

Ikäihmisten palveluopas 2025

Päijät-Hämeen hyvinvointialue

**Ikääntyneiden 
palveluneuvonta**

Ikääntyneiden palveluneuvonta

Ikääntyneiden palveluneuvonta

Puh. 044 482 5050

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

Puhelinpalvelu arkisin klo 8.00–15.00

Päijät-Hämeen hyvinvointialue

Puh. 03 819 11 (vaihe)
Keskussairaalankatu 7, 15850 Lahti

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

Asikkalan sote-keskus

Puh. 03 880 2802 (Takaisinsoitto-
palvelu ma-to 8.00–15.00, pe 8.00–
14.00)

Terveystie 1, 17200 Vääksy

Avoinna ma-to 8.00–16.00, pe klo
8.00–15.00

Hartolan sote-keskus

Puh 03 410 89 420 (Takaisinsoitto-
palvelu ma-pe 8.00–20.00, la 10.00–
16.00)

Visantie 24, 19600 Hartola

Avoinna ma-to klo 8.00–16.00, pe klo
8.00–15.00

Heinolan sote-keskus

Puh 03 849 4388 (Takaisinsoittopal-
velu ma-to 8.00–15.00, pe klo 8.00–
14.00)

Torikatu 13F, 18100 Heinola

Avoinna ma-to klo 8.00–15.30, pe
8.00–14.30

Hollolan sote-keskus

Puh 03 880 2401 (Takaisinsoittopal-
velu ma-to klo 8.00–15.00, pe klo
8.00–14.00)

Terveystie 2, 15870 Hollola

Avoinna ma-to 8.00–16, pe 8.00–
15.00

Iitin sote-keskus

Puh 03 410 89 420 (Takaisinsoitto-
palvelu ma-pe 8.00–20.00, la 10.00–
16.00)

Iitintie 29, 47400 Kausala

Avoinna ma-pe 8.00–16.00

Kärkölän sote-keskus

Puh 03 410 89 420 (Takaisinsoitto-
palvelu ma-pe 8.00–20.00, la 10.00–
16.00)

Opintie 1, 16600 Järvelä

Avoinna ma-pe 8.00–16.00

Lahden sote-keskus

Puh. 03 410 89 420
Harjukatu 48, 15100 Lahti

Avoinna ma–pe 8.00–20.00, la
10.00–16.00

Nastolan sote-keskus

Puh. 03 410 89 420 (Takaisinsoitto-
palvelu ma–pe 8.00–20.00, la 10.00–
16.00)

Pekkalantie 12, 15560 Nastola
Avoinna ma–ke 8.00–18.00, to–pe
8.00–16.00

Orimattilan sote-keskus

Puh 03 819 4260 (Takaisinsoittopal-
velu ma-to 8.00-15.00, pe 8-14.00)

Terveystie 1, 16300 Orimattila

Avoinna ma-pe klo 8.00-16.00

Padasjoen sote-keskus

Puh 03 880 2930 (Takaisinsoitto-
palvelu ma-to 8.00-16.00, pe 8.00-
15.00)

Kellosalmentie 24, 17500 Padasjoki

Avoinna ma-to 8.00-16.00, pe 8.00-
15.00

Päivystysapu

Puh. 116 117

Auttaa äkillisissä sosiaali- ja terveys-
ongelmissa ympäri vuorokauden. Päi-
vystysavun numeroon tulee soittaa
ennen Akuutti24:ään hakeutumista.

Hätänumero

Puh. 112 poliisi, ensihoito, pelastus-
laitos

Tervetuloa keskustelemaan kanssamme ikääntyneiden arjen 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 ja tarjoamme neuvontapalvelua kaikissa ikääntyneiden arkeen liittyvissä asioissa. Toimimme ikäihmisten apuna asiakaslähtöisesti ja ratkaisukeskeisesti sekä yksilöllisyys huomioiden. Autamme suunnistamaan eri palvelujen viidakossa, löytämään avun tarvetta parhaiten tukevat palvelut yksityisten, kolmannen sektorin ja julkisten palveluntarjoajien joukosta sekä 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 aukioloaikoina ilman ajanvarausta. Asioida voi myös anonyymisti. Ethän epäröi ottaa yhteyttä ja kysyä neuvoa!

Ikääntyneiden palveluneuvonta

Puh. 044 482 5050

yhteys@ikaantyneidenpalveluneuvonta.fi

www.ikaantyneidenpalveluneuvonta.fi

Toimipiste:

Aleksanterinkatu 18, Trio 2. kerros (Lahden Palvelutori), 15140 Lahti
Arkisin klo 9.00-15.00 (puhelinpalvelu arkisin klo 8.00-15.00)

Lahden Palvelutori, katso tiedot oppaan viimeiseltä sivulta.

Ikääntyneiden arkeen liittyviä palveluita voit etsiä palveluhaustamme osoitteessa www.ikaantyneidenpalveluneuvonta.fi.

Ikääntyneiden palveluneuvontaan voi olla yhteydessä myös sähköpostilla yhteys@ikaantyneidenpalveluneuvonta.fi tai osoitteessa pajatsote.suomisote.fi chatin kautta. (Chat avoinna arkisin klo 9-15)

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

Luona tuottaa ikääntyneiden palveluneuvontaa Päijät-Hämeen hyvinvointialueelle.

Tavoitteenamme on mahdollistaa ikäihmisille hyvä elämä kotona. Rääätälöimme 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 2,2 miljoonaa Suomessa asuvaa ihmistä. Luona on 100 % kotimainen ja osa Bravedo-yhteisöä.

Tutustu Luonaan: www.luona.fi



Sisällysluettelo

KOTONA ASUMISTA TUKEVAT PALVELUT	9
Asiointipalvelu	9
Ateriapalvelu	12
Kauppapalvelu	13
Siivouspalvelu	14
Raivaussiivous	17
Siivous-, vaatehuolto- tai asiointipalvelun palveluseteli	17
Turvapalvelu	19
Hyvinvointiteknologia	19
Kotihoito ja kotisairaanhoido	20
MUUT KOTONA ASUMISTA HELPOTTAVAT PALVELUT	23
Apteekkipalvelut	23
Jalka- ja käsihoidot	24
Kampaamo- ja parturipalvelu	25
Korjaus-, remontti- ja huoltopalvelut	25
Kuntoutus- ja hierontapalvelut	26
Pihatyöt	27
Tietotekniikka- ja mobiililaitteiden asiantuntijapalvelu	29
Yli 65-vuotiaiden omaishoido	30
Kuntouttava päivätoiminta	35
Kotikuntoutus	36
Perhehoito	36
Kuntoutusjakso (asumisyksikössä)	36
Arviointijakso (asumisyksikössä)	37

SENIORIASUMINEN JA ASUMISPALVELUT	37
Senioriasuminen	37
Yhteisöllinen asuminen ja ympärivuorokautinen palveluasuminen	39
Lyhytaikainen ympärivuorokautinen palveluasuminen	42
SOTAVETERAANIT JA SOTAINVALIDIT	46
PALVELUSETELI	48
ASIAKASMAKSUJEN PERUSTE	48
TERVEYSPALVELUT	50
Hätätilanteet ja päivystys Akuutti24	50
Päijät-Hämeen keskussairaala	50
Salpausselän kuntoutussairaala, Jalmari	51
Ajanvaraus- ja palveluneuvonta	51
Suun terveydenhuolto	52
Hoitotarvikkeet	52
Apuvälinepalvelut	53
Mielenterveys- ja päihdepalvelut	53
Muistisairaiden palvelut	56
Terveydenhuollon asiakasmaksukatto	56
MUITA SOSIAALIPALVELUJA	58
Gerontologinen sosiaalityö	58
Sosiaalihuollon ohjaus ja neuvonta	58
65 vuotta täyttäneen varhainen tuki	58
LIIKKUMISTA TUKEVAT PALVELUT	59
Ikäihmisten palveluopas, Päijät-Häme	7

Kunnan palveluliikenne	59
Sosiaalihuoltolain mukainen kuljetuspalvelu	62
Vammaispalvelulain mukainen kuljetuspalvelu	63
Kela-taksi	63
TOIMEENTULO JA OIKEUDELLINEN APU	63
Asuntojen korjausavustukset ja-muutostyöt	63
Edunvalvonta	65
Kela	66
Kotitalousvähennys	67
Arvonlisäverottomat sosiaalipalvelut	67
Oikeusaputoimisto	68
Potilas- ja sosiaaliasiavastaava	68
HARRASTUS- JA VIRKISTYSTOIMINTA	69
Hyvinvointi- ja liikuntapalvelut	70
Kohtaamispaikat	71
Vapaaehtois- ja järjestötoiminta	77
Eläkeläisjärjestöt	78
KESKUSTELUAPU	82
HENGELLINEN TOIMINTA	84
HYVÄ TIETÄÄ	89
Vanhus- ja vammaisneuvosto	89
Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta	90
Laki potilaan asemasta ja oikeuksista	91

Palvelusetelillä palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla 
Ostopalveluna palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla 

KOTONA ASUMISTA TUKEVAT PALVELUT

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

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

Asiointipalvelu

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

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

Asiointipalveluja yksityisesti tuottavat:

55Plus Oy/Lahti

Puh. 041 313 0275
lahti@55plus.fi
www.55plus.fi/lahti
(Asikkala, Hollola, Heinola, Kärkölä, Lahti, Orimattila)

Asiointipalvelu Mika ja Sanna

Puh. 040 537 6239
www.asiointipalvelu.net
(Hollola, Asikkala, Lahti)

Exler Oy/Heinolan kotiapu

Puh. 044 054 9060
abexleroy@gmail.com
(Heinola)

HemmaKoti Oy

Puh. 029 170 0775
info@hemmakoti.com
www.hemmakoti.com
(Lahti, Heinola, Hollola, Orimattila)

HilVen Oy / HilVen Kotipalvelut

Puh. 044 280 4849
kotipalvelut@hilven.fi
(Orimattila)

Kodinpalvelut Eijamari

Puh. 045 347 1531
kodinpalvelut@outlook.com
www.kodinpalveluteijamari.fi
(Lahti)

Kotihoito Hoivastartti Oy

Puh. 045 136 9727
eija.paukkula@kotihoitohoivastartti.fi
www.kotihoitohoivastartti.fi/
(Orimattila)

Kotihoito Tiuku

Puh. 040 042 2923
www.kotihoitotiuku.fi
(Orimattila, Hollola, Lahti, Iitti)

Kotihoiva Ikihyvä

Puh. 044 709 5857
www.karkolanvki.fi/
(Kärkölä)

Kotipalvelu Hoimari

Puh. 050 303 9277
mari@hoimari.fi, www.hoimari.fi
(Hollola, Lahti, Heinola)

Kotipalvelu Mehiläinen

Puh. 050 313 1964
www.mehilainen.fi/kotipalvelu-mehilainen
(Lahti, Asikkala, Hartola, Heinola, Hollola, Iitti, Kärkölä, Orimattila, Paasijoki, Sysmä)

Kotityöpalvelu Raikastus Ky

Puh. 044 245 5883
kotityöraikastus@gmail.com
(Hollola, Lahti)

Kotona Asuen palvelut Oy

Puh. 050 577 3395
(Lahti, Asikkala, Hartola, Heinola, Hollola, Iitti, Kärkölä, Orimattila, Paasijoki, Sysmä)

Lahden alueen osuuskunta Startti

Puh. 045 235 9983
www.lahdenstartti.com
(Lahti)

Lahden Lähimmäispalvelu ry

Puh. 050 342 9965
toimisto@lahdenlahimmaispalvelu.fi
www.lahdenlahimmaispalvelu.fi
(Lahti)

Lähimmäispalvelu Helmi Oy

Puh. 0400 813 623
tanja.laine@helimiseniorikoti.fi
www.helimiseniorikoti.fi/
(Hollola)

Mirjan kotiapu

Puh. 040 842 3644
mirkkuli9@gmail.com
(Lahti, Orimattila)

NurmiSET Oy

Puh. 044 972 3024
www.nset.fi
(Lahti)

ONNI (Med Group Oy)

Puh. 09 8564 6542
www.onnion.fi
(Lahti, Heinola, Hollola, Iitti, Orimattila, Asikkala, Hartola, Kärkölä, Padasjoki, Sysmä)

SiRaKe Oy

Puh. 044 292 0079
(Heinola, Hollola, Lahti, Orimattila, Kärkölä, Iitti)

Sirpa Liljeström

Puh. 040 354 9498
(Lahti)

Sivina Kotipalvelut Oy

Puh. 050 593 5825
asiakaspalvelu@sivina.fi
www.sivina.fi/yhteys/kotisiivous-lah-
ti/
(Hollola, Lahti, Kärkölä, Asikkala)

SonjaTJ

Puh. 050 585 9746
(Lahti, Hollola)

Tmi Janita Kotilainen

Puh. 050 363 0966
janita_kotilainen@hotmail.com
(Asikkala, Hollola, Lahti, Orimattila)

Toivoa Arkeen Oy

Puh. 040 521 0316
toivoaarkeen@gmail.com
www.toivoaarkeen.com
(Lahti)

Vivo Hoiva Päijät-Häme Oy

Puh. 040 099 1971
(Heinola, Lahti, Asikkala)

YKKÖSAPURIT

Puh. 040 757 3066
maikki.turunen@hotmail.com
(Lahti)

Ateriapalvelu

Ateriapalvelun tavoitteena on tukea ikääntyneen kotona asumista ja itsenäisyyttä 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, 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 kylminä tai lämpiminä aterioina palveluntuottajan mukaan, yksi ateria vuorokaudta kohden.

Ateriapalveluja yksityisesti tuottavat:

Asiointipalvelu Mika ja Sanna

Puh. 040 537 6239
www.asiointipalvelu.net
(Hollola)

Ateriasisko oy

Puh. 044 482 6828
info@ateriasisko.fi
www.paijatateria.fi/ateriasisko-oy/
(Asikkala)

Harjulan Setlementti Ry

Puh. 050 563 0158
www.harjulan.fi/ (Lahti)

Henkilöstöravintolat Pasi Joronen



Puh. 050 431 6503
info@pasijoronen.fi
www.pasijoronen.fi
(Hartola, Sysmä)

Jyränkölän Setlementti ry

Puh. 050 463 0697
hoiva@jyrankola.fi, www.jyrankola.fi
(Heinola)

Lähimmäispalvelu Helmi Oy

Puh. 0400 813 623
tanja.laine@helimiseniorikoti.fi
www.helimiseniorikoti.fi/
(Hollola)

Makutehdas Oy

Puh. 010 327 4400
www.ravintolatehdas.fi
(Orimattila)

Menumat Oy

Puh. 020 796 1550
asiakaspalvelu@menumat.fi
www.menumat.fi
(Asikkala, Hartola, Heinola, Hollola, Iitti, Kärkölä, Lahti, Orimattila, Padasjoki, Sysmä)

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.

Kauppapalveluja yksityisesti tuottavat:

Henkilöstöravintolat Pasi Joronen

Puh. 050 431 6503
info@pasijoronen.fi
www.pasijoronen.fi
(Hartola, Sysmä)

HilVen Oy / HilVen Kotipalvelut

Puh. 044 280 4849
kotipalvelut@hilven.fi
(Orimattila)

Kotihoito Hoivastartti Oy

Puh. 045 136 9727
eija.paukkula@kotihoitohoivastartti.fi, www.kotihoitohoivastartti.fi/
(Orimattila)

Lähimmäispalvelu Helmi Oy

Puh. 0400 813 623
tanja.laine@helmiseniorikoti.fi
www.helmiseniorikoti.fi/
(Hollola)

Mirjan kotiapu

Puh. 040 842 3644
mirkkuli9@gmail.com
(Lahti, Orimattila)

NurmiSET Oy

Puh. 044 972 3024
www.nset.fi
(Lahti)

Osuuskauppa Hämeenmaa (S-Ryhmä)

Puh. 09 4245 8661
(Hollola, Lahti, Orimattila, Asikkala, Heinola)

SiRaKe Oy

Puh. 044 292 0079
(Heinola, Hollola, Lahti, Kärkölä, Orimattila, Hartola, Iitti)

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.

