveydenhuolto

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

Palvelussa on käytössä takaisinsoittopalvelu.

Ajanvaraus

☎ 044 494 2569, ma–pe klo 8–15 (takaisinsoittopalvelu)
Leppäkorventie 33, 19700 Sysmä

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

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 3 kk kestävään henkilökohtaiseen tarpeeseen. Hoidon toteutuksesta ja seurannasta vastaava terveydenhuollon ammattilainen määrittää hoitotarvikkeiden tarpeen ja tekee hoitotarvikelähetteen.

Hoitotarvikejakelu

Tilaus

☎ 044 494 2585

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

Tilattujen tarvikkeiden nouto:

Sysmän sosiaali- ja terveyspalvelut

Leppäkorventie 33, 19700 Sysmä

Apuvälinepalvelut

Apuväline on laite, joka edistää tai ylläpitää käyttäjänsä toimintakykyä silloin, kun se on esimerkiksi vamman tai sairauden vuoksi heikentynyt. Tarkoituksenmukainen apuväline on luonteva osa käyttäjänsä elämää. Apuväline mahdollistaa suoriutumisen erilaisista tehtävistä sekä helpottaa osallistumista elämän eri tilanteisiin.

Apuvälinepalveluja yksityisesti tarjoavat:

A ja L Mäki Oy

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

Ettonet Arjen Apuvälineet Oy

☎ 037 817 996 · Aleksanterinkatu 18 A, pohjakerros, 15140 Lahti · info@ettonet.fi · www.ettonet.fi

Slip Safety Finland Oy

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

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

Apuvälinepalvelut Sysmä

☎ 044 494 2579 tai 044 494 2580, soittoaika fysioterapeutille ma-to klo 8-9

Leppäkorventie 33, 19700 Sysmä

Sysmän apuvälinekeskus toimii terveystasemalla. Suosittelemme ajanvarausta etukäteen puhelimitse.

Apuvälinekeskus keskitetty ajanvaraus ja neuvonta

☎ 044 482 3215, klo 7.30-14.00 (takaisinsoittopalvelu)

Apuvälinekeskus Lahti

Harjukatu 48, 15100 Lahti
Avoimma ma-to klo 9-11 ja 12-15.30 sekä pe klo 9-11 ja 12-14.

Aukioloaika ilman ajanvarausta. Arkkipyhien 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 arkkipyhien aattona klo 8-14.

Kuulon ja näkemisen apuvälineet

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

Kuntoutus

Fysioterapia

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 haet 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

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), Lahti
- Voit jättää ajanvarauspyynnön osoitteeseen toimisto@lahdenkriisikeskus.fi. Ilmoitathan myös puhelinnumerosi, niin keskuksesta soitetaan 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 Mielenterveys-työn Tuki MIETE ry

Postiosoite:

Pataljoonankatu 8, 15700 Lahti

Toimistotyöntekijä/palveluneuvoja

☎ 044 489 0022

www.mietery.fi

Tukea ja toimintaa mielenterveyskuntoutujille.

Päijät-Hämeen sosiaali-psykiatrinen säätiö / Mente

Toimintakeskus OSKU

Vesijärvenkatu 11 C, 6. krs.

info@mente.fi · www.mente.fi

Yksikön johtaja

☎ 040 579 6172

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

www.mente.fi/palvelut/sosiaalinen-kuntoutus/tukipiste

Päijät-Hämeen mielenterveys-omaiset – FinFami ry

Rauhankatu 3, katutaso, 15110 Lahti

☎ 040 704 9913

toimisto@finfamipaijathame.fi

www.finfamipaijathame.fi

Omaistyön asiantuntijaorganisaatio Päijät-Hämeen mielenterveysomaiset – FinFami Ry tukee mielenterveysomaisen 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

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 anonymia ja luottamuksellista.

A-klinikkasäätiö/Päihdelinkki

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

Hollolankatu 12, 15110 Lahti

harjula.lahti@gmail.com

Valtakunnallinen AA auttava puhelin

☎ 09 750 200, joka päivä klo 9–21

NA nimettömät narkomaanit

☎ 050 307 7597 (klo 18–20, ti ja pe myös klo 12–14) · www.nasuomi.org · Lahenpiiri@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

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

Avoinna maanantaisin klo 9.00–13.00,
voit myös sopia oman tapaamisajan.