Siivouspalveluja yksityisesti tuottavat:

55Plus Oy/Lahti

Puh. 041 313 0275
lahti@55plus.fi
www.55plus.fi/lahti
(Asikkala, Hollola, Heinola, Kärkölä, Lahti, Orimattila)

Alina/HelyHoiva Oy

Puh. 044 455 6930
lahti@alinahoivatiimi.fi
www.alinahoivatiimi.fi/lahti-karjalan-
katu (Lahti)

Asiointipalvelu Mika ja Sanna

Puh. 040 537 6239
www.asiointipalvelu.net
(Hollola, Lahti)

Eetun Kotiapu

Puh. 044 553 1889
myynti@eetunkotiapu.fi
www.eetunkotiapu.fi
(Asikkala, Heinola, Iitti, Lahti, Orimattila, Kärkölä, Hollola)

Exler Oy/Heinolan kotiapu

Puh. 044 054 9060
abexleroy@gmail.com
(Heinola)

Freya kotisairaanhoido ja terapiapalvelut

Puh. 050 348 3813
freya.tiina@gmail.com
(Lahti, Hollola)

Helmi Kotiapu Ky

Puh. 044 567 9055
laura@helmikotiapu.fi
www.helmikotiapu.fi
(Lahti)

HemmaKoti Oy

Puh. 029 170 0775
info@hemmakoti.com
www.hemmakoti.com
(Lahti, Heinola, Hollola, Orimattila)

HilVen Oy / HilVen Kotipalvelut

Puh. 044 280 4849
kotipalvelut@hilven.fi
(Orimattila)

J & N Kodinpalvelut P

Puh. 041 444 1276
niinasuurhasko@gmail.com
(Lahti)

Kiinteistöhuolto ViaCasa Oy

Puh. 044 981 2923
www.viacasa.fi
(Heinola)

Kotihoito Hoivastartti Oy P

Puh. 045 136 9727
eija.paukkula@kotihoitohoivastartti.fi
www.kotihoitohoivastartti.fi/
(Orimattila)

Kotihoito Tiuku

Puh. 040 042 2923
www.kotihoitotiuku.fi
(Orimattila, Hollola, Lahti, Iitti)

Kotipalvelu Mehiläinen

Puh. 040 708 1982
www.mehilainen.fi/kotipalvelu-mehilainen
(Asikkala, Hartola, Heinola, Hollola, Iitti, Kärkölä, Lahti, Orimattila, Padasjoki, Sysmä)

Kotityöpalvelu Raikastus Ky

Puh. 044 245 5883
kotityoraikastus@gmail.com
(Lahti, Hollola, Kärkölä)

Kotona Asuen palvelut Oy P

Puh. 050 577 3395
(Lahti, Sysmä, Asikkala, Hartola, Heinola, Orimattila, Padasjoki, Kärkölä, Hollola, Iitti)

KSA kodinsiivousapu

Puh. 040 551 0974
kodinsiivousapu.fi
(Lahti)

Lahden alueen osuuskunta Startti



Puh. 045 235 9983
www.lahdenstartti.com
(Lahti)

Lahden Lähimmäispalvelu ry P

Puh. 050 342 9965
toimisto@lahdenlahimmaispalvelu.fi
www.lahdenlahimmaispalvelu.fi
(Lahti)

Lähimmäispalvelu Helmi Oy

Puh. 0400 813 623
tanja.laine@helimiseniorikoti.fi
www.helimiseniorikoti.fi/
(Hollola)

Lempi Kodinhoito Oy P

Puh. 010 248 8800
info@lempi.fi, www.lempi.fi
(Lahti)

Mirjan kotiapu

Puh. 040 842 3644
mirkkuli9@gmail.com
(Orimattila, Lahti)

NurmiSET oy

Puh. 044 972 3024
www.nset.fi
(Lahti)

ONNI (Med Group Oy) P

Puh. 09 8564 6541
www.onnion.fi
(Heinola, Hollola, Lahti, Orimattila,
Asikkala)

Päijät-Hämeen siivoustoimi OY

Puh. 040 483 4920
www.paijat-hameen-siivoustoimi-oy.
com
(Lahti, Hollola)

Palvelukeskus Vaahtera Oy/OivaAika

Puh. 050 514 3223
www.oivaaika.fi
(Hollola, Lahti)

Sasipa Oy

Puh. 044 371 2707
sasipaoy@gmail.com, www.sasipa.fi
(Lahti, Hollola)

Siivouspalvelu Vidgren oy

Puh. 050 523 5232
asiakaspalvelu@siivouspalveluvid-
gren.fi
www.siivouspalveluvidgren.fi
(Asikkala, Hollola, Iitti, Kärkölä, Lahti,
Orimattila, Padasjoki)

SiRaKe Oy P

Puh. 044 292 0079
(Heinola, Hollola, Iitti, Kärkölä, Lahti,
Orimattila)

Sirpa Liljeström

Puh. 040 354 9498
(Lahti)

Sivina Kotipalvelut Oy P

Puh. 050 593 5825
asiakaspalvelu@sivina.fi
www.sivina.fi/yhteys/kotisiivous-lah-
ti/
(Asikkala, Hollola, Kärkölä, Lahti, Pa-
dasjoki)

Teijan Kotiapu P

Puh. 040 586 8985
teija.toikka@phnet.fi
(Lahti, Orimattila)

Tmi Janita Kotilainen

Puh. 050 363 0966
janita_kotilainen@hotmail.com
(Asikkala, Hollola, Lahti, Orimattila)

Toivoa Arkeen Oy

Puh. 040 521 0316
toivoaarkeen@gmail.com
www.toivoaarkeen.com
(Lahti)

Vivo Hoiva Päijät-Häme Oy P

Puh. 0400 991 971
(Asikkala, Heinola, Lahti)

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, pölyjen 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 bruttotulojen perusteella.

Siivous-, vaatehuolto- tai asiointipalvelua palvelusetelillä tuottavat:

Helgen Siivouspalvelu Oy

Puh. 044 033 8895
www.helgen-siivous.fi
(Heinola, Sysmä)

Kalkkisten Pihapuu Ay

Puh. 0400 947 920
pihapuu@phnet.fi
www.kalkkistenpihapuu.fi
(Asikkala)

Kotihoito Hoivastartti Oy

Puh. 045 136 9727
eija.paukkula@kotihoitohoivastartti.fi
www.kotihoitohoivastartti.fi/
(Orimattila)

Kotipalvelu Hoimari

Puh. 050 303 9277
mari@hoimari.fi, www.hoimari.fi
(Lahti, Heinola, Hollola)

Kotirinki Oy

Puh. 03 339 99 903
myynti@kotirinki.fi
www.kotirinki.fi
(Asikkala, Hartola, Heinola, Hollola,
litti, Kärkölä, Lahti, Orimattila, Padas-
joki, Sysmä)

Lempi Kodinhoito Oy

Puh. 010 248 8800
info@lempi.fi, www.lempi.fi
(Lahti)

NurmiSET Oy

Puh. 044 972 3024
www.nset.fi
(Lahti)

Siivouspalvelu Vidgren oy

Puh. 050 523 5232
asiakaspalvelu@siivouspalveluvid-
gren.fi
www.siivouspalveluvidgren.fi
(Asikkala, Hollola, litti, Kärkölä, Lahti,
Orimattila, Padasjoki)

SiRaKe Oy

Puh. 044 292 0079
(Heinola, Hollola, Lahti, Orimattila)

Sivina Kotipalvelut Oy

Puh. 050 593 5825
asiakaspalvelu@sivina.fi
www.sivina.fi/yhteys/kotisiivous-lah-
ti/
(Asikkala, Hollola, Kärkölä, Lahti)

Vivo Hoiva Päijät-Häme Oy

Puh. 0400 991 971
(Asikkala, Heinola, Lahti)

Palvelusetelillä palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla 

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.

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

Turvapalveluita voi hankkia myös omarahoitteisesti yksityisiltä palveluntuottajilta. Saat lisätietoja yksityisistä palveluntarjoajista olemalla yhteydessä ikääntyneiden palveluneuvontaan.

Hyvinvointiteknologia

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

Hyvinvointiteknologiapalveluja yksityisesti tuottavat:

Alina/HelyHoiva Oy

Puh. 044 455 6930
lahti@alinahoivatiimi.fi
www.alinahoivatiimi.fi/lahti-karjalankatu
(Lahti)

Kotihoito ja kotisairaanhoido

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

Ostopalveluna palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla ☒

Kotihoito-palveluja yksityisesti tuottavat:

Aada ja Aatos Oy ☒

Puh. 0400 253 096
kotihoitoaada@gmail.com
(Hollola, Lahti)

AitoHoiva

Puh. 044 977 1236
tiina@aitohoiva.fi, www.aitohoiva.fi
(Lahti, Hollola, Orimattila)

9Lives Kotipalvelut Oy ☒

Puh. 044 732 0345
sanna.koskimaki@9lives.fi
www.9lives.fi
(Lahti)

Alina/HelyHoiva Oy ☒

Puh. 044 455 6930
lahti@alinahoivatiimi.fi
www.alinahoivatiimi.fi/lahti-karjalan-
katu
(Lahti)

Elonpolku Oy ☒

Puh. 040 867 6280
www.elonpolku.fi
(Hollola, Lahti)

Freya kotisairaanhoido ja terapiapalvelut

Puh. 050 348 3813
freya.tiina@gmail.com
(Hollola, Lahti)

HilVen Oy / HilVen Kotipalvelut

Puh. 044 280 4849
kotipalvelut@hilven.fi
(Orimattila)

Hoivaportti Oy ☒

Puh. 044 712 1904
info@hoivaportti.fi
www.hoivaportti.fi/
(Lahti)

Hollolan Kotipalvelut Oy ☒

Puh. 050 575 9567
info@hollolankotipalvelut.fi
www.hollolankotipalvelut.fi
(Hollola, Lahti)

Jyränkölän Setlementti ry ☒

Puh. 050 463 0697
hoiva@jyrankola.fi
www.jyrankola.fi
(Heinola, Lahti – Vain Jyränkölän
asukkaille)

Kodinpalvelut Eijamari

Puh. 045 347 1531
kodinpalvelut@outlook.com
www.kodinpalveluteijamari.fi
(Lahti, Iitti)

Kotihoito GoMedic Oy ✓

Puh. 045 320 1228
info@gomedic.fi · www.gomedic.fi
(Orimattila, Lahti)

Kotihoito Hoivastartti Oy ✓

Puh. 045 136 9727
eija.paukkula@kotihoitohoivastartti.fi
www.kotihoitohoivastartti.fi/
(Orimattila)

Kotihoito Tiuku ✓

Puh. 040 042 2923
www.kotihoitotiuku.fi
(Orimattila, Hollola, Lahti, Iitti)

Kotihoiva Ikihyvä ✓

Puh. 044 709 5857
www.karkolanvky.fi/
(Kärkölä)

Kotirinki Oy

Puh. 03 339 99 903
myynti@kotirinki.fi
www.kotirinki.fi
(Asikkala, Heinola, Lahti, Orimattila,
Hollola, Hartola, Iitti, Kärkölä, Padas-
joki, Sysmä)

Lahden Lähimmäispalvelu ry

Puh. 050 342 9965
toimisto@lahdenlahimmaispalvelu.fi
www.lahdenlahimmaispalvelu.fi
(Lahti)

Lähimmäispalvelu Helmi Oy ✓

Puh. 0400 813 623
tanja.laine@helmiseniorikoti.fi
www.helmiseniorikoti.fi/
(Hollola)

ONNI (Med Group Oy) ✓

Puh. 044 713 2269
www.onnion.fi
(Lahti)

Palvelukeskus Vaahtera Oy/OivaAika



Puh. 050 514 3223
www.oiva aika.fi
(Lahti)

Sirpa Liljeström

Puh. 040 354 9498
(Lahti)

Teijan Kotiapu

Puh. 040 586 8985
teija.toikka@phnet.fi
(Lahti, Orimattila)

Villa Ilo ✓

Puh. 044 765 8072
pirre.lehkonen@villailo.fi
www.villailo.fi/
(Heinola – Vain Valolinnan alueen
asukkaille)

Vivo Hoiva Päijät-Häme Oy ✓

Puh. 0400 991 971
(Lahti, Asikkala, Heinola)

Yrjö ja Hanna Kodit/litin Ehtookoti

Puh. 040 848 3999
(Iitti – Iitin Ehtookodin asukkaat sekä
Kausalan alue)

**Kotisairaanhoidopalveluja
yksityisesti tuottavat:****Aada ja Aatos Oy**

Puh. 0400 253 096
kotihoitoaada@gmail.com
(Lahti, Hollola)

AitoHoiva

Puh. 044 977 1236
tiina@aitohoiva.fi · www.aitohoiva.fi
(Lahti, Orimattila, Hollola)

Alina/HelyHoiva Oy

Puh. 044 455 6930
lahti@alinahoivatiimi.fi
www.alinahoivatiimi.fi/lahti-karjalan-
katu
(Lahti)

Elonpolku Oy

Puh. 040 867 6280
www.elonpolku.fi
(Hollola, Lahti)

**Freya kotisairaanhoido ja terapiapal-
velut**

Puh. 050 348 3813
freya.tiina@gmail.com
(Hollola, Lahti)

Hoivaportti Oy

Puh. 044 712 1904
info@hoivaportti.fi
www.hoivaportti.fi/
(Lahti)

Kotihoito Hoivastartti Oy

Puh. 045 136 9727
eija.paukkula@kotihoitohoivastartti.fi
www.kotihoitohoivastartti.fi
(Orimattila, Iitti, Lahti)

Kotihoito Tiuku

Puh. 040 042 2923
www.kotihoitotiuku.fi
(Orimattila, Lahti, Hollola, Iitti)

Kotihoiva Ikihyvä

Puh. 044 709 5857
www.karkolanvky.fi/
(Kärkölä)

ONNI (Med Group Oy)

Puh. 044 713 2269
www.onnion.fi
(Lahti)

Villa Ilo

Puh. 044 765 8072
pirre.lehkonen@villailo.fi
www.villailo.fi/
(Heinola- Vain Valolinnan alueen
asukkaille)

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 sairaanhoidollinen palvelu kohdistuu henkilöille, jotka eivät kykene käyttämään muita avoterveydenhuollon palveluja. Kotihoitoa voidaan järjestää tilapäisenä tai säännöllisenä palveluna. Kotihoidon 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

Apteekkipalvelut

Apteekkipalveluja yksityisesti tuottavat:

Alina/HelyHoiva Oy

Puh. 044 455 6930
lahti@alinahoivatiimi.fi
www.alinahoivatiimi.fi/lahti-karjalan-
katu (Lahti)

Apteekki Trio

Puh. 03 884 210
apteekkitrio@apteekit.net
www.apteekkitrio.fi
(Lahti)

Asiointipalvelu Mika ja Sanna

Puh. 040 537 6239
www.asiointipalvelu.net
(Asikkala, Hollola)

Heinolan Keskusapteekki

Puh. 03 874 130
heinolankeskusapteekki@apteekit.
net
www.heinolankeskusapteekki.fi
(Heinola)

Hollolan apteekki

Puh. 03 878 610
apteekki.hollola@apteekit.net ·
www.hollolanapteekki.fi
(Hollola, Lahti)

Kodinpalvelut Eijamari

Puh. 045 347 1531
kodinpalvelut@outlook.com
www.kodinpalveluteijamari.fi
(Lahti, Iitti)

Kotihoito Hoivastartti Oy

Puh. 045 136 9727
eija.paukkula@kotihoitohoivastartti.fi
www.kotihoitohoivastartti.fi/
(Orimattila)

Lähimmäispalvelu Helmi Oy

Puh. 0400 813 623
tanja.laine@helimiseniorikoti.fi ·
www.helimiseniorikoti.fi/
(Hollola)