Toimisto

☎ 03 735 1681
toimisto@ph-muistiyhdistys.fi

Muistiyhdistys tarjoaa tukea ja neuvontaa muistiin ja aivoterveysteen liittyvissä kysymyksissä.

Muistiliitto ry

www.muistiliitto.fi

Muistineuvo-tukipuhelin

☎ 09 876 6550

- Maanantaisin, tiistaisin ja torstaisin klo 12–17
- Tarjoaa muistisairauksiin liittyvää ohjausta ja neuvontaa. Puhelimessa vastaavat muistialan ammattilaiset.

Vertaislinja-tukipuhelin

☎ 0800 9 6000 (maksuton)

Tukea muistisairaiden läheisille, vastaajina kokeneet omaishoitajat

Terveystenhuollon asiakasmaksukatto

Asiakasmaksulain mukaan palvelun käyttäjän suorittamille asiakasmaksuille säädetään vuotuinen enimmäismäärä, terveydenhuollon maksukatto. Vuonna 2024 maksukatto on 762 €.

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-sivustolta kohdasta Asiakas- ja potilas-maksut.

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.

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

Maksukattoon sisältyvät seuraavat maksut:

Digitaaliset/sähköiset palvelut kerryttävät maksukattoon 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 kuvantamistutkimuksista 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 päivähoido
- 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

Vapaakorttihakemuksen palautus:

Laskutukseen ei ole asiakasvastuuta. 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 klo 9.00–11.00, ti klo 13–15 ja ke–to klo 9–11 tai maksukatto@paijatha.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

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.

7 MUITA SOSIAALIPALVELUJA

Sosiaalinen luotto

☎ 044 440 6446

Voit saada sosiaalista luottoa, jos

- et saa kohtuuhintaista lainaa pankista
- pystyt maksamaan sosiaalisen luoton lyhennykset ja korot

Jos olet velkaantunut, voit saada sosiaalista luottoa vasta, kun velat on järjestetty.

Et voi saada sosiaalista luottoa, jos saat säännöllisesti toimeentulotukea. Voit kuitenkin saada tarvittaessa toimeentulotukea, vaikka olisitkin saanut sosiaalista luottoa.

Sosiaaliohjaaja arvioi tilanteesi ja tarpeesi ennen kuin saat sosiaalista luottoa.

Voit saada sosiaalista luottoa esimerkiksi kodin hankintoihin, vuokravakuuteen, terveydenhuollon maksuihin tai vapaaehtoisen velkojen järjestelyyn.

Gerontologinen sosiaalityö

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

Yhteydenotot Ikääntyneiden palvelu-neuvonnan 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

Sosiaalihuollon ohjaus ja neuvonta palvelee

- työikäisiä
- lapsiperheitä
- maahanmuuttajia
- vammaisia ihmisiä

Vammaispalvelun palvelupiste jo asiakkuudessa oleville

Trio, Aleksanterinkatu 18 A, 4. krs. Avoimma arkisin klo 9–12 ja 13–15

☎ 044 018 7045

www.paijatha.fi

8 LIIKKUMISTA TUKEVAT PALVELUT

Palveluliikenne

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

Sysmän kunnan kutsutaksit

Ilmoittautuminen kyytiin tulee tehdä viimeistään edellisenä päivänä klo 16 mennessä soittamalla kyseistä reittiä ajavalle autoilijalle. Kuljetuksesta peritään linja-autoliikenteen taksaan perustuva maksu.

Kuljetus vie asiakkaan tarvittaessa kirkonkylällä esim. terveyskeskukseen. Kuljetus lähtee aikataulun mukaan Matkahuollosta, mutta ajaa sovittaessa kauppaliikkeiden kautta. Ajettava reitti ja tarkempi aikataulu määräytyvät kuljetukseen tulossa olevien mukaan.

Lisätietoja saa kunkin reitin osalta sitä ajavalta liikennöitsijältä.

1. Sysmä kk–Särkilahti–Soiniemi–Vehkasalo–Vuorisalo–Vintturi–Vehmaa–Taipale–Liikola–Hiekko–Sysmä kk

Torstaisin, kesäaikaan myös maanantaisin
Samuli Haarasilta
☎ 0400 494 696

2. Sysmä kk–Kirveskoski–Valittula–Tikkala–Sysmä kk

Perjantaisin
Samuli Haarasilta
☎ 0400 494 696

3. Jatkoyhteys Valittulan suuntaan Sysmän matkahuollosta perjantaisin Lahdesta saapuvalle vuorolle ja sunnuntaisin Sysmän matkahuoltoon Lahteen lähtevälle vuorolle.

Kyyti tilataan etukäteen liikennöitsijältä Samuli Haarasilta
☎ 0400 494 696

4. Sysmä kk–Suopelto–Sysmä kk

Maanantaisin ja perjantaisin
Samuli Haarasilta
☎ 0400 494 696

5. Sysmä kk–Rapala–Karilanmaa Suomennurmi Sysmä kk

Tiistaisin, kesällä myös perjantaisin
Samuli Haarasilta
☎ 0400 494 696

6. Sysmä kk–Nuoramoinen–Ravioskorpi–Lahdenpohja–Sysmä kk

Perjantaisin
Samuli Haarasilta
☎ 0400 494 696

7. Sysmä kk–Nuoramoinen–Onkiniemi–Nuoramoinen–Sysmä kk

Keskiviikkoisin
Samuli Haarasilta
☎ 0400 494 696

8. Liitöntäkuljetus Sysmästä Hartolaan ja Hartolasta Sysmään VT 4:lla liikennöiviin vuoroihin

Viikonpäivä ja kellonaika tilauksen mukaan. Tilaus viimeistään edellisenä päivänä klo 12 mennessä.
Samuli Haarasilta
☎ 0400 494 696

Sosiaalihuoltolain mukainen kuljetuspalvelu

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

Kuljetuspalvelun myöntäminen perustuu hakijan bruttoeläkkeen ja varallisuuden määrään sekä palvelutarpeen selvittämiseen. Liikumista 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 liikumisen 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.paijat-sote.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.paijat-sote.fi tai palvelua voi hakea sähköisesti osoitteessa 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

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 · korjausavustus.ara@ara.fi · 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

Vanhustyön keskusliiton korjausneuvoja avustavaa sotainvalideja, vete-raaneja ja muita ikääntyneitä ihmisiä asunnossa tarvittavien muutostöiden kartoittamisessa, suunnittelussa ja korjausavustusten hakemisessa. Tarvittaessa korjausneuvojat auttavat myös muutostyöt suorittavan urakoit-

sijan 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 vaikeavammaisen henkilö, jolle liikkuminen tai muu omatoiminen suoriutuminen vakituksessa asunnossa tuottaa vamman tai sairauden vuoksi erityisiä vaikeuksia. Kustannukset korvataan henkilön vakituiseen asuntoon tehtäviin muutostöihin.

Muutostöitä haetaan vammaispalveluhakemuksella. Hakemus löytyy osoitteesta www.paijat-sote.fi.

Lisätietoa vammaispalveluista

Sosiaalihuollon ohjaus ja neuvonta,
Arkisin klo 9–15
☎ 03 819 4850

Palvelupisteellä voi asioida ilman
ajanvarausta 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 riittävällä 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 lääkärinlausunto 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 rauhassa omia toiveitaan.

Lisätietoa:

Digi- ja väestötietovirasto

www.dvv.fi/digi-ja-vaestotietovirasto

Oikeusaputoimisto, asianajajat

www.oikeus.fi

Suomen muistiasiantuntijat www.sumut.fi

Miten turvaan toteutumisen tahtoni? Opas oikeudelliseen ennakointiin.

Suomen muistiasiantuntijat ry:n julkaisut 2/2021

www.sumut.fi/wp-content/uploads/2021/10/MIES_SUMU_Oikeudellinen_ennakointi_opas_2021.pdf

Muistiliitto

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 klo 9–15, ti–pe klo 12–15)

Kirkkokatu 12 B, 15140 Lahti (Avoimena ajanvarauksella ti, ke ja pe klo 9–16 sekä ke ja pe ilman ajanvarausta klo 9–12)

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)

Voit asioida verkossa: www.kela.fi/henkiloasiakkaat tai soittaa Kelaan, avoinna arkisin klo 9–16. Paikallisverkkomaksu/matkapuhelinmaksu, jonottaminen on maksullista.