Sirpa Liljeström

Puh. 040 354 9498
(Lahti)

Jalka- ja käsihoidot

Jalka- ja käsihoitoja yksityisesti tuottavat:

Alina/HelyHoiva Oy

Puh. 044 455 6930
lahti@alinahoivatiimi.fi
www.alinahoivatiimi.fi/lahti-karjalan-
katu (Lahti)

Freya kotisairaanhoido ja terapiapalvelut

Puh. 050 348 3813
freya.tiina@gmail.com
(Hollola, Lahti)

Hollolan apteekki

Puh. 040 706 4387
apteekki.hollola@apteekit.net
www.hollolanapteekki.fi
(Hollola - ei kotikäyntejä)

Jalka- ja kauneushoivaamo

Puh. 045 312 5010
viesti@kauneushoivaamo.fi
www.kauneushoivaamo.fi
(Hollola, Lahti, Asikkala, Kärkölä,
Orimattila)

Jalkahoito Askelfix

Puh. 040 087 2775
jalkahoito.askelfix@gmail.com
askelfix.webnode.fi
(Lahti)

Kotijalkahoito Villa Valentina

Puh. 040 754 6530
kotijalkahoito.villavalentina@gmail.
com
kotijalkahoito.villavalentina.com
(Lahti, Hollola)

Riikka Jalkahoito

Puh. 040 940 1605
riikkaj.huovinen@gmail.com
www.riikkajalkahoito.com
(Lahti)

Tmi Janita Kotilainen

Puh. 050 363 0966
janita_kotilainen@hotmail.com
(Hollola, Lahti, Asikkala, Orimattila)

Kampaamo- ja parturipalvelu

Kampaamo- ja parturipalveluja yksityisesti tuottavat:

Alina/HelyHoiva Oy

Puh. 044 455 6930
lahti@alinahoivatiimi.fi
www.alinahoivatiimi.fi/lahti-karjalan-
katu (Lahti)

Parturi-kampaaja Jenna Kolsi

Puh. 050 912 2484
(Hollola, Asikkala, Heinola, Lahti, Orimattila)

Tmi Ronja Alenksandra

Puh. 046 943 3623
ruukstudio@gmail.com
(Lahti)

Korjaus-, remonti- ja huoltopalvelut

Palveluiden 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-, remontti- ja huolto-
palveluja yksityisesti tuottavat:**

55Plus Oy/Lahti

Puh. 041 313 0275
lahti@55plus.fi
www.55plus.fi/lahti
(Asikkala, Hollola, Heinola, Kärkölä,
Lahti, Orimattila)

HEMMI kodit Oy

Puh. 040 518 1059
pasi.hemmila@hemmikodit.fi
www.hemmikodit.fi
(Asikkala, Hartola, Heinola, Hollola,
Iitti, Kärkölä, Lahti, Orimattila, Padas-
joki, Sysmä)

J & N Kodinpalvelut

Puh. 041 444 1276
niinasuurhasko@gmail.com
(Lahti)

Kiinteistöhuolto ViaCasa Oy

Puh. 044 981 2923
www.viacasa.fi
(Heinola)

**Kotihoito Hoivastartti Oy
(Muuttoapu)**

Puh. 045 136 9727
eija.paukkula@kotihoitohoivastartti.fi
www.kotihoitohoivastartti.fi/
(Orimattila, Lahti, Iitti)

Lähimmäispalvelu Helmi Oy

Puh. 0400 813 623
tanja.laine@helmiseniorikoti.fi
www.helmiseniorikoti.fi/
(Hollola)

NurmiSET Oy

Puh. 044 972 3024
www.nset.fi
(Lahti, Iitti)

Tmi Teemu Salokannel

Puh. 044 976 8241
(Lahti, Orimattila, Asikkala, Hartola,
Heinola, Hollola, Iitti, Kärkölä, Padas-
joki, Sysmä)

Kuntoutus- ja hierontapalvelut

**Kuntoutus- ja hierontapalveluita
yksityisesti tuottavat:**

Attendo Terapia Oy

Puh. 041 732 2297
jonna.metso-ojala@attendo.fi
www.attendo.fi/terapia-paijat-hame
(Asikkala, Heinola, Hollola, Iitti, Lahti,
Orimattila, Kärkölä)

**Sarin fysioterapia ja hyvinvointipal-
velu**

Puh. 040 255 3670
sari@fyssari.com, www.fyssari.com
(Orimattila, Lahti)

**Freya kotisairaanhoido ja terapiapal-
velut**

Puh. 050 348 3813
freya.tiina@gmail.com
(Hollola, Lahti)

Fysioterapeutti Auli Auvinen tmi

Puh. 040 049 7585
auli@fysioterapeuttiauli.fi
www.fysioterapeuttiauli.fi
(Orimattila, Lahti)

Fysioterapia Lehto

Puh. 044 500 4646
www.fysioterapialehto.fi
(Lahti, Hollola, Orimattila, Kärkölä,
Heinola)

Salpakankaan Lääkintävoimistelu Oy

Puh. 03 780 1212
milla.heikkila@salpakankaanlaakinta-
voimistelu.fi
www.salpakankaanlaakintavoimiste-
lu.fi (Hollola)

Palvelusetelillä palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla 

Pihatytöt

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

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

Pihatyötä yksityisesti tuottavat:

55Plus Oy/Lahti

Puh. 041 313 0275
lahti@55plus.fi
www.55plus.fi/lahti
(Asikkala, Heinola, Hollola, Kärkölä,
Lahti, Orimattila)

Asiointipalvelu Mika ja Sanna

Puh. 040 537 6239
www.asiointipalvelu.net
(Hollola, Lahti)

Eetun Kotiapu

Puh. 044 553 1889
myynti@eetunkotiapu.fi
www.eetunkotiapu.fi
(Asikkala, Heinola, Hollola, Iitti, Lahti,
Orimattila, Kärkölä)

HemmaKoti Oy

Puh. 029 170 0775
info@hemmakoti.com
www.hemmakoti.com
(Lahti, Hollola, Orimattila, Heinola)

HilVen Oy / HilVen Kotipalvelut

Puh. 044 280 4849
kotipalvelut@hilven.fi
(Orimattila)

Kiinteistöhuolto ViaCasa Oy

Puh. 044 981 2923
www.viacasa.fi
(Heinola)

Lähimmäispalvelu Helmi Oy

Puh. 0400 813 623
tanja.laine@helimiseniorikoti.fi
www.helimiseniorikoti.fi/
(Hollola)

NurmiSET Oy

Puh. 044 972 3024
www.nset.fi
(Lahti)

SiRaKe Oy

Puh. 044 292 0079
(Heinola, Hollola, Lahti, Orimattila,
Iitti, Kärkölä, Hartola)

Sirpa Liljeström

Puh. 040 354 9498
(Lahti)

Palvelusetelillä palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla 

Tietotekniikka- ja mobiililaitteiden asiantuntijapalvelu

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

Tietotekniikka- ja mobiililaitteiden asiantuntijapalveluja yksityisesti tuottavat:

55Plus Oy/Lahti

Puh. 041 313 0275
lahti@55plus.fi
www.55plus.fi/lahti
(Asikkala, Heinola, Kärkölä, Hollola, Lahti, Orimattila)

Eetun Kotiapu

Puh. 044 553 1889
myynti@eetunkotiapu.fi
www.eetunkotiapu.fi
(Asikkala, Hartola, Heinola, Hollola, Iitti, Kärkölä, Lahti, Orimattila, Padasjoki, Sysmä)

Kotipalvelu Hoimari

Puh. 050 303 9277
mari@hoimari.fi, www.hoimari.fi
(Hollola, Heinola, Lahti)

NurmiSET Oy

Puh. 044 972 3024
www.nset.fi
(Lahti)

Yli 65-vuotiaiden omaishoito

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

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

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

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

Laki omaishoidon tuesta 937/2005

Omaolo palvelussa voit arvioida mahdollisuuksia omaishoidon tukeen. Vastaustesi perusteella saat toimintasuosituksen ja lisätietoa tilanteesi tueksi. www.omaolo.fi/palvelut/palveluarviot.

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.paijatha.fi

Omaishoitajan lakisääteinen vapaa

Omaishoitajalla on oikeus pitää vapaata kolme vuorokautta sellaista kalenterikuukautta kohti, jonka aikana hän on yhtäjaksoisesti tai vähäisin keskeytyksin sidottu hoitoon ympärivuorokautisesti tai jatkuvasti päivittäin.

Vapaapäiviä voi käyttää kolme kuukaudessa tai kerryttää esim. Kahden kuukauden vapaat viikon jaksoksi. Omaishoitajan jaksamisen kannalta on suositeltavaa käyttää vapaapäiviä tasaisesti vuoden aikana. Vapaapäiväjärjestelyistä sovitaan hoitajan ja hoidettavan kanssa hoito- ja palvelusuunnitelman laatimisen yhteydessä ja suunnitelmaan kirjataan valittu vaihtoehto.

Palveluseteli lyhytaikaishoitoa varten

Palveluun myönnetään palveluseteli vuorokautta kohden. Palveluntuottaja laskuttaa hoidettavalta asiakasmaksulain mukaisen omavastuuosuuden. 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 täysin vuorokausina. 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 päville. Palvelusetelin arvon ylittävä kustannus ja mahdolliset matkakulut jäävät asiakkaan maksettaviksi.

Sijaishoito toimeksiantosopimuksella

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

Lyhytaikainen perhehoito toimeksiantosopimuksella

Perhehoitajat hoitavat kotonaan omaishoidettavaa sopimuksen mukaan omaishoitajan vapaiden aikana. Perhehoidon kesto voi olla päivän ajan tai ympärivuorokautista. Päijät-Hämeen hyvinvointialue laskuttaa perhehoidosta hoidettavalta asiakasmaksulain mukaisen omavastuuosuuden. Omaishoidon asiakasohjaaja tekee toimeksiantosopimuksen perhehoitajan kanssa. Päijät-Hämeen alueella toimii myös kiertäviä perhehoitajia, jolloin hoito tapahtuu hoidettavan kotona.

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

Attendo 247 Kaarlaaksokoti P

Puh. 040 515 5111
www.attendo.fi/palvelumme/palvelut-ikäihmisille/hoivakodit/lahti/attendo-kaarlaaksokoti/
(Lahti)

Attendo 247 Pellavakoti P

Puh. 044 494 3712
www.attendo.fi/palvelumme/palvelut-ikäihmisille/hoivakodit/hollola/attendo-pellavakoti/
(Hollola)

Attendo Kosketar P

Puh. 044 494 1310
krista.vuorinen@attendo.fi
www.attendo.fi/palvelumme/palvelut-ikäihmisille/hoivakodit/hollola/attendokosketar/
(Hollola)

Attendo Lähteenpuisto P

Puh. 044 494 1000
mari.haaranen@attendo.fi
www.attendo.fi/palvelumme/palvelut-ikäihmisille/hoivakodit/heinola/attendo-lahteenpuisto/
(Heinola)

Attendo Oy, Attendo Kilpiäinen P

Puh. 044 494 4050
paivi.katajisto@attendo.fi
www.attendo.fi/palvelumme/palvelut-ikäihmisille/hoivakodit/lahti/attendo-kilpiainen/
(Lahti)

Attendo Tähtiniemi P

Puh. 044 494 4247
hanna.kiuru2@attendo.fi
www.attendo.fi
(Heinola)

Esperi Care Oy / Esperi Hoivakoti Laune P

Puh. 050 329 2512
info@esperi.fi
www.esperi.fi
(Lahti)

Jyränkölän Setlementti ry P

Puh. 050 463 0697
hoiva@jyrankola.fi
www.jyrankola.fi
(Heinola)

Mainiokoti Jokihelmi P

Puh. 050 562 6886
anne.koivuluoma@mainiokodit.fi
www.mainiokodit.fi/hoivakodit/mainiokoti-jokihelmi
(Lahti)

Yrjö ja Hanna Kodit / Lepolankadun palvelukeskus P

Puh. 050 356 9361
www.yrjojahanna.fi/
(Lahti)

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

AitoHoiva P

Puh. 044 977 1236
tiina@aitohoiva.fi
www.aitohoiva.fi
(Hollola, Orimattila, Lahti)

Elonpolku Oy P

Puh. 040 867 6280
www.elonpolku.fi
(Hollola, Lahti)

Freja kotisairaanhoido ja terapiapalvelut P

Puh. 050 348 3813
freja.tiina@gmail.com
(Hollola, Lahti)

Kotihoito Hoivastartti Oy P

Puh. 045 136 9727
eija.paukkula@kotihoitohoivastartti.fi
www.kotihoitohoivastartti.fi/
(litti, Orimattila, Lahti)

Kotihoiva Ikihyvä P

Puh. 044 709 5857
www.karkolanvky.fi/
(Kärkölä)

Kotipalvelu Hoimari P

Puh. 050 303 9277
mari@hoimari.fi · www.hoimari.fi
(Lahti, Hollola)

Kotona Asuen palvelut Oy P

Puh. 050 577 3395

(Asikkala, Hartola, Hollola, litti, Kärkölä, Lahti, Orimattila)

Lahden Lähimmäispalvelu ry P

Puh. 050 342 9965
toimisto@lahdenlahimmaispalvelu.fi
www.lahdenlahimmaispalvelu.fi
(Lahti)

Lähimmäispalvelu Helmi Oy P

Puh. 0400 813 623
tanja.laine@helimiseniorikoti.fi
www.helimiseniorikoti.fi/
(Hollola)

Palvelukeskus Vaahtera Oy/OivaAika P

Puh. 050 514 3223
www.oivaaika.fi
(Lahti, Hollola)

SiRaKe Oy P

Puh. 044 292 0079
(Asikkala, Hartola, Heinola, Hollola, litti, Kärkölä, Lahti, Padasjoki, Orimattila, Sysmä)

Vivo Hoiva Päijät-Häme Oy P

Puh. 040 099 1971
(Asikkala, Heinola, Hollola, Lahti)

YKKÖSAPURIT P

Puh. 040 757 3066
maikki.turunen@hotmail.com
(Lahti, litti, Orimattila)

Palvelusetelillä palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla P

Omaishoitajien kuntoutuskurssit, KELA

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

Omaishoitajille on kaksi eri kurssia:

- omaishoitajan parikurssi, jolle omaishoitaja osallistuu yhdessä aikuisen omaishoidettavan läheisen kanssa

omaishoitajan kuntoutuskurssi, jolle omaishoitaja osallistuu yksin.

Kuntoutukseen hakeminen

Kuntoutushakemus (KU132) on täytettävä huolellisesti. Kuntoutushakemuslomakkeita saa Kelan toimistoista tai ne voi tulostaa Kelan verkkosivuilta www.kela.fi. Omaishoitajien kursseissa ei tarvita lääkärinlausuntoa hakemuksen liitteeksi.

Lisätietoa www.kela.fi/omaishoitajat-sopeutumisvalmennuskurssit
Kuntoutus ja vammaistuet, Puh. 020 692 205

YHDISTYSTEN TARJOAMAT PALVELUT

Päijät-Hämeen Omaishoitajat ry

Päijänteenkatu 1, 15140 Lahti, katutaso
www.phomaishoitajat.com
info@phomaishoitajat.fi

- Vertaisryhmät
- OmaisOiva kahvilat
- Valmennus
- Infopisteet
- Neuvonta ja ohjaus
- Luennot
- Retket ja tapahtumat

Omaistoiminnan ohjaaja, ohjaus ja neuvonta Puh. 045 854 4085

Ilmoittautumiset ja jäsenasiat Puh. 0400 305 071

Heinolan Seudun Omaishoitajat ry

Puheenjohtaja, Puh. 040 861 0840

Yhdistyksen tavoitteena on omaishoitajien edunvalvonta, virkistys ja vertais-tukitoiminta Heinolan, Hartolan ja Sysmän alueella.