Palvelupisteet

• Kela Heinola

Avoinna ke–to klo 9–12 ja 13–16. Virtakatu 9, 18100 Heinola

• Kela Lahti

Avoinna arkisin klo 9–12. Kirkkokatu 12, 15140 Lahti

Itsepalvelu:

Palvelutori, 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 asumismenosasi 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 sosiaalityö

Alle 65-vuotiaat:

Sosiaalihuollon ohjaus ja neuvonta

Kun ostaa yksityisiä 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 viestintätekniikan 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 ennakkoperintärekisteriin.

Lisätietoa:

www.ytj.fi, www.vero.fi; henkilöasiakkaan tuloverotus

Ma–pe klo 9–16.00

☎ 029 497 002

Arvonlisäverottomat sosiaalipalvelut

☎ 029 497 002 (ma–pe klo 9–16.00) · www.vero.fi/henkiloasiakkaat

Jos tarvitset palveluita vamman, sairauden tai toimintakyvyn heikkenemisen vuoksi, voit ostaa palveluja arvonlisäverottomasti sosiaalihuoltopalveluna. Palvelut voivat olla esim. kotipalvelua, ateria-, siivous-, vaatehuolto-, ruoka-ostos-, kylvytys-, kuljetus-, saattaja- ja lumenluontipalveluita. Arvonlisäverottomana ostetusta palvelusta saa kotitalousvähennyksen, jos palvelu on vähennykseen oikeuttavaa.

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

- Asiakkaalla on sairaudesta, vammasta ja/tai toimintakyvyn heikkenemisestä johtuva palveluntarve.
- Asiakkaan ja palveluntuottajan välillä on tehty kirjallinen palvelusopimus sosiaalihuoltopalveluina tehtävistä palveluista sekä palvelusuunnitelma.
- Palveluntuottaja on tehnyt ilmoituksen toimintakuntaan tai hänellä on lupa toimintaan.
- Palveluntuottajalla on omavalvontasuunnitelma ja vastuuhenkilö, joka vastaa palvelun laadusta.

Oikeusaputoimisto

Oikeusaputoimisto on oikeusministeriön hallinnonalalla toimiva virasto, jonka tehtävänä on oikeusapupalvelujen järjestäminen.

Oikeusaputoimisto tarjoaa oikeusapupalveluja varattomille, vähävaraisille ja keskituloisille erilaisissa oikeudellisissa asioissa kuten testamentti- ja perunkirjoitusasioissa, velallisen ja velkojan tai takaajan oikeusapu asioissa.

Päijät-Hämeen oikeusaputoimisto

☎ 029 566 0640 · Kirkkokatu 12 A 5. krs., 15140 Lahti (ma–pe klo 8–16.15)

Sosiaali- ja potilasasiavastaava

☎ 03 819 2504, (ma–ti 9–12, ke 9–15, to 9–12),
asiavastaavat@pajatha.fi

- Neuvo potilas- ja asiakaslakeihin liittyvissä asioissa
- Tiedottaa asiakkaiden ja potilaiden oikeuksista
- Seuraa, miten asiakkaiden ja potilaiden oikeudet kehittyvät hyvinvointialueella
- Auttaa muistutuksen ja kantelun tekemisessä

10 HARRASTUS- JA VIRKISTYSTOIMINTA

Harrastustoiminta

Itä-Hämeen opisto/ Kansalaisopisto

Monipuolisia harrastusmahdollisuuksia.

Kaikulantie 90, 19600 Hartola
www.opistopalvelut.fi/itahame

Itä-Hämeen opisto on monipuolinen oppimiskeskus, jonka kampusalue sijaitsee Kaikulanmäellä Hartolassa. Kansalaisopiston toiminta ulottuu Hartolan lisäksi Pertunmaalle ja Sysmään.

Kansalaisopisto

☎ 045 214 7221
kansalaisopisto@ihop.fi

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-verkkopalvelua otetaan parhaillaan käyttöön valtakunnallisesti.

Ruutuystävät

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.

Sysmän Kino

Sysmän Teatteritalo

Väihkyläntie 1, 19700 Sysmä

Elokuvanäytöksiin on mahdollista päästä myös pyörätuolilla tai rollaattorilla.

Apuvälineitä liikkumiseen tarvitsevat asiakkaat voivat tiedottaa näytökseen saapumisestaan ennakkoon Heta Heinolle arkisin klo 8.00–16.00, ☎ 044 713 4576 tai sähköpostilla heta.heino@sysma.fi.

Tai, avustaja voi tulla sisälle Teatteritaloon pyytämään apua.

Sysmän kirjasto

Valittulantie 5, 19700 Sysmä

Asiakaspalvelu

☎ 044 7134 530

Verkkokirjasto

lastu.finna.fi

Sysmän Palvelutalo

Sysmän Palvelutalolta löydät kahvilan, uimahallin, kuntosalin, liikuntasalin ja Sysmän Palvelutalon fysioterapian palvelut.

Palvelutalon tiloissa järjestetään monenlaista toimintaa terveyden, toimintakyvyn ja hyvinvoinnin edistämiseksi.

Kahvilassa on tarjolla kahvin ja leipomuksien lisäksi keittolounasta arkisin ja henkilökunnalta voi tiedustella tilojen käytöstä ja varauksista.

Palvelutalon kahvilan, uimahallin ja kuntosalin tiedustelut,

☎ 044 713 4577

(Sysmän kunnan hallinnassa)

Toiminnanjohtaja

☎ 050 5969 728

Sysmän palvelutaloyhdistys ry.

Fysioterapeutti

☎ 044 7659 912 tai

☎ 03 8837 612

Terveyskylä.fi

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.

Wellamo-opisto

Toimistotilat:

Terijoenkatu 2, 15140 Lahti

Toimiston yhteystiedot:

☎ 0440 187 459 tai

☎ 0440 187 456

Sähköposti:

toimisto@wellamo-opisto.fi

www.wellamo-opisto.fi

Wellamo-opistossa voi opiskella kieliä, taito- ja taideaineita, liikuntaa, tietotekniikkaa sekä muita aineita tarjonnan mukaan.

Liikuntapalvelut

Liikuntaneuvonta

Liikuntaneuvonta on henkilökohtaista ja maksutonta neuvontaa sopivan liikkumisen aloittamiseksi turvallisesti.

Voit pyytää lähetteen liikuntaneuvojalle käydessäsi vastaanotolla lääkärin, hoitajan, fysioterapeutin tai ravitsemusterapeutin luona tai ottaa itse yhteyttä suoraan liikunta-neuvojaan.

Liikuntaneuvoja, sairaanhoitaja:

☎ 050 373 8716

Kuntosali

Toivolantie 8, Sysmä
(Uimahalli, Palvelutalo)

Aukioloajat:

ma 9–20, ti–pe 7–20,
la 10–15.

Avaimella joka päivä klo 7–19.30
(salilta pitää poistua klo 20).

Perjantaisin klo 9–11 maksuton
kuntosalivuoro eläkeläisille.

Ohjausta kuntosalilla.

Uimahalli, kuntosali ja kahvio, ryhmien varaukset:

☎ 044 713 4577 tai
uimahalli.kuntosali@sysma.fi

Sysmän uimahalli

Toivolantie 8 (Palvelutalo)

Uimahalli, kuntosali ja kahvio, ryhmien varaukset:

☎ 044 713 4577 tai
uimahalli.kuntosali@sysma.fi

Maanantaisin halli on suljettu, silloin
ei ole yleisöuintia. Sunnuntaisin ja
arkipyhinä halli on suljettu.

Päivittäinen aukiolojen mukainen
aamu-uinti sekä yleisöuinti.

Keskiviikkona maksuton eläkeläis-
tunti klo 12–14.

Sysmän Voimistelijat / senioriliikunta

www.syvo.fi

toimisto@syvo.fi

Aikuisliikuntavastaava:

☎ 0400 411 1133

Kohtaamispaikat

Ida ja Olavi -kerho

Ida Ja Olavi -kerho kokoontuu kerran
kuukaudessa torstaisin
klo 10.30–12.45 Olavin Toiminta-
keskuksen Nuotta-salissa.

Alkuhartaus, kanttorin musiikkihetki,
monipuolista ohjelmaa ja tuoli-
jumppa. Lounas klo 12, 6 €.