Omaishoitajaliitto

Omaishoidon neuvonta Puh. 0800 390 229, ti-to klo 9–12

Jäsenasiat Puh. 020 7806 500, ma-to klo 9–15

www.omaishoitajat.fi

Omaishoitajaliitto ry on omaishoitajien edunvalvonta- ja tukijärjestö. Liitto toimii asiantuntijana omaistaan tai läheistään hoitavien henkilöiden yhteis-kunnallisen aseman parantamiseksi.

Vertaislinja-tukipuhelin

Puh. 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 muistisairai-den läheisille.

Kuntouttava päivätoiminta

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

Päivätoimintaa yksityisesti tuottavat:

Palvelukeskus Vaahtera Oy/OivaAika 

Puh. 050 514 3223

www.oivaaika.fi

(Lahti)

Kuntouttavaa päivätoimintaa Palvelutalo Puntarissa Lahdessa ja Luomanie-messä Nastolassa.

Päijät-Hämeen hyvinvointialueella päivätoimintaa voidaan myöntää asiakkaal-le, jolla on tarve määrääkäselle jaksomuotoiselle ryhmässä toteutettavalle psykofyysiselle kuntoutukselle toimintakyvyn kohentamiseen.

Asiakkaan ei ole toimintakykynsä takia mahdollisuutta osallistua järjestöjen tai yhdistysten järjestämään päivätoimintaan tai se ei ole riittävää.

Päijät-Hämeen hyvinvointialueella päivätoimintaan hakeudutaan kirjallisella hakemuksella, joka löytyy Päijät-Hämeen hyvinvointialueen verkkosivuilta www.paijatha.fi

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. Asiaksmaksu terapeutin ja lähihoitajan käynneistä määräytyy Päijät-Hämeen hyvinvointialueen asiakasmaksuhinnaston mukaisesti. Kotikuntoutuksesta ei peritä maksua säännöllisen kotihoidon tai asumispalveluiden asiakkailta. Kotikuntoutuksen arviointikäynnistä ei peritä maksua. Kotikuntoutuksesta peritään päivämaksu riippumatta päivittäisten käyntien määrästä.

Perhehoito

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

Perhehoitajana voi toimia Päijät-Hämeen hyvinvointialueen hyväksymä, perhehoidon ennakovalmennuksen 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. Asiakkaalle voidaan myöntää myös pitkäaikaista perhehoitoa ja tällöin asiakas muuttaa pysyvästi perhekotiin/perhehoitajan kotiin asumaan.

Kuntoutusjakso (asumisyksikössä)

Kuntoutusjakso ympärivuorokautisessa palveluasumisessa voidaan myöntää asiakkaalle, jolla on fyysisen, psyykkisen tai sosiaalisen toimintakyvyn heikkenemistä mutta jolle kotikuntoutus ei ole riittävää. Asiakkaan terveydentilan

tulee olla stabiili kuntoutusjaksolle siirryttäessä ja asiakkaalla tulee olla selkeä kuntoutuksellinen tavoite ja jatkosuunnitelma kotiutumisen suhteen. Kuntoutusjaksolle voidaan ohjata myös asiakkaita, joilla on uhka siirtyä raskaampien palveluiden piiriin. Asiakkaan tulee olla sitoutunut ja motivoitunut kuntoutumiseen. Kuntoutusjaksolle ohjattavien asiakkaan kognitiivinen toimintakyky tulee olla sellainen, että asiakas hyötyy jaksosta. Asiaksmaksu kuntoutusjaksolla määräytyy Päijät-Hämeen hyvinvointialueen asiakasmaksuhinnaston mukaisesti.

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. Asiaksmaksu arviointijaksolla määräytyy Päijät-Hämeen hyvinvointialueen asiakasmaksuhinnaston mukaisesti.

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

Senioriasumista yksityisesti tuottavat:

Jyränkölän Setlementti ry

Puh. 050 463 0697
hoiva@jyrankola.fi, www.jyrankola.fi
(Heinola)

Kiinteistö Oy Harjulakoti

Puh. 050 592 9970
reija.iivonen@harjulakodit.fi
www.harjulakodit.fi
(Lahti)

Lahden Diakoniasäätiö sr

Puh. 040 715 4586
www.dila.fi/
(Lahti)

Lahden vanhusten asuntosäätiö sr

Puh. 044 735 4002
www.lvas.fi
(Lahti)

Lähimmäispalvelu Helmi Oy

Puh. 0400 813 623
tanja.laine@helimiseniorikoti.fi
www.helimiseniorikoti.fi/
(Hollola)

Padasjoen Tuuliakoti ry (Padasjoen Vanhustentukiyhdistys ry)

Puh. 040 561 6279
sirkka.paperikeidas@gmail.com
(Padasjoki)

Villa Ilo

Puh. 044 765 8072
pirre.lehkonen@villailo.fi
www.villailo.fi/
(Heinola)

EnjoyNature B&B (väliaikainen majoittuminen)

Puh. 044 78 00 883
reservation@enjoynature.fi
www.enjoynature.fi
(Hollola)

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.paijatha.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 tuottavat:

Jyränkölän Setlementti ry ☒

Puh. 050 463 0697
hoiva@jyrankola.fi, www.jyrankola.fi
(Lahti)

Villa Ilo ☒

Puh. 044 765 8072
pirre.lehkonen@villailo.fi

www.villailo.fi/
(Heinola)

Yrjö ja Hanna Kodit/Iitin Ehtookoti



Puh. 040 848 3999
(Iitti)

Ostopalveluna palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla ☒

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, turvapuuhelinpalvelu 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. Asiakasmaksu on sama riippumatta siitä, asuuko asiakas kunnallisessa vai yksityisessä palvelutalossa. Hakemuksesta tehdään valituskelpoinen päätös.

Ympäri vuorokautista palveluasumista yksityisesti tuottavat:

Attendo 247 Kaarlaaksokoti ☒

Puh. 040 515 5111
www.attendo.fi/palvelumme/palvelut-ikaihmisille/hoivakodit/lahti/attendo-kaarlaaksokoti/
(Lahti)

Attendo 247 Pellavakoti ☒

Puh. 044 494 3820
www.attendo.fi/palvelumme/palvelut-ikaihmisille/hoivakodit/hollola/attendo-pellavakoti/
(Hollola)

Attendo Aavatar ☒

Puh. 044 494 3529 (Lahti)

Attendo Kaisla ☒

Puh. 041 731 4078
paivi.riutta@attendo.fi
www.attendo.fi
(Sysmä)

Attendo Kosketar ☒

Puh. 044 494 1310
krista.vuorinen@attendo.fi
www.attendo.fi/palvelumme/palvelut-ikaihmisille/hoivakodit/hollola/attendokosketar/
(Hollola)

Attendo Kotisalo ☒

Puh. 044 407 2140
www.attendo.fi/palvelumme/palvelut-ikaihmisille/hoivakodit/hartola/attendo-kotisalo/ (Hartola)

**Attendo Kultarinki Hoivapalvelut Oy
/ Attendo Honkarinne** ☒

Puh. 044 494 1260
minna.rantamaki@attendo.fi
www.attendo.fi
(Asikkala)

Attendo Lähteenpuisto ☒

Puh. 044 494 1000
mari.haaranen@attendo.fi
www.attendo.fi/palvelumme/palvelut-ikäihmisille/hoivakodit/heinola/attendo-lahteenpuisto/
(Heinola)

Attendo Orimattila Oy, Vallesmanni
☒

Puh. 044 333 6593
sari.liukkonen@attendo.fi
www.attendo.fi
(Lahti)

Attendo Oy Anianpelto ☒

Puh. 044 494 2490
www.attendo.fi
(Asikkala)

Attendo Oy, Attendo Kilpiäinen ☒

Puh. 044 494 4050
paivi.katajisto@attendo.fi
www.attendo.fi/palvelumme/palvelut-ikäihmisille/hoivakodit/lahti/attendo-kilpiainen/
(Lahti)

Attendo Tähtiniemi ☒

Puh. 044 494 4247
hanna.kiuru2@attendo.fi
www.attendo.fi
(Heinola)

**Esperi Care Oy / Esperi Hoivakoti
Laune** ☒

Puh. 050 435 8073
info@esperi.fi, www.esperi.fi
(Lahti)

Jyränkölän Setlementti ry ☒

Puh. 050 463 0697
hoiva@jyrankola.fi. www.jyrankola.fi
(Heinola, Lahti)

Lahden Diakonasäätiö sr ☒

Puh. 040 505 1212
www.dila.fi/
(Lahti)

Mainiokoti Jokihelmi ☒

Puh. 050 562 6886
anne.koivuluoma@mainiokodit.fi
www.mainiokodit.fi/hoivakodit/mainiokoti-jokihelmi
(Lahti)

Mallusjokisäätiö sr ☒

Puh. 044 505 5398
lepokoti@lepokoti.fi
www.lepokoti.fi
(Orimattila)

**Yrjö ja Hanna Kodit / Lepolankadun
palvelukeskus** ☒

Puh. 050 356 9361
www.yrjojahanna.fi/
(Lahti)

Yrjö ja Hanna Kodit / Iitin Ehtookoti
☒

Puh. 040 848 3999 (Iitti)

Lyhytaikainen ympärivuorokautinen palveluasuminen

Päijät-Hämeen hyvinvointialueella lyhytaikaista ympärivuorokautista asumista voidaan myöntää asiakkaalle kriisitilanteessa, jossa henkilön asuminen omassa kodissa on sosiaalisten syiden takia käynyt mahdottomaksi ja asiakkaan palveluntarve edellyttää ympärivuorokautista hoivaa ja huolenpitoa. Tällaisia tilanteita ovat mm. omaishoitajan kuolema tai joutuminen sairaalahoitoon 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 kokeilujakson ajan tai kodin remontin vuoksi.

Lyhytaikaishoitoa palveluasumisessa yksityisesti tuottavat:

Attendo 247 Kaarlaaksokoti P

Puh. 040 515 5111
www.attendo.fi/palvelumme/palvelut-ikaihmisille/hoivakodit/lahti/attendo-kaarlaaksokoti/
(Lahti)

Attendo Kotisalo P

Puh. 044 407 2140
www.attendo.fi/palvelumme/palvelut-ikaihmisille/hoivakodit/hartola/attendo-kotisalo/
(Hartola)

Attendo Kultarinki Hoivapalvelut Oy / Attendo Honkarinne P

Puh. 044 494 1260
minna.rantamaki@attendo.fi
www.attendo.fi
(Asikkala)

Attendo Lähteenpuisto P

Puh. 044 494 1000
mari.haaranen@attendo.fi
www.attendo.fi/palvelumme/palvelut-ikaihmisille/hoivakodit/heinola/attendo-lahteenpuisto/
(Heinola)

Attendo Oy Anianpelto P

Puh. 044 494 2490
www.attendo.fi
(Asikkala)

Attendo Oy, Attendo Kilpiäinen P

Puh. 044 494 4050
paivi.katajisto@attendo.fi
www.attendo.fi/palvelumme/palvelut-ikaihmisille/hoivakodit/lahti/attendo-kilpiainen/
(Lahti)

Attendo Tähtiniemi

Puh. 044 494 4247
hanna.kiuru2@attendo.fi
www.attendo.fi
(Heinola)

**Esperi Care Oy / Esperi Hoivakoti
Laune**

Puh. 050 329 2512
info@esperi.fi, www.esperi.fi
(Lahti)

Lahden Diakoniasäätiö sr

Puh. 044 726 2116
www.dila.fi/
(Lahti)

Mainiokoti Jokihelmi

Puh. 050 562 6886
anne.koivuluoma@mainiokodit.fi ·
www.mainiokodit.fi/hoivakodit/mai-
niokoti-jokihelmi
(Lahti)

Mallusjokisäätiö sr

Puh. 044 505 5398
lepokoti@lepokoti.fi, www.lepokoti.fi
(Orimattila)

**Yrjö ja Hanna Kodit / Lepolankadun
palvelukeskus**

Puh. 050 356 9361
www.yrjojahanna.fi/
(Lahti)

Palvelusetelillä palveluita tarjoavat tuottajat on merkitty ikonilla 

Päijät-Hämeen hyvinvointialueen palvelutalot

Heinola

Asumispalveluyksikkö Mäntylä, Pikijärventie 1, 18120 Heinola

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

Palvelukeskus Hopeasilta, Rullantie 12, 18130 Heinola

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

Hollola

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

Iitti

Hoivakoti Onnela, Jussintie 5, 47400 Kausala, Puh. 040 095 0152

Salmikoti, Pajutie 4, 47400 Kausala, Puh. 044 729 7286

Lahti

Jalkarannan palvelutalo, Tarjantie 56, 15950 Lahti, Puh. 044 018 7424

Kärpäsän palvelutalo, Palokunnantie 9, 15800 Lahti, Puh. 050 398 7713

Lepolakoti, Kerinkallionkatu 13, 15520 Lahti, Puh. 050 398 7816

Mukkulan palvelutalo, Mastokatu 8, 15240 Lahti, Puh. 044 416 3304

Lehtiojan palvelukeskus, Lehtiojantie 2, 15240 Lahti

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

Palvelukeskus Onnelanpolku, Harjulankatu 1, 15150 Lahti

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

Palvelukeskus Linnunlaulu, Toritie 10, 15550 Nastola

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

Timontalo, Hoitokodintie 10, 15560 Nastola, Puh. 044 729 7652

Orimattila

Palvelutalo Erkkilä, Käkeläntie 44C, 16300 Orimattila, Puh. 044 729 7582

Palvelutalo Marttila, Käkeläntie 44B, 16300 Orimattila

- Päivänsini, Puh. 044 729 7584
- Sinikello, Puh. 044 729 7015

Artjärven palvelutalo, Suurikyläntie 4, 16230 Artjärvi, Puh. 044 729 7452

Padasjoki

Pihlajakoti, Kellosalmentie 24, 17500 Padasjoki, Puh. 044 780 2871

SOTAVETERAANIT JA SOTAINVALIDIT

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

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

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

Lisätietoa Ikääntyneiden palveluneuvonnasta.

Valtio myöntää vuosittain rintamaveteraanien kuntoutukseen määrärahan, jolla hyvinvointialueen on määrä järjestää oman alueensa rintamaveteraaneille kuntoutusta. Kuntoutuspalveluita myönnetään vuosittain Valtiokonttorin myöntämän määrärahan puitteissa. Kuntoutusmuotoja ovat fysioterapia, toimintaterapia, jalkahoito, tuettu kotona kuntoutuminen, laituskuntoutus sekä päivä kuntoutus. Kuntoutus voidaan tarvittaessa toteuttaa myös kotikäynteinä. Lisätietoa veteraanikuntoutuksen koordinaattori, Puh. 044 716 1153 ma-pe klo 8-14

Sotainvalidien palveluneuvoja, Puh. 044 713 2260

YHDISTYSTEN TARJOAMAT PALVELUT

Hämeen Rintamaveteraanipiiri ry

www.lahdenrintamaveteraanit.fi/hameen-rintamaveteraanipiiri/

Puheenjohtaja Puh. 040 579 3463,
repe.juvonen@outlook.com

Sihteeri puh. 050 545 0464,
margit.leppanen@phnet.fi

Käsittää alueena Päijät-, Kanta- ja
Pirkka-Hämeen

Lahden Rintamaveteraanit ry

Puheenjohtaja, Puh. 040 579 3463,
repe.juvonen@outlook.com
www.lahdenrintamaveteraanit.fi/

Heinolan Rintamaveteraanit ry

Puheenjohtaja, Puh. 050 5623248,
sepe.sormunen@gmail.com

Lahden sotaveteraanipiiri

www.sotaveteraanit.fi/piirien-sosiaa-lineuvojat/

Piirien sosiaa-lineuvojat

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

Hämeen rintamaveteraanipiiri/Nas- tolan jaosto

Puheenjohtaja, Puh. 040 772 8164,
h.paukkula@luukku.com

Sotainvalidien Veljesliitto

Puheenjohtaja, Puh. 040 740 6815
penttijlofgren@gmail.com
www.sotainvalidit.fi/yhteystiedot/piiritoimistot

www.sotainvalidit.fi

Veteraanikummi-hanke

www.veteraanikummi.fi
Puh. 044 739 2304
info@veteraanikummi.fi

Henkilökohtaista tukea sotiemme
veteraaneille sekä veteraanien puo-
lisoille ja leskille arjen asioissa sekä
heidän kokemansa yksinäisyyden
vähentäminen vapaaehtoistoiminnan
avulla.
(Lahti)

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

ASIAKASMAKSUJEN PERUSTE

Asiakasmaksujen perusteena ovat laki sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksuista (734/1992) sekä siihen tehdyt muutokset (1201/2020). Asiakasmaksuja, korvauksia ja vuokria määrättäessä noudatetaan lainsäädäntöä ja erillistä hinnastoa. Palvelukohtaiset asiakasmaksut on kerrottu kunkin palvelun myöntämisperusteiden yhteydessä www.paijatha.fi/palvelut-ja-hoitoon-hakeutuminen/ikaantyneiden-palvelut/ikaantyneiden-asiakasohjaus/. 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 määräytyy Päijät-Hämeen hyvinvointialueen asiakasmaksuhinnaston mukaisesti. ja se 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 pyykipalvelut.