Järjestäjänä Tainionvirran
seurakunta.

Vapaaehtois- ja järjestötoiminta

Päijät-Hämeen vapaaehtoistoiminnan verkosto

www.phvapaaehtoistoiminta.fi

Vapaaehtoistyo.fi

www.vapaaehtoistyo.fi

- Vapaaehtoistoimintaa
järjestäviä järjestöjä, yhdistyksiä
ja seurakuntia

PalveluSantra ja Omanoloinen Arkielo -hanke

☎ 044 739 2312

toimisto@omanoloinen.fi

Tukea ikääntyvien omanolaiseen
arkielloon vapaaehtoistoiminnan
keinoin ja

PalveluSantran palveluntuottajien
palvelujen välitystä.

Jos haluat Omanoloinen Arkielo
-hankkeeseen vapaaehtoiseksi,
ota yhteys:

☎ 044 739 2312

Sysmän martat

Tietoa toiminnasta:

Puheenjohtaja

☎ 050 570 0850

sysman.martat@gmail.com

Sysmän eläkeläisjärjestöt

Eläkeläisjärjestöt tarjoavat monipuolista harrastustoimintaa.

Sysmän Eläkeliitto

www.elakeliitto.fi/yhdistykset/sysma

Puheenjohtaja

Sirkka-Liisa Sokka

☎ 040 821 1321 tai
sysmanel@gmail.com

Sysmän Eläkkeensaajat

www.sysman.elakkeensaajat.fi

Puheenjohtaja

Raimo Hartonen

☎ 044 224 4521 tai
rharton1@welho.com

Sysmän kansalliset seniorit

www.sysma.senioriyhdistys.fi

Puheenjohtaja

Tuula Vuorinen

☎ 040 559 4270 tai
tuula.k.vuorinen@gmail.com

11 KESKUSTELUAPU

HelsinkiMissio

www.helsinkimissio.fi

Aamukorva (yli 60-vuotiaille)

☎ 09 2312 0210, joka aamu klo 6–8

Puheluun vastaa HelsinkiMission koulutettu vapaaehtoinen.

Kirkon keskusteluapu

☎ 0400 221 180, joka ilta klo 18–24

Lisäksi apua voi kysyä oman kunnan seurakunnasta.

Nollalinja

☎ 0800 050 05

www.nollalinja.fi

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

Rikosuhripäivystys

www.riku.fi

Tukea kaikille rikoksen uhreille, todistajat ja uhrin läheiset mukaan lukien. Rikosprosessiin liittyvää apua ja neuvontaa uhrin oikeuksien käyttämisessä. 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

Suvanto ry – Turvallisen vanhuuden puolesta

www.suvantory.fi

☎ 0800 06776 (ma klo 12–15, ke klo 10–13)

suvanto@suvantory.fi

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

Takuusäätiö

☎ 0800 9 8009 arkisin klo 10–14.

Taloustietoutta, apua talous- ja velkaongelmiin nimettömästi puhelimitse tai chatissa www.takuusaatio.fi

Vanhustyön keskusliitto

vtkl.fi/toiminta/vahvikelinja

Vahvikelinja

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

Puhelimeen vastaavat koulutetut vapaaehtoiset.

Puheluissa ratkotaan yhdessä aivo-pähkinöitä, visailtaan 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.

12 HENGELLINEN TOIMINTA

Tainionvirran seurakunta

Sysmän Pyhän Olavin kirkko

Kirkkokuja 1, 19700 Sysmä

Kirkkoherranvirasto ja Nuotta

Uotintie 7, 19700 Sysmä

Avoimna ti ja to klo 9–12

☎ 03 876 300 (ma–to klo 9–12)