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

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

Mikäli ympärivuorokautisen palveluasumisen asiakkaana on puolisoista suurempituloinen, kuukausimaksu on 42,5 % puolisojen yhteenlasketuista netto-

kuukausituloista, joista on tehty laissa säädettyt vähennykset. Mikäli molemmat puoliset ovat ympärivuorokautisessa palveluasumisessa, kuukausimaksu on 85 % asiakkaan nettokuukausituloista.

Asiakkaalle jäävä käyttövara on vähintään 182 euroa/kk.

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

Asiaksmaksun alentaminen ja maksuvapautus

Voimassa olevan asiaksmaksulain 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. Asiaksmaksulain tavoitteena on varmistaa, että asiakkaat eivät joutuisi turvautumaan toimeentulotukeen asiaksmaksuista selvittääkseen.

TERVEYSPALVELUT

Päijät-Hämeen hyvinvointialue

www.paijatha.fi

Hätätilanteet ja päivystys Akuutti24

Keskussairaalankatu 7

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

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

Päijät-Hämeen keskussairaala

Puh. 03 819 11 (vaihde)

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

Käynti- ja postiosoite:

Keskussairaalankatu 7, 15850 Lahti

Pääovien aukiolo:

ma-la klo 6–19.15, su ja pyhinä klo 7:30–19.15

Salpausselän kuntoutussairaala, Jalmari

Puh. 03 81 911 (vaihe) · Tarjantie 78, 15950 Lahti

Orimattilan vuodeosastot

Terveystie 1, 16300 Orimattila

Kanslia 1/hoitajat, Puh. 044 729 7593

Heinolan vuodeosastot

Torikatu 13, G-ovi 2. krs.

Osasto 11B, puh. 044 469 4329

Osasto 11K, puh. 044 469 4330

Ajanvaraus- ja palveluneuvonta

Sote-keskuksen puhelinpalvelussa terveydenhuoltoalan ammattilainen neuvoo ja ohjaa terveyteen sekä sairauteen liittyvissä asioissa. Katso oman kuntasi sote-keskuksen yhteystiedot oppaan alkusivuilta

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 uusida eri tavoin:

Kirjautumalla Omakantaan tai

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

Päijät-Hämeen hyvinvointialueen Päijät-Sote-sovelluksen digiklinikka

Etävastaanotolla hoidetaan oireita, jotka eivät vaadi fyysistä tutkimusta.

Voit ladata Päijät-Sote-sovelluksen maksuttomasti mobiililaitteellesi sovelluskaupasta (Google Play, AppStore) tai asioida internet-selaimen kautta osoitteessa: pajatsote.suomisote.fi

Huom! Digiklinikka toimii kaikissa muissa Päijät-Hämeen kunnissa paitsi Sysmässä.

Suun terveydenhuolto

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

Palvelussa on käytössä takaisinsoittopalvelu.

Keskitetty hammashoidon ajanvaraus arkipäivisin klo 8-15 (takaisinsoittopalvelu)

Asikkala ja Padasjoki puh. 03 880 2842

Orimattila puh. 03 819 4280

Heinola puh. 03 849 4369

Hollola puh. 03 880 2250

Sysmä puh. 044 494 2569

Hartola, Iitti, Kärkölä ja Lahti puh. 040 688 8675

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

Hoitotarvikkeet

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

Hoitotarvikejakelu Päijät-Hämeen hyvinvointialue

Tilaus Puh. 044 416 3149 (takaisinsoittopalvelu)

Aukioloajat ma-ke 8-14, to 8-12

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

www.paijatha.fi/palvelut-ja-hoitoon-hakeutuminen/terveyspalvelut/hoitotarvikejakelu/

Tilatut hoitotarvikkeet noudetaan oman kunnan sote-keskuksen palvelupisteeltä. Katso oman sote-keskuksesi yhteystiedot oppaan alusta.

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 tuottavat:

Ettonet

Puh. 03 781 7996 · info@ettonet.fi · www.ettonet.fi
(Heinola, Lahti)

SiRaKe Oy

Puh. 044 292 0079
(Hollola, Lahti, Kärkölä, Heinola, Orimattila, Hartola, Iitti)

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

Päijät-Hämeen hyvinvointialueen apuvälinekeskus keskitetty ajanvaraus ja neuvonta

Puh. 044 482 3215 klo 7.30–14.00 (takaisinsoittopalvelu)

Sysmän apuvälinekeskus, Puh. 044 494 2579 (soittoaika fysioterapeutille ma-to klo 8-9)

Kuulon- ja näkemisen apuvälineet

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

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

Hämeen mielenterveys ry

MIELI Kriisikeskus Lahti ja MIELI Kriisikeskus Hämeenlinna tarjoavat lyhytkestoista keskusteluapua aikuisille erilaisissa vaikeissa elämäntilanteissa. Tapaamisia kriisityöntekijän kanssa on 1-5 asiakkaan tilanteesta ja tarpeesta riippuen.

Rautatienkatu 19 B (Lanun aukio), 3.krs. (ovisummeri 53)

Voit varata ajan Kriisikeskukseen sähköisen ajanvarauksen kautta <https://www.mielenterveysseurat.fi/lahti/mieli-kriisikeskus-lahti/>

Mikäli et löydä sopivaa aikaa tai haluat, että sinulle soitetaan ajan varaamiseksi, voit jättää yhteydenottopyynnön osoitteeseen toimisto@lahdenkriisikeskus.fi. Ilmoitathan puhelinnumerosi, niin soitamme sinulle. Kerrothan myös, että toivot tapaamisaikaa Lahden Kriisikeskukseen.

Ma-pe klo 9–16 (sovittavissa myös klo 16 jälkeen)

Valtakunnallinen kriisipuhelin palvelee ympärivuorokautisesti numerossa 09 2525 0111.

Päijät-Hämeen Mielenterveystyön Tuki MIETE ry

Postiosoite: Varikonkatu 20, 15800 LAHTI

Toimisto Puh. 044 489 0022

miete.lahti@gmail.com

www.mietery.fi

Tukea ja toimintaa mielenterveyskuntoutujille.

Päijät-Hämeen mielenterveysomaiset – FinFami ry

Kumppanuustalo Fellmannia, Kirkkokatu 27 (5.krs), 15140 Lahti

Puh. 040 704 9913 (ma-to klo 9-15, pe klo 9-12),

toimisto@finfamipaijathame.fi

www.finfamipaijathame.fi

Päijät-Hämeen mielenterveysomaiset – FinFami ry:n vaikuttamistyön tavoitteena on edistää mielenterveysomaisten hyvinvointia ja oikeuksien toteutumista. FinFami Ry tukee mielenterveysomaisten ja -omaishoitajien sekä heidän perheidensä hyvinvointia antamalla tietoa, tukea ja toivoa.

- Omaisneuvonta
- Ryhmätoiminta
- Tapahtumat
- Valtakunnalliset verkko- ja etäryhmät

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

A-klinikkasäätiö/Päihdelinkki

www.paihdelinkki.fi

Päihdelinkki -verkkopalvelu tarjoaa tietoa ja tukea päihteistä ja riippuvuuksista. Päihdelinkistä löytyy kattavan tietopankin lisäksi testejä, oma-apusältyjä, 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. Paikkakunnittain kokoontuvista ryhmistä saat lisätietoa nettisivulta www.lahdenalueenaa.fi

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

NA nimettömät narkomaanit

Puh. 050 307 7597 (klo 18–20 ma-to, la ja su) · www.nasuomi.org

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

Muistisairaiden palvelut

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

YHDISTYSTEN TARJOAMAT PALVELUT

Päijät-Hämeen Muistiyhdistys ry

www.ph-muistiyhdistys.fi

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

Toimistollamme voi asioida ilman ajanvarausta maanantaisin klo 9–13, muina aikoina erillisin ajanvarauksin.

Toimisto Puh. 03 735 1681 (arkisin klo 9–15 välillä)

toimisto@ph-muistiyhdistys.fi

Muistiyhdistys tarjoaa tietoa, tukea ja toimintaa alueen muistisairauteen sairastuneille ja läheisille.

Muistiliitto ry

www.muistiliitto.fi

Muistineuvo-tukipuhelin, Puh. 09 876 6550

maanantaisin, tiistaisin ja torstaisin klo 12–17

Tarjoaa muistisairauksiin liittyvää ohjausta ja neuvontaa. Puhelimessa vastaavat muistialan ammattilaiset.

Vertaislinja-tukipuhelin

Puh. 0800 9 6000 (maksuton)

Tukea muistisairaiden läheisille, vastaajina kokeneet omaishoitajat

Terveystenhuollon asiakasmaksukatto

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

Mikäli asiakkaalla on pelkästään Päijät-Hämeen hyvinvointialueen maksuja, ei erillistä vapaakorttihakemusta tarvita. Laskutusjärjestelmä huomioi asiakasmaksujen kertymän ja maksukaton täytyttyä laskutus tapahtuu maksukaton jälkeisellä hinnalla.

Mikäli on käyttänyt Päijät-Hämeen hyvinvointialueen ulkopuolisia terveyspalveluita, tulee käyttäjän itse seurata maksukaton täyttymistä ja hakea vapaakortti. Vapaakorttihakemuksia saa terveysasemilta, vuodeosastoilta ja poliklinikoilta, laskutiimiltä sekä internetsivulta www.paijatha.fi/asiointiopas/asiakasmaksut/

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

Maksukaton täyttymisen jälkeen asiakasmaksut laskutetaan asiakasmaksuhinnaston maksukaton täyttymisen jälkeen -kohdan mukaisesti. Esimerkiksi poliklinikkakäynnit ja päiväkirurgiset toimenpiteet ovat maksuttomia kalenterivuoden loppuun asti.

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

Vapaakorttihakemuksen palautus:

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

Osoite:

Päijät-Hämeen hyvinvointialue
laskutiimi, vapaakortit
Keskussairaalankatu 7
15850 Lahti

Tarvittaessa lisätietoja Puh. 03 819 3999 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. Korvausta voi myös hakea jälkikäteen puolen vuoden ajan.

MUITA SOSIAALIPALVELUJA

Gerontologinen sosiaalityö

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

Yhteydenotot Ikääntyneiden palveluneuvonnan kautta.

Sosiaalihuollon ohjaus ja neuvonta

Puh. 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

Avoimna arkisin klo 9–12 ja 13–15

Puh. 044 018 7045

www.paijatha.fi

65 vuotta täyttäneen varhainen tuki

Varhainen tuki on tarkoitettu 65 vuotta täyttäneille henkilöille, jotka eivät ole säännöllisten sosiaali- ja terveystalvelujen piirissä. Toiminnan tarkoitus on tukea ikääntyneen mielekästä arkea ja osallisuutta sekä löytää oikeita palveluita. Toiminta on maksutonta.

Lisätietoa saa Ikääntyneiden palveluneuvonnasta, puh. 044 482 5050

(Palvelupiste arkisin klo 9.00–15.00, puhelinpalvelu arkisin klo 8.00–15.00)

LIKKUMISTA TUKEVAT PALVELUT

Kunnan palveluliikenne

Asikkalan kunnan palveluliikenne

Asikkalassa toimii kunnan sisäisesti palveluliikennettä. Palveluliikenne on avointa joukkoliikennettä ja niissä voi matkustaa kuka tahansa. Auto tulee kutsusta vanhuksen tai vammaisen kotiovelle ja vie asiakkaat reitin toiminta-alueella niin lähelle asiointipaikkaa kuin on teknisesti mahdollista. Palveluliikenne toteutetaan oppilaskuljetusten yhteydessä.

Kysy aikatauluja, rajoitettu määrä paikkoja päivittäisiin kuljetuksiin.

Kalkkinen, Särkijärvi ja Mustjärvi alue p. 050 5430278, Urajärven ja Vesivehmaan suunta p. 050 3385791, Muut alueet, p. 044 778 0231 (Koulutoimisto)

Lisätietoa www.asikkala.fi/asuminen-ja-ymparisto/joukko-ja-palveluliikenne/

Heinola / Palvelubussi Kulkunen

Kuljettaja / auto puh. 050 323 3639

Palvelubussi Kulkunen on helpompi tapa liikkua. Matalan lattiansa ansiosta bussiin on helppo nousta ja poistua.

Palveluliikenne on avointa joukkoliikennettä, ja bussissa voi matkustaa kuka tahansa. Auto tulee kutsusta vanhuksen tai vammaisen kotiovelle ja vie asiakkaat reitin toiminta-alueella niin lähelle asiointipaikkaa kuin on teknisesti mahdollista.

Palvelubussi Kulkusen aikatauluesitteen löydät kirjastosta, Kulkusen kyydistä tai Asiakaspalvelupiste Spotista.

Heinola / Kutsutaksi

Kutsutaksitoiminta on matkustajien tilaamaa palveluliikennettä. Kutsutaksi-reitit ajetaan haja-asutusalueilla, ja monella kylällä se onkin ainoa järjestetty joukkoliikenteen muoto. Kutsutaksit palvelevat tarvittaessa kotiin asti ja korvaavat tehokkaasti puuttuvat linja-autovuorot.

Lisätietoa www.heinola.fi/asuminen-ja-ymparisto/joukkoliikenne/ tai liikennesuunnittelijalta puh. 044 735 0056

Hollola / Palveluliikenne Hoppa

Palveluliikenne Hoppa on tarkoitettu ensisijaisesti niille erityisryhmille, jotka eivät pysty käyttämään kaikille avointa linjaliikennettä vaihtoehtoksi esim. kauppa- ja terveyspalveluiden hoitamiseen.

Kuljetus tarjoaa esteettömän liikkumismahdollisuuden ovelta ovelle ja kuljettaja auttaa tarvittaessa ostoskassien kanssa. Hoppa tarjoaa kulkuyhteyksiä kunnan eri alueilta palveluiden lähelle.

Tilaukset Salpakankaan ja Vesikansan alue:

Puh 044 780 1233, samalle päivälle klo 8.30-8.50 välisenä aikana, muille päiville ma-to klo 8.30-16, pe 8.30-15

Hämeenkosken alue:

Puh. 050 308 6964, ti 9-15, to-pe 9-15

litin kunnan palveluliikenne

litin kunnan palveluliikenne 2024-2026. Soita ja varaa matka edellisenä päivänä, maanantain matkat varattava edellisellä viikolla.

Koulujen lomapäivinä varattava matka edellisenä päivänä klo 10:00 -14:00 välisenä aikana! Maanantain matkat edellisellä viikolla.

Tilaukset:

Koulupäivinä

puh. 045 775 03126

Vuolenkosken palveluliikenne puh. 041 804 2246

Koulujen loma-aikoina

Puh. 045 775 02149

Kärkölä / Omppukyyti

Soita satunnaisesta kyydin tarpeestasi (mahdollisuuksien mukaan jo edellisenä päivänä) numeroon 044 245 4357 kuljettajalle. Ilmoita tähän numeroon myös peruutukset.