www.tainionvirranseurakunta.fi

Diakonissa

☎ 050 478 4958

satu.k.saari@evl.fi

Lahden adventtiseurakunta

Uudenmaankatu 14, 15100 Lahti

☎ 044 582 3709

www.lahti.adventist.fi

Lahden Metodistiseurakunta

Oikokatu 6, 15140 Lahti

☎ 046 810 8158

www.metodistikirkko.fi

Lahden ortodoksinen seurakunta

Harjukatu 5, 15110 Lahti

☎ 09 85 646 108

www.hos.fi/lahti

Lahden vapaaseurakunta

Humpulankatu 15, 15110 Lahti

☎ 050 551 1669

www.lahdenvapaasrk.fi

Vuoksenlaakson Metodistiseurakunta

Urajärventie 21,

17130 Vesivehmaa

☎ 046 810 8128

Vääksyn Helluntaiseurakunta

Huoltorinne 1, 17200 Vääksy

☎ 044 095 6956

13 HYVÄ TIETÄÄ

Hakemukset ja lomakkeet

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

www.paijat-sote.fi

- Esitietolomake potilaan alueellisissa siirtymisissä
- Hakemus kuntouttavaan päivätoimintaan
- Hakemus ympärivuorokautiseen palveluasumiseen
- Yhteisöllinen asuminen
- Maksunalennushakemus
- Tuloselvityslomake
- Tuloselvitys pitkäaikainen laitoshoido
- Tietoa turvapuhelinjärjestelmästä
- Turvapuhelinhakemus
- Ateriapalvelun palvelusetelihakemus
- Omaishoidon tuen hakemus, yli 65-v.
- Omaishoidon tuen hakemus, yli 65-v., ruotsinkielinen
- Omaishoidon sijaishoidon käyntikertailmoitus
- Sosiaalihoitolain mukainen kuljetuspalveluhakemus
- Hakemus ikäihmisten siivous-, vaatehuolto- tai asiointipalveluun

Vammaispalvelut:

www.paijat-sote.fi

Hakemukset ja lomakkeet:

- Omaishoidontukihakemus alle 65-v.
- Vammaispalveluhakemus

Vanhus- ja vammaisneuvosto

Vanhus- ja vammaisneuvosto tekee esityksiä ja aloitteita, seuraa toimenpiteiden toteutumista sekä antaa lausuntoja kunnan viranomaisille ikäihmisiä ja vammaisia henkilöitä koskevissa kysymyksissä sekä hoitaa muut sen toimialaan kuuluvat ja kunnanhallituksen määräämät tehtävät.

Puheenjohtaja

☎ 050 596 9728, palvelutalo@phnet.fi

Hyvinvointipäällikkö

☎ 044 713 4533

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, mielipide 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 vaihtoehdoista 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 selvittävä 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 terveyden-tilansa 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 yksityisyyttään kun-
nioitetaan, eikä hänen ihmisarvoaan loukata.

Potilaan äidinkieli, kulttuuri ja hänen yksilölliset tarpeensa on mahdollisuuksien mukaan otettava huomioon hänen hoidossaan ja kohtelussaan.

Terveyspalveluita on annettava siten, ettei ihmisiä aseteta eriarvoiseen asemaan esimerkiksi iän, terveydentilan tai vammaisuuden perusteella. Hoitopäätöksiin saavat vaikuttaa pelkästään lääketieteelliset syyt. Perustuslain 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 terveydentilastaan. Hänelle on kerrottava, mitä eri hoitovaihtoehtoja hänellä on, miten hoidot vaikuttavat ja onko niillä haittavaikutuksia. Potilaalle on kerrottava 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 antamisesta 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 käyttämää kieltä tai potilas ei voi aisti- tai puhevian vuoksi tulla ymmärretyksi, on mahdollisuuksien mukaan huolehdittava tulkkauksesta. 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 potilasasiakirjoihin. Jos tiedot ovat potilaan mielestä virheellisiä, hän voi pyytää niiden korjaamista.

Laki potilaan asemasta ja oikeuksista 17.8.1992/785

Muistiinpanoja

[illegible]

Muistiinpanoja

[illegible]

Muistiinpanoja

[illegible]

Jyränkölän Hoivapalvelut

Palveluasuunnoissamme 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



jyrankola.fi

Jyränkölän Setlementti
ROHKEASTI IHMISEN PUOLELLA

Seniorikoti palveluiden keskellä

Miltä kuulostaisi valmis päivittäinen lounas, siivousapu ja aktiivinen arki turallisessa ympäristössä – tutustu Lahden Saga Salpalinnaan!

Hyvinvointi-, kuntoutus- ja hoitopalvelumme muuntuvat omien tarpeiden mukaan. Palvelutalon vireä ilmapiiiri ja harrastusmahdollisuudet tuovat energiaa. Apua on saatavilla vuorokauden ympäri.