Aikataulut: www.karkola.fi/palvelut/muut-palvelut/liikenne/

Lahti / Lempi-liikenne

Lempi-liikenne on kaikille avointa kutsupohjaista joukkoliikennettä. Palvelussa ei ole ikä- tai kuntoisuusvaatimuksia, eikä käyttämiseen tarvita erillisiä todistuksia tai lupapäätöksiä. Autot liikennöivät omalla reittialueellaan ja tekevät

käyntejä Lahden keskustaan viikon jokaisena arkipäivänä klo 8-12 ja 13-17. Vuorot ajetaan esteettömällä kalustolla, eli autoissa on invahissi, pyörätuoliluiska tai ramppi ja paikka vähintään yhdelle pyörätuolille sekä useammalle rollaattorille ja kauppakasseille. Autot ovat normaalia kaupunkiliikennekalustoa pienempiä ns. minibusseja.

Maksutapana käyvät Waltti-matkakortti, Waltti Mobiili -sovelluksen mobiililippu, käteinen tai pankkikortin lähimaksu.

LEMPI-linjoilla matka maksetaan LSL:n hinnaston mukaan.

Kyyti tilataan soittamalla ennakoon mieluiten edellisenä päivänä tai viimeistään aamulla klo 7–8. Tilausnumero: 033 390 0220. Puhelun hinta on paikallispuhelumaksu/matkapuhelinmaksu (ppm/mpm). Kaikkien linjojen kyydit tilataan samasta numerosta. Puhelinpalvelu on avoinna arkisin klo 7–17.

Nastola / Palveluliikenne Nestori

Palveluliikenne on tarkoitettu kaikille palveluliikennereitistöllä asuville, auto hakee asiakkaan kotiosoitteesta ja kuljettaja voi tarvittaessa auttaa kauppakassin kannossa ulko-ovelle.

Matka tilataan edellisenä päivänä kello 17.00–19.00 tilausnumerosta 050 410 5185. Asiakas voi myös tehdä vakiotilauksen yhdellä puhelulla ja ilmoittaa vain, jos ei ole lähdössä. Peruutus tulisi tehdä tunti ennen matkan alkua.

Orimattilan kaupungin palvelubussi

Palveluliikenne on yleistä joukkoliikennettä eli palvelu on kaikille avointa. Bussi kiertää Orimattilan taajamassa sekä haja-asutusalueella oheisen aikataulun mukaisesti. Liikennettä ajetaan tilataksilla, johon saadaan tarvittaessa tilaa myös lastenvaunuille sekä pyörätuolille.

Bussin voi pysäyttää reitin varrella kättä nostamalla missä tahansa sopivassa paikassa. Keskustassa palvelubussipysäkit ovat näkyvissä linja-autopysäkillä sekä terveyskeskuksessa. Haja-asutusalueella ja soitosta ajettavilla reiteillä kyyti tulee sopia etukäteen soittamalla edellisenä päivänä klo 9-15 suoraan kuljettajalle puh. 044 493 5912. Tarvittaessa kyyti järjestyy näin myös hieman kauempaa runkoreitistä.

Palvelubussi on maksuton Orimattila Areenalle (uimahalli, kuntosali, kuntoportaat jne.) sekä sieltä pois kaikille yli 65-vuotiaille. Ikä on todistettava kuljettajalle kyytiin nousun yhteydessä.

Asiointiliikenne Artjärvi-Orimattila

Liikennettä Artjärven alueella hoitaa Artjärven Taksipalvelu Helena Holma. Asiointitarve ilmoitetaan puhelinnumeroon 040 760 2108 tai sähköpostiin helenan.taksi@hotmail.com edellisenä päivänä.

Padasjoki / Asiointilinjat

Asiointitaksit ovat kaikille avoimia joukkoliikennepalveluita maaseutualueilla. Padasjoen alueella toimii 6 asiointitaksireittiä kutsutaksiperiaatteella (tilattava puhelimitse).

Kyytitilaukset ja lisätiedot reiteistä suoraan taksiasemalle edellisenä arkipäivänä klo 15.00 mennessä puh. (03) 551 2253.

Reitit: www.padasjoki.fi/elinvoima-ja-tyollisyys/joukkoliikenne

Sysmän kunnan järjestämä kutsuohjattu joukkoliikenne

Kutsutaksi on kaikille avointa palveluliikennettä. Ilmoittautuminen kyytiin tulee tehdä viimeistään edellisenä päivänä klo 16 mennessä soittamalla kyseistä reittiä ajavalle autoilijalle. Ajettava reitti ja tarkempi aikataulu määräytyvät kuljetukseen tulossa olevien mukaan. Lisätietoja saa kunkin reitin osalta sitä ajavalta liikennöitsijältä.

Liikennöitsijät:

Järvisen liikenne puh. 044 728 0751

Samuli Haarasilta puh. 0400 494 696

Lisätietoa ja aikataulut: www.sysma.fi/joukkoliikenne/

Sosiaalihuoltolain mukainen kuljetuspalvelu

Sosiaalihuoltolain mukainen liikkumista 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 bruttotulojen ja varallisuuden määrään sekä palvelutarpeen selvittämiseen. Liikkumista tukevaa palvelua voi hakea vähävarainen henkilö, jolla on suuria vaikeuksia käyttää julkisen liikenteen palveluja tai palvelulinjoja, eikä hakijalla ole mahdollisuutta oman auton käyttöön.

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

Palvelua haetaan kirjallisesti, omalla hakemuksella. Hakemus löytyy

Päijät-Hämeen hyvinvointialueen verkkosivuilta www.paijatha.fi

Vammaispalvelulain mukainen kuljetuspalvelu

Vammaispalvelulain mukainen kuljetuspalvelu on tarkoitettu vaikeavammaille 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 sekä tulostettavana että sähköisenä Päijät-Hämeen hyvinvointialueen verkkosivuilta www.paijatha.fi

Kela-taksi

Päijät-Hämeen tilausvälityskeskusten tilausnumerot:

Puh. 0800 051 60/ Suomen Lähilogistiikka Oy

Puh. 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).

TOIMEENTULO JA OIKEUDELLINEN APU

Asuntojen korjausavustukset ja -muutostyöt

Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus (ARA)

Puh. 029 525 0818 (lääkäiden ja vammaisten korjausavustus) ti 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 vammainen henkilö.

Vanhustyön keskusliiton korjausneuvonta

Vanhustyön Keskusliitto ry/

Korjausneuvoja

Puh. 0500 494 766 · Askonkatu 9 C 213, 15100 Lahti

www.vtkl.fi

Vanhustyön keskusliiton korjausneuvonta on asuntojen korjaus- ja muutostarpeiden arviointia ja korjausten edistämisen sekä avustusten hakemisessa auttamista yli 65-vuotiaille. Yleisimpiä ikääntyneiden asuntoihin tarvittavia korjauksia ovat pesutilojen muutokset sekä erilaiset esteettömyyttä parantavat muutostyöt. Rakenteiden ja järjestelmien huonokuntoisuus aiheuttaa myös yleistä peruskorjaustarvetta.

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

Kodin muutostyöt vaikeavammaisille

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

Muutostöitä haetaan vammaispalveluhakemuksella. Hakemus löytyy osoitteesta www.paijatha.fi

Lisätietoa vammaispalveluista Sosiaalihuollon ohjaus ja neuvonta, arkisin klo 9–15, Puh. 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 säilytetäväksi. 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 www.oikeus.fi

Suomen muistiasiantuntijat www.sumut.fi Miten turvaan toteutumisen tahtoni? Opas oikeudelliseen ennakointiin. Suomen muistiasiantuntijat ry:n julkaissut 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 Digi- ja väestötietovirastosta.

Digi- ja väestötietovirasto

Valtakunnallinen palvelunumero: 029 553 6256 (ma–pe klo 9–15)
Kirkkokatu 12 B, 15140 Lahti (Avoimna ajanvarauksella ti, ke ja pe klo 9-16
sekä ke ja pe ilman ajanvarausta klo 9-12.)
www.dvv.fi/holhous

Päijät-Hämeen edunvalvontatoimisto

Asiakaspalvelu Puh: 029 565 2700 (ma - pe klo 8–16.15)
Kirkkokatu 12 A, 5.krs., 15140 Lahti

Kela

Voit asioida verkossa: www.kela.fi/henkiloasiakkaat tai soittaa Kelaan, avoimna arkisin klo 9–16. Paikallisverkkomaksu/matkapuhelinmaksu, jonottaminen on maksullista. Jos haluat varata ajan palvelupisteeseen, soita asiaasi koskevaan palvelunumeroon.

Palvelupiste Lahti

Kirkkokatu 12, 15140 Lahti. Arkisin klo 9–12.

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

Eläkettä saavan hoitotuki

Puh. 020 692 205 (Kuntoutus ja vammaistuet)

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

Eläkkeensaajan asumistuki

Puh. 020 692 202 (Eläkkeet)

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

Toimeentulotuki

Puh. 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

Kotitalousvähennys

Puh. 029 497 002 (ma-pe klo 9-16.00)

www.vero.fi

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

- Kotitaloustyö; mm. siivous, ruuanlaitto, pyykinpesu, piha- ja lumityöt
- Hoiva- ja hoitotyö; lasten ja vanhusten hoitaminen kotona
- Asunnon kunnossapito- ja peruskorjaustyö
- Tieto- ja viestintätekniiikan 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. Voit tarkistaa rekisteröinnin osoitteessa www.ytj.fi

Arvonlisäverottomat sosiaalipalvelut

Puh. 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-, ruokaostos-, 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 vastuhenkilö, joka vastaa palvelun laadusta

Oikeusaputoimisto

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

Oikeusaputoimisto tarjoaa oikeusapupalveluja erilaisissa oikeudellisissa asioissa kuten testamentti- ja perunkirjoitusasioissa, velallisen ja velkojan tai takaajan oikeusapu asioissa. Vähävaraisille oikeusapu on ilmaista. Muiden on maksettava se osittain itse. Hakijalta perittävät kulut muodostuvat oikeusapumaksusta ja omavastuusuudesta.

Päijät-Hämeen oikeusaputoimisto

Puh. 029 566 0640

Kirkkokatu 12 A 5.krs, 15140 Lahti (ma–pe klo 8–16.15)

Heinolan toimipaikka: Rauhankatu 3 A, 2. kerros (vain ajanvarauksella)

Potilas- ja sosiaaliasiovastaava

Puh. 03 819 2504, (ma, ti, to 9-12, ke 9-15), asiavastaavat@pajjatha.fi

- neuvoo potilas- ja asiakaslakien soveltamiseen liittyvissä asioissa
- tiedottaa asiakkaiden ja potilaiden oikeuksista

- kokoaa tietoa potilailta ja asiakkailta tulleista yhteydenotoista
- seuraa, miten asiakkaiden ja potilaiden oikeudet kehittyvät hyvinvointi-alueella
- auttaa muistutuksen tekemisessä
- neuvoo, miten muun muassa kantelu, oikaisuvaatimus ja potilasvahinkoilmoitus voidaan panna vireille toimivaltaisessa viranomaisessa

HARRASTUS- JA VIRKISTYSTOIMINTA

Ruutuystävät

www.ruutuystavat.fi

Projektityöntekijä, Puh. 044 060 6170

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

Lähellä.fi

Sivusto toimii valtakunnallisesti ja alueellisesti ja sen avulla voi etsiä merkityksellistä toimintaa, yhteisöllisyyttä, apua ja osallistumismahdollisuuksia. Palvelu kokoaa järjestöjen ja yhteisöjen tuen, toiminnan ja tapahtumat yhteen osoitteeseen.

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

Asiakaspalvelu, Puh. 03 814 4799 (ma-to klo 10-15),
toimisto@wellamo-opisto.fi
www.wellamo-opisto.fi

Wellamo-opiston opetustarjonnasta löytyy kaikenikäisille suunnattuja kursseja, myös senioreille ja erityisryhmille. Tarjoamme myös maksutonta digineuvontaa yhteistyössä kirjastojen kanssa.

(Lahti, Hollola, Asikkala, Padasjoki, Kärkölä, Orimattila)

Hyvinvointi- ja liikuntapalvelut

Päijät-Hämeen hyvinvointialueen ikääntyneiden hyvinvointiohjaus antaa henkilökohtaista hyvinvointiohjausta terveyttä edistävästä liikkumisesta, ravitsemuksesta ja unesta sekä kuntasi liikuntamahdollisuuksista.

Ohjaus on maksutonta ja tarkoitettu Päijät-Hämeen hyvinvointialueella asuville 65-vuotta täyttäneille.

Ajanvaraus ja lisätiedot:

Terveysliikuntakoordinaattori Heli Hautalahti Puh. 044 769 4203

heli.hautalahti@pajatha.fi

Vastaanotto sovittuna aikana Lahden Palvelutorilla, Kauppakeskus Trio, 2krs., Aleksanterinkatu 18

Kuntien liikuntaneuvonta antaa henkilökohtaista tukea, ohjausta ja neuvontaa terveellisen liikkumisen lisäämiseksi asiakkaan tarpeen mukaisesti. Liikuntaneuvonta on maksutonta ja sen tavoitteena on terveyden ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistäminen. Liikuntaneuvonnasta saat tietoa oman kuntasi liikuntamahdollisuuksista.

Osassa kunnista työskentelee myös senioriohjaaja, joka antaa ohjausta ja neuvontaa arkisissa asioissa sekä tietoa oman kunnan harrastus-, virkistys- ja liikuntamahdollisuuksista. Kts. yhteystiedot alta.

Asikkala

Liikuntaneuvojat, Puh. 044 778 0773, Puh. 044 778 0021

Senioriohjaaja, Puh. 044 778 0030

Hartola / Sysmä

Hartolan ja Sysmän yhteinen liikuntaneuvonta, puh. 044 743 2262

Heinola

Liikuntaneuvonta/terveysliikuntakoordinaattori, Puh. 044 797 6939

Erityisryhmien liikunnanohjaaja, Puh. 050 595 8854

Hollola

Liikuntaneuvojat, Puh. 044 780 1320, Puh. 044 780 1293, Puh. 044 780 1268
Senioriohjaaja, Puh. 044 7801738

Iitti

Liikunnanohjaaja, Puh. 040 483 3990
Senioriohjaaja, Puh. 040 635 3151

Kärkölä

Liikuntahankekoordinaattori, Puh. 044 770 2214
Senioriohjaaja, Puh. 044 770 2232

Lahti

Eläkeläisten ja liikuntarajoitteisten liikuntaryhmät, kuntosalit
Liikuntapalveluvastaava, Puh. 050 383 6473
Liikunnanohjaajat, Puh. 044 416 3299, Puh. 050 383 6471, Puh. 040 820 0811

Orimattila

Liikuntaneuvojat, Puh. 044 781 3928, Puh. 040 837 5095
Senioriohjaaja, Puh. 044 781 3991

Padasjoki

Liikuntakoordinaattori, Puh. 044 720 2070

Kohtaamispaikat

ASIKKALA

Seniorikeskus Olo Oltermannissa on esteetön kohtaamispaikka ikääntyville eläkeläisille. Erilaista toimintaa, tapahtumia, lounasravintola Mylläri, kuntosali Puhti ja kunnan senioripalvelut.

Senioriohjaaja 044 778 0030, Terveystie 1c, 17200 Vääksy

Asikkalan seurakunta

Maijan kammari on kaikkien asikkalalaisten yhteinen olohuone, joka sijaitsee keskellä Vääksyä os. Rusthollintie 4. Kammarille on helppo tulla, koska se on entinen katutasossa oleva liikehuoneisto. Maijan kammari on matalan kynnyksen kohtaamispaikka, jossa voi tavata ihmisiä, nauttia pöydän antimista, lukea päivän lehteä ja osallistua monipuoliseen viikkotoimintaan. Maijan kammarilla voit tavata myös diakoniatyöntekijän.

HARTOLA

Juttutupa-toiminta Hartolan terveysasemalla kerran viikossa, tiistaisin klo 14–16. Juttutuvassa pääosassa ovat rento jutustelu ja yhdessäolo, ja lisäksi mukana on monipuolisesti teemallista sisältöä. Juttutupa toimii vapaaehtoisvoimin, ja pienen kahvitarjoilun Juttutupa tarjoaa Hartolan kunta.

Ilona ja Toivo-kerho

Ilona ja Toivo-kerho kokoontuu kerran kuukaudessa keskiviikkoisin klo 10.30–12.45 Hartolan seurakuntatalolla. Alkuhartaus, kanttorin musiikkihetki, monipuolista ohjelmaa ja liikuntaneuvojan pitämä tuolijumppa. Lounas klo 12, 6€. Järjestäjänä Tainionvirran seurakunta.

HEINOLA

Jyränkölän Setlementti ry

www.jyrankola.fi/vapaaehtoistyö

Erilaisia harraste- ja keskusteluryhmiä, avoimet kohtaamispaikat, vapaaehtoistyön avunvälitystä, Kämmen- ruoka-apu.

Kohtaamispaikoilla järjestetään yhdessä alueen asukkaiden kanssa toimintaa, joihin sinäkin voit osallistua.

Tuttiksella ja Mustikkatuvalla voit kahvitella ja jutustella päivän kuulumiset. Erilaisista tapahtumista, myyjäisistä ja koulutuksista tiedotetaan Jyränkölän toimipisteiden ilmoitustauluilla, nettisivuilla, Itä-Hämeen menot- palstalla.

- Tuttis
Kaivokatu 16, Puh. 044 797 2429 ja 044 797 2452
Avunvälitys arkisin klo 8-12 numerosta 044 797 2429
- Mustikkatupa
Marjatie 14 A, Puh. 044 797 2427

HOLLOLA

Hollolan palvelutaloyhdistys Huili ry

Terveystie 25, 15870 Hollola
www.huili.fi

Palvelutalo Huili toimii ikäihmisten kohtauspaikkana liikunnan, ruokailun, kahvittelun ja muun seurustelun merkeissä. Palvelutalon tiloissa sijaitsee myös lounasravintola.

Hollolan seurakunta, Missiokammari

Rakentajantie 8, 15870 Hollola, Puh. 044 5246296
www.hollolanseurakunta.fi,

Aukiolo toimintakaudella ma, ke, pe klo 10-13.

Missiokammari toimii kaikenikäisten kiireettömän yhdessäolon kohtaauspaikkana.

Hollolan seurakunta järjestää eläkeikäisten kerhoja, joita vetävät koulutetut vapaaehtoiset ja diakoniatyöntekijät. Ohjelmassa mm. Yhdessäoloa, keskustelua, ohjelmatuokioita ja hartaushetkiä. Osassa kerhoista tarjokka päiväkahvi. Lisätietoa: Diakoniatyöntekijä, puh. 044 524 6184

Hämeenkosken kerhoista saa lisätietoa diakoniatyöntekijältä puh. 044 524 6187

Ystävänkulma

Keskustie 29, 16800 Hämeenkoski

Vapaaehtoistyön keskuspaikka kirkonkylän keskustassa. Näyttelyitä, pienryhmätoimintaa, avoimet ovet ja teematapahtumia. Avoinna maanantaisin ja tiistaisin sekä torstaisin ja perjantaisin klo 10-13. Perjantaisin on tarjolla puuroa tai soppaa.

IITTI

Turinatupa

Turinatupa miehille kokoontuu aina maanantaisin seurakuntakeskuksen neuvottelutilassa. Kahvin ja hartauden jälkeen pohdimme niin hengellisiä kuin ajankohtaisiakin aiheita. Siunauksen saattamina lähdemme kohti arjen haasteita.

Kahvitupa

Lähetyksen Kahvitupa osoitteessa Kauppakatu 16 on avoinna tiistaisin klo 11-13 ja perjantaisin klo 12-15 sekä markkinatiistaisin klo 9.30-13. Lisäksi kuukauden 1. tiistaina on markkinahartaus klo 10. Tervetuloa kahville, juttelemaan hetkeksi, huokaisemaan tai vaikka lukemaan Lähetysseuran Lähetyssanomaa. Siellä on myös myynnissä kortteja ja adresseja. Kahvituvalla järjestetään myös mm. rukouspiiriä ja neulekahvilaa.

Lisätietoa: litin seurakunta/Kirkkoherranvirasto, Puh. 040 848 4323

KÄRKÖLÄ

Mummonkammarin laulutuokio

Mummonkammari kokoaa yhteen laulamista kiinnostuneet seniori-ikäiset ihmiset yhteislaulun ja kahvittelun merkeissä. Laulutuokio kokoontuu toimintakaudella torstaisin klo 13–14.30 Kärkölen seurakuntakeskuksessa.

Senioritupa Raita

Virkatie 3, 16600 Järvelä

Seniorituvalla järjestetään erilaista toimintaa ja tapahtumia ikääntyneille.

LAHTI

Bedan pirtti

Rakokiventie 10, 15550 Nastola, Puh. 050 412 7021 (diakoniatyöntekijä)

Kaikenikäisille avoin kohtaamispaikka. Erilaista toimintaa ja yhdessäoloa. Tarjolla on kahvia ja pientä purtavaa. Ohjelmassa on keskiviikkoisin Avoimet ovet klo 10-13 ja perjantaisin Bedan puuroperjantai klo 9.30-11.

Hyvinvointikeskus Wanha Herra / Lahden Vanhusten asuntosäätiö sr

Laaksokatu 17, 15140 Lahti

www.lvas.fi

- Toimintakeskus, jossa on kokoontumistiloja talon asukkaille ja yleishyödylliseen toimintaan
- Ravintola/ruokailutilat (mm. lounas, kahvila, ateriapalvelu, juhlat, kokoukset)
- Virkistys- ja harrastustoimintaa mm. liikuntaryhmiä, fysioterapia, jalkahoito, parturi-kampaamo

Harjulan Setlementti Ry

Harjulankatu 7, Lahti

Puh. 050 563 0158, <https://harjulan.fi/>

- Erilaista harrastustoimintaa, liikuntaryhmiä, toimintakykyryhmiä
- Harjulakeskuksessa myös ravintolapalvelut (mm. ateriapalvelu, kahvila, juhlat, kokoukset)

Lahden Lähimmäispalvelu ry

Lahden Lähimmäispalvelu ry Laaksokatu 15, 15140 Lahti

Toiminnanjohtaja, Puh. 050 340 2746

Ikäihmisten vapaa-ajantoiminta Projektikoordinaattori, Puh. 050 431 9937,
Projektityöntekijä, Puh. 050 448 1202 (Kiinni elämässä- toiminta), Projekti-
työntekijä, Puh. 050 441 4624 (Liikkuva senioripiste), Yksilöllinen vanhustyön-
tekijä, Puh. 050 574 8530
www.lahdenlahimmaispalvelu.fi

Järjestää ryhmätoimintaa, kaupunginosakerhoja, vierailuja ja retkiä ikäihmisil-
le.

- **Lyylin Tupa**

Ikäihmisten matalan kynnyksen kohtaamispaikka Lyylin Tupa sijaitsee Kauppakeskus Trion pohjakerroksessa. Avoinna keskiviikkoisin klo 13-15 ja perjantaisin klo 9-11.

Toimintaa ja vapaamuotoista yhdessäoloa, paikalla aina Lahden Lähim-
mäispalvelun vapaaehtoisia. Satunnaisesti järjestettyä ohjelmaa kuten
tuolijumppaa tai bingoa.

- **Kaupunginosakerhot**

Lahden Lähimmäispalvelun ikääntyneille suunnattua maksutonta ryhmä-
toimintaa eri puolilla kaupunkia. Kaupunginosakerhoihin ei ole ennakkoil-
moittautumista. Muutokset ovat mahdollisia.

- **Liikkuva senioripiste**

Liikkuvalla senioripisteellä kohdataan ikääntyneitä heidän omassa asui-
nympäristössään. Pisteellä saa tietoa hyvinvointialueen, kuntien ja järjes-
töjen palveluista sekä eri tahojen tarjoamista vinkeistä ja vapaaehtoisto-
iminnan mahdollisuuksista. Tarjolla on monipuolista ohjausta ja neuvontaa
mielekkään ja merkityksellisen elämän tueksi.
Lisätietoa, Puh. 050 441 4624

Lahden seurakuntayhtymä Marian Kamhari

Marian Kammarin kahvila

Vapaudenkatu 6, 15110 Lahti, Puh. 044 719 4652

Avoimma ma–pe klo 9.30–15 (markkinapäivinä, kuukauden ensimmäinen keskiviikko, avoimma 9-15)

www.lahdenseurakunnat.fi

- Kaikille avoin kohtaamispaikka

Lisäksi Marian Kammarilta voi tilata Marian Leijonia tai LiikuntaYstäviä ensisijaisesti lahtelaisille yksin asuville vanhuksille tai vammautuneiden kotona asumisen tueksi. Miesapu Marian Leijonat auttavat ns. kodin miesten töissä. Palvelu on toteutettu vapaaehtoistyönä.

Puh. 044 719 1254 (tilaukset maanantaisin ja torstaisin klo 10-14).

Lisätietoa: www.lahdenseurakunnat.fi/apua-ja-tukea/avustaja-ja-ystavatoiminta

Nastolan seurakunta, Eläkeläisten tiistai - Nastapäivä

Immiläntie 2, 15560 Nastola, Puh. 040 481 8320 (diakoniatyöntekijä)

www.lahdenseurakunnat.fi/nastolan-seurakunta/diakoniaty/vanhustyo

Kaikille avoin Eläkeläisten tiistai -Nastapäivä, kokoontuu seurakuntatalolla joka toinen tiistai klo 10.30-12.30. Alussa on yhteinen hartaushetki, jonka jälkeen noin 45 min mittainen ohjelma ja lopuksi yhteinen lounas. Lounaan hinta 5.50 €.

Monitoimikeskus Takatasku

Huovilankatu 4, 15100 Lahti, Puh. 03 781 9919

www.takatasku.net

- Monipuolista ryhmätoimintaa, kahvila ja lounasruokala

Mukkulan Toimintakeskus

Ritaniemenkatu 10, 15240 Lahti Puh. 044 251 4796

www.mukkulan-toimintakeskus.webnode.fi/

Monipuolisia tapahtumia sekä toimintaa ja yhteisöllisyyttä

ORIMATTILA

Orimattilan seurakunta

Anninkammari

Erkontie 26, 16300 Orimattila

Avoimma ke-to klo 12-14

Anninkammarilla kokoontuu viikoittain useampia seurakunnan toimintaryhmiä.

PADASJOKI

Padasjoen Olkkari

Keskustie 21, 17500 Padasjoki

Padasjoen Olkkarin seurakuntalaisten matalan kynnyksen kokoontumistilana ja sen tarkoituksena on mm. yksinäisyyden poistaminen ja syrjäytymisen estäminen.

Olkkarissa järjestetään kaikennäköistä seurustelua, pullakahveja, tietokilpailuja yms.

Tumppupiiri käsityökerho

neulojille ja muille käsitöiden ystäville parillisen viikon maanantaisin klo 13-15 Padasjoen pappilassa. Lisätietoja: Diakoniatyöntekijä, Puh 040 749 0037.

SYSMÄ

Ida ja Olavi -kerho

Ida ja Olavi -kerho kokoontuu kerran kuukaudessa torstaisin klo 10.30-12.45 Olavin Toimintakeskuksen Nuotta-salissa. Alkuhartaus, kanttorin musiikkihetki, monipuolista ohjelmaa ja tuolijumppa. 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.

Lahden Diakoniasäätiö sr /

KotiKummit-toiminta / Särö vapaaehtoistoiminta

Puh. 040 182 9782, www.dila.fi/

Tukea ja iloa arkeen lahtelaisille ja hollolalaisille yli 60-vuotiaille kotihoidon ikäihmisille.

(Lahti, Hollola)

PalveluSantra ja Omanoloinen Arkielo -hanke

Puh. 044 739 2304 (Omanoloinen ja Veteraanikummi) Puh. 044 739 2312 (Kuntokummi)
toimisto@omanoloinen.fi

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

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

Suomen Punainen Risti / Hämeen piiri

www.piiirit.punainenristi.fi/Punainen-Risti-Hameen-piiri/
Piiritoimiston palvelunumero, Puh. 040 809 6852 (ma-to klo 12-16).

Ystävätoimintaa, vapaaehtoistehtäviä.

Lisätietoa paikallisosastoista ja toiminnasta ylläolevien yhteystietojen kautta.

Hämeen Martat

Marttaliiton keskustoimisto, Puh. 050 511 8002 (arkisin 9-15)
Kotitalousneuvonnan puhelin, Puh. 050 430 6520 (arkisin klo 12-15, to klo 12-17)

Martat on kotitalousneuvontaa antava kansalaisjärjestö. Toimimme sen puolesta, että kaikilla ihmisillä, kaikenlaisissa kodeissa, olisi hyvä olla. Teemoina mm. kotitalous ja kodinhoito, puutarha, ruoka, hyvinvointi. Lisätietoa mm. paikallisista yhdistyksistä: www.martat.fi/hame/

Eläkeläisjärjestöt

Eläkeläisjärjestöt tarjoavat monipuolista toimintaa ja tapaamisia. Lisätietoja järjestöjen toiminnasta saat järjestöjen nettisivuilta ja puheenjohtajilta. Kts. yhteystiedot alla.

ASIKKALA

Asikkalan Eläkkeensaajat ry

www.asikkala.elakkeensaajat.fi
Puheenjohtaja, Puh. 050 530 8946, terttu.makinen@gmail.com

Eläkeliiton Asikkalan yhdistys ry

www.elakeliitto.fi/yhdistykset/asikkala
Puheenjohtaja, Puh. 040 527 3352, halinalle@phnet.fi

Asikkalan kansalliset seniorit ry

www.asikkala.senioriyhdistys.fi

Puheenjohtaja, Puh. 040 766 7598, unto.kangas@untokangas.fi

HARTOLA

Eläkeliiton Hartolan yhdistys ry

www.elakeliitto.fi/yhdistykset/hartola

Puheenjohtaja, Puh. 040 512 3278, paivi.olkkonen1@gmail.com

Hartolan kansalliset seniorit ry

www.hartola.senioriyhdistys.fi

Puheenjohtaja, Puh. 0500 420 347, hartola.seniorit@gmail.com

Hartolan Eläkkeensaajat ry

www.hartolan.elakkeensaajat.fi/

Puheenjohtaja, Puh. 040 706 8041, r.g.riski@gmail.com

HEINOLA

Heinolan Eläkeläiset ry

www.heinolanelakelaiset.com

Puheenjohtaja, Puh. 041 486 5099, heikki.j.suomies@gmail.com

Heinolan Eläkkeensaajat ry

www.heinolan.elakkeensaajat.fi

Puheenjohtaja, Puh. 040 540 1144, riitta.i.lehtinen@gmail.com

Heinolan Seniorit ry

www.heinola.senioriyhdistys.fi/

Puheenjohtaja, Puh. 040 706 3508, tuula.h.ylitalo@gmail.com

Eläkeliiton Heinolan yhdistys

www.elakeliitto.fi/yhdistykset/heinola

Puheenjohtaja, Puh. 040 534 3252

HOLLOLA

Hollolan kansalliset seniorit ry

www.hollola.senioriyhdistys.fi/

Puheenjohtaja, Puh. 050 490 6199, hollola.seniorit@gmail.com

Eläkeliiton Hollolan yhdistys ry

www.elakeliitto.fi/yhdistykset/hollola
Puheenjohtaja, Puh. 050 918 1547

Salpakankaan Eläkeläiset ry

www.salpakankaanelakelaiset.wordpress.com
Puheenjohtaja, Puh. 044 554 2402

Hollolan Eläkkeensaajat ry

www.hollola.elakkeensaajat.fi/
Puheenjohtaja, puh. 050 350 7025, tuominenriitta5@gmail.com