Katso lisätiedot ja vapaat asuntonne osoitteesta sagacare.fi/lahti. Lisätietoja saat talon johtaja Margit Vennolta, puh. 050 578 0359.

Saga Salpalinna | Kyösti Kallion katu 3 | 15110 Lahti
Sisäänkäynti C-ovesta vanhan linja-autoaseman puolelta



Asikkalalaisille



Maukasta ja monipuolista

Kotipalveluateriat suoraan kotiovelle, oma tuttu jakelija, turvallista ja toimivaa.
 Hinta 13,60€ / ateria kuljetuksella *

Kysy palvelustamme:
 Outi Luukkonen, p. 044 482 0866

*Mahdollisuus käyttää palveluseteliä

 **ateriasisko**

helppy

Hoivapalvelu

Sydämellistä apua kotiin, aina samalta avustajalta

- ✓ Kotisiivous
- ✓ Arjen apu
- ✓ Hoiva

Ota yhteyttä:
010 299 8 299



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

 **LAHDEN LÄHIMMÄISPALVELU RY**

Kiireetön ja turvallinen kotiapu alv 0%

ASIAKAS-TYYTYVÄISYYS
4,8/5



Ota yhteyttä ja tilaa
kotirinki.fi
myynti@kotirinki.fi
010 424 3905

KOTIRINKI
Kotisiivous • Kotiapu • Kotihoiva

SIIVOUS JA PIHANHOITO
VUOHIPALVELU



Nurmikon leikkaus, kotisiivous, lumenluonti ja ikkunoiden pesu alk.
41,45€/h alv 0%
51,4€/h alv 24%

- ✓ Aina sama työntekijä
- ✓ Kotitalousvähennys
- ✓ Edullinen, luotettava, turvallinen

0452392876

WWW.VUOHIPALVELU.COM

Salpakankaan Lääkintävoimistelu Oy

Ainutlaatuista ja turvallista kävelykuntoutusta ja tasapainoharjoittelua meidän kävelykuntoutusmatolla!

Meiltä asiantuntevasti:

- FYSIOTERAPIAA
- HIERONTAA
- KOTIKUNTOUTUSTA

Kohti huolettomampaa huomista!

P. 03 780 1212
WWW.SALPAKANKAANLÄÄKINTÄVOIMISTELU.FI




Lounas kotiin joka päivä!

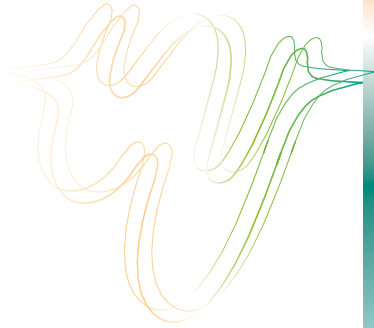
Toimitamme ravitsevan, lämpimän lounasaterian kotiin päivittäin, myös juhla- ja arkipyhinä.

Ateria sisältää lämpimän kotilounasruoan, vaihtelevan salaatin sekä jälkiruoan.

Sopimukset ja lisätiedot arkisin klo 8-14
puh. 044 0265 411
ravintola.wanhaherra@lvas.fi

Wj WANHA HERRA RAVINTOLA

WELLAMO-OPISTO
Kaikenikäisten kansalaisopisto



wellamo-opisto.fi

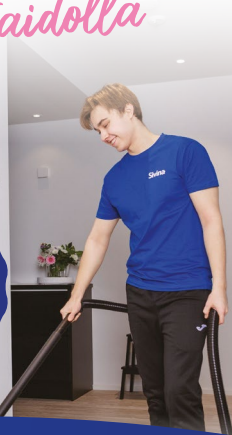
Sivina
PUHTAUTTA JA HUOLENPITOJA

Kotisiivous ja kotipalvelut ammattitaidolla

60% kotitalousvähennyksen jälkeen:

Kotisiivous alk. 18,36 €/h
sis. alv 24%
ennen vähennystä 45,90€/h

OTA YHTEYTTÄ:
lahti@sivina.fi
050 593 58 25
sivina.fi



Ikääntyneiden palveluneuvonta

Asioi sähköisesti verkkopalvelussamme:
www.ikaantyneidenpalveluneuvonta.fi