Hämeenkosken Eläkkeensaajat ry

Puheenjohtaja Puh. 03 764 1458, 040 702 3483
maijaliisa.siren@phnet.fi

Eläkeliiton Hämeenkosken yhdistys

www.elakeliitto.fi/yhdistykset/hameenkoski
Puheenjohtaja, Puh. 040 751 1556

IITTI

Eläkeliiton Iitin yhdistys

Puheenjohtaja, Puh. 040 518 4214, eijataavila@gmail.com
www.elakeliitto.fi/yhdistykset/iitti

KÄRKÖLÄ

Eläkeliiton Kärkölän yhdistys ry

www.elakeliitto.fi/yhdistykset/karkola
Puheenjohtaja, Puh. 040 750 2182, ulla.ylostalo@gmail.com

Kärkölän kansalliset seniorit ry

www.karkola.senioriyhdistys.fi
Puheenjohtaja Puh. 050 092 6868, risto.salonen@phnet.fi

LAHTI

Eläkeliiton Lahden yhdistys ry

www.elakeliitto.fi/yhdistykset/lahti
Puheenjohtaja, Puh. 040 720 2467, jukkaomustonen@gmail.com

Lahden Eläkeläiset ry

www.lahdenelakelaiset.com

Puheenjohtaja, Puh. 044 323 6280, vuokkokautto@gmail.com

Lahden Eläkkeensaajat ry

www.lahden.elakkeensaajat.fi

Puheenjohtaja, Puh. 045 346 7333, seppo.hayrinen@elisanet.fi

Lahden Kansalliset Seniorit ry

www.lahti.senioriyhdistys.fi

Puheenjohtaja, Puh. 040 778 8519, lahden.kansalliset.seniorit@gmail.com

Lahden Kristilliset Eläkeläiset ry

www.krell.fi

Puheenjohtaja, Puh. 041 460 3152, sakari.valkama@gmail.com

Lahden Seudun varhaiseläkeläiset ry

www.lasvel.fi

Puheenjohtaja, Puh. 040 750 4456

Nastolan eläkkeensaajat ry

www.nastola.elakkeensaajat.fi

Puheenjohtaja, Puh. 040 825 5880, anjarosendahl10@gmail.com

Eläkeliiton Nastolan yhdistys

www.elakeliitto.fi/yhdistykset/nastola

Puheenjohtaja, Puh. 044 2508002, tuija1anneliniemi@gmail.com

ORIMATTILA

Eläkeliiton Orimattilan yhdistys

www.elakeliitto.fi/yhdistykset/orimattila

Puheenjohtaja, Tiedottaja, Puh. 050 345 3737, keijovilander@gmail.com

Orimattilan Eläkkeensaajat ry

<https://orimattilan.elakkeensaajat.fi/>

Puheenjohtaja, puh. 040 514 0034, erkkijuhani47@gmail.com

PADASJOKI

Eläkeliiton Padasjoen yhdistys ry

www.elakeliitto.fi/yhdistykset/padasjoki
Puheenjohtaja, Puh. 0400 318 541

Padasjoen Seniorit ry

www.padasjoki.senioriyhdistys.fi
Puheenjohtaja, Puh. 040 743 3010, tarja.arola@pp2.inet.fi

SYSMÄ

Sysmän Eläkeliitto

www.elakeliitto.fi/yhdistykset/sysma
Puheenjohtaja, puh. 040 821 1312, sysmanel@gmail.com

Sysmän Eläkkeensaajat ry

www.sysman.elakkeensaajat.fi
Puheenjohtaja, puh. 044 224 4521, rharton1@welho.com

Sysmän kansalliset seniorit

www.sysma.senioriyhdistys.fi
Puheenjohtaja, puh. 040 559 4270, tuula.k.vuorinen@gmail.com

KESKUSTELUAPU

HelsinkiMissio

www.helsinkimissio.fi

Aamukorva (tarkoitettu yli 65-vuotiaille)

Puh. 09 2312 0210, joka aamu klo 6-8
Puheluun vastaa HelsinkiMission koulutettu vapaaehtoinen.

Vahvikelinja

Puh. 050 328 8588, ma, ti, ke, to ja su klo 13–15
Puhelimeen vastaavat koulutetut vapaaehtoiset.

Vahvikelinja on ikääntyneille suunnattu puhelinpalvelu, joka toimii jo olemassa olevan tukiverkon lisänä, tuoden mielekästä vaihtelua päivän kulkuun. Keskustelujen lisäksi Vahvikelinjassa voi ratkoa aivopähkinöitä, visailia tai tehdä vaikkapa puhelinjumpaa.

Kirkon keskusteluapu

Puh. 0400 221 180, joka ilta klo 18-24
Lisäksi apua voi kysyä oman kunnan seurakunnasta.

Suvanto ry - Turvallisen vanhuuden puolesta

www.suvantory.fi
Puh. 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.

Nollalinja

Puh. 0800 050 05
www.nollalinja.fi/

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

Takuusäätiö

Puh. 0800 9 8009 arkisin klo 10–14. Taloustietoutta, apua talous- ja velkaongelmiin nimettömästi puhelimitse tai chatissa www.takuusaatio.fi

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, Puh. 116 006 (maksuton) ma-to 9-18, pe 9-16

Juristin puhelinneuvonta, Puh. 0800 161 177 (maksuton) ma-to klo 17–19

Sateenkaariseniorit ry / Sateenkaareva Seniori Luuri

Puh. 045 255 8301
puheenjohtaja@sateenkaariseniorit.fi,
www.sateenkaariseniorit.yhdistysavain.fi/

Yksinäisyyden tunteen keventäminen puhelinkeskustelun avulla vertaisen

kanssa kahden kesken asioista, joista soittajalla on halu keskustella.

HENGELLINEN TOIMINTA

ASIKKALA

Asikkalan seurakunta

Kirkkoherranvirasto

Puh. 03 876 6200 (ma-ke klo 9-12), asikkalan.seurakunta@evl.fi

Diakonityöntekijät

Puh. 044 7766 207, Puh. 044 7766 206

Diakoniapäivystys avoinna keskiviikkoisin klo 9–11.

www.asikkalanseurakunta.fi

Asikkalan Vapaaseurakunta

Vanhimmiston puheenjohtaja,

Puh. 050 583 3348, www.asikkala.svk.fi

Vuoksenlaakson Metodistiseurakunta

Pastori, Puh. 046 810 8128

www.vuoksenlaakso.metodistikirkko.net

Vääksyn Helluntaiseurakunta

Vanhimmiston puheenjohtaja, Puh. 040 7613 714 (iltaisin)

www.vaaksynhelluntaiskirkko.fi

HARTOLA

Tainionvirran seurakunta

Kirkkoherranvirasto, Puh. 03 876 300 (ma ja ke klo 9–12) tainionvirta@evl.fi

Diakoniatyö

Puh. 050 562 3225, kirsi.mannisto@evl.fi

Diakoniapäivystys ilman ajanvarausta to klo 9.30 - 11.30.

www.tainionvirranseurakunta.fi

Hartolan Helluntaiseurakunta

Puh. 040 0930 848

www.hartolanhelluntaiseurakunta.fi

Itä-Päijänteen Vapaaseurakunta

Puh. 040 7044 293, ip.vapaasrk@gmail.com
www.ita-paijanne.svk.fi

Vuoksenlaakson Metodistiseurakunta

Pastori, Puh. 046 810 8128
www.vuoksenlaakso.metodistikirkko.net

HEINOLA

Heinolan seurakunta

Kirkkoherran virasto, Puh. 03 859 2510 (puhelinpalvelu avoinna arkisin 9-15)

Diakoniatyön päivystys

Puh. 044 059 3427, ma-to klo 9-12. Muina aikoina voi jättää soittopyynnön.

Sähköpostiajanvaraus: heinola.diakonia@evl.fi

www.heinolanseurakunta.fi

Heinolan Adventtiseurakunta

Seurakunnan pastori, Puh. 040 771 2312
<https://heinola.adventist.fi/>

Heinolan Helluntaiseurakunta

Pastorit, Puh. 041 318 4981
www.heinolanhelluntaiseurakunta.fi

Heinolan Vapaaseurakunta

Puh. 050 511 5220
www.heinolanvapaaseurakunta.com

HOLLOLA

Hollolan seurakunta

Kirkkoherranvirasto, Puh. 03 524 6600 (ma-to klo 9-12), hollolan.seurakunta@evl.fi

Diakoniatyö

Tiedustelut toiminnasta: Johtava diakoniatyöntekijä, Puh. 044 524 6212,
anne.hakkarainen@evl.fi

Salpakankaan alue: Diakoniatyöntekijä, Puh. 044 524 6184

Maakansan ja Hämeenkosken alue: Diakoniatyöntekijä, Puh. 044 524 6187

Vesikansan alue: Diakoniatyöntekijä, Puh. 040 749 0037
www.hollolanseurakunta.fi

Hollolan Helluntaiseurakunta

Seurakuntapastori, Puh. 040 591 7419
www.hollolanhelluntaisk.fi

IITTI

Iitin seurakunta

Kirkkoherranvirasto, Puh. 040 848 4323 (ma, ti, to klo 9-12, ke klo 10-12),
khvirasto.iitti@evl.fi

Diakoniatyö

Puh. 050 387 1653, majja.kauppinen@evl.fi
www.iitinseurakunta.fi

Kouvolan adventtiseurakunta

Seurakuntatyöntekijä, Puh. 044 582 3709
www.adventist.fi/seurakunnat/suomenkieliset/kouvolan-adventtiseurakunta

Kouvolan Helluntaiseurakunta

Pastori, Puh. 040 846 8511, pastori@kvhelluntaisk.fi
www.kvllhelluntaisk.fi

KÄRKÖLÄ

Kärkölän kappeliseurakunta

Puh. 050 372 5030 (ma ja ke klo 9-12), hollolan.seurakunta@evl.fi

Diakoniatyöntekijä
Puh. 050 505 5350, kaisu.serkela@evl.fi
www.hollolanseurakunta.fi

LAHTI

Lahden Seurakuntayhtymä

Vaihe, Puh. 03 89 111 (ma-pe klo 9-15), lahden.seurakuntayhtyma@evl.fi,

Diakoniakeskus
Puh. 044 719 1265 (ma–pe klo 9–15, to klo 16 saakka)

lahti.diakoniakeskus@evl.fi
www.lahdenseurakunnat.fi

Lahden adventtiseurakunta

Seurakunnan pastori, Puh. 044 582 3709
www.lahti.adventist.fi

Lahden Helluntaiseurakunta

Toimistonhoitaja, Puh. 040 094 0182
www.lahdenhelluntaisrk.fi

Lahden Metodistiseurakunta

Pastori, seurakunnan johtaja, Puh. 046 810 8158
Diakoni, Puh. 050 532 7884 (keskiviikkoisin klo 11–13)
<https://lahti.metodistikirkko.net/>

Lahden ortodoksinen seurakunta

Päivystävä pappi ja kanttori, Puh. 09 8564 6108 (arkisin klo 9–16)
Diakonian puhelinpäivystys, Puh. 09 856 46 160 (ma, ti ja to klo 9–12)
<https://www.hos.fi/lahti/>

Lahden vapaaseurakunta

Seurakunnan johtaja, Puh. 050 551 1669
www.lahdenvapaasrk.fi

Nastolan Helluntaiseurakunta

Seurakuntapastori, Puh. 045 853 7797
www.nashs.fi

ORIMATTILA

Orimattilan seurakunta

Kirkkoherranvirasto, Puh. 03 874 600 (ma–ti klo 12–15, ke–to klo 9–12),
orimattilanseurakunta@evl.fi

Diakoniatyöntekijät
Puh. 050 339 9130, riitta.buddas@evl.fi

Puh. 040 5409262, tarja.perala@evl.fi
Puh. 040 8362693, elina.m.vanhatalo@evl.fi

Artjärven kappeliseurakunta

Asiointi hoidetaan Orimattilan kirkkoherranvirastossa, myös puhelimitse.

Kirkkoherran virasto, Puh. 03 874 600 (ma-ti klo 12-15, ke-to klo 9-12)

Orimattilan Helluntaiseurakunta

Puh. 03 777 2029, info@orimattilanhelluntaisk.fi
www.orimattilanhelluntaisk.fi

Orimattilan vapaaseurakunta

Puheenjohtaja, Puh. 044 919 0601, vapaask.orimattila@gmail.com
www.orimattila.svk.fi

PADASJOKI

Padasjoen kappeliseurakunta

Seurakuntatoimisto, Puh. 040 749 2283 (ma ja ke klo 9-12), hollolan.seurakunta@evl.fi

Diakoniatyöntekijä
Puh. 040 749 0037, paivi.salojarvi@evl.fi
www.hollolanseurakunta.fi

SYSMÄ

Tainionvirran seurakunta

Kirkkoherranvirasto, puh. 03 876 300 (ti ja to klo 9–12) tainionvirta@evl.fi

www.tainionvirranseurakunta.fi

Diakonissa, Puh. 050 478 4958, satu.k.saari@evl.fi

Vääksyn Helluntaiseurakunta

Vanhimmiston puheenjohtaja, Puh. 040 7613 714 (iltaisin)
www.vaaksynhelluntaisk.fi

Vuoksenlaakson Metodistiseurakunta

Pastori, Puh. 046 810 8128
www.vuoksenlaakso.metodistikirkko.net

HYVÄ TIETÄÄ

Vanhus- ja vammaisneuvosto

Vanhus- ja vammaisneuvosto on kuntalaisten osallistumis- ja vaikuttamisväylä erityisesti ikääntynyttä väestöä, veteraaneja ja vammaisia henkilöitä koskevissa asioissa. Vanhus- ja vammaisneuvosto toimii yhteistyössä kunnan viranomaisen, kuntalaisten ja kuntalaisten edustamien eri tahojen kanssa. Vanhus- ja vammaisneuvosto tekee mm. aloitteita ja esityksiä sekä antaa lausuntoja ikääntyneitä ja vammaisia koskevissa asioissa.

Asikkalan vanhus- ja vammaisneuvosto

Puheenjohtaja, Puh. 041 443 5083, seija.upola@lh.asikkala.fi
www.asikkala.fi/terveys-ja-hyvinvointi/senioripalvelut/

Hartolan vanhus- ja vammaisneuvosto

Puheenjohtaja, Puh. 040 706 8041
Sihteeri, Puh. 044 743 2575
vanhusjavammaisneuvosto@hartola.fi

Heinolan vanhusneuvosto

Puheenjohtaja, Puh. 050 400 2220, pekka.kantanen@heinola.fi
www.heinola.fi/kaupunki-ja-paatöksenteko/osallistu-ja-vaikuta/vanhusneuvosto/

Heinolan vammaisneuvosto

Puheenjohtaja, puh. 045 310 9929, aspjarmo2@gmail.com
www.heinola.fi/kaupunki-ja-paatöksenteko/osallistu-ja-vaikuta/vammaisneuvosto/

Hollolan vanhus- ja vammaisneuvosto

Puheenjohtaja, Puh. 0500 807 252, pilvinen@pp.phnet.fi
www.hollola.fi/vanhus-ja-vammaisneuvosto

Iitin vanhus- ja vammaisneuvosto

Hyvinvointijohtaja, Puh. 0400 932 135, irina.barkman@iitti.fi
www.iitti.fi/kunta-ja-paatöksenteko/osallistu-ja-vaikuta/vaikuttamistoimieliimet/ikaihmissen-ja-vammaisten-neuvosto/

Kärkölän vanhus- ja vammaisneuvosto

Puheenjohtaja, Puh. 050 355 7812, sirpa.kinnari@karkola.fi

Sihteeri, senioriohjaaja, Puh. 044 770 2232
www.karkola.fi/vanhus-ja-vammaisneuvosto/

Lahden vanhusneuvosto

Vanhusneuvoston asioiden valmistelija, Puh. 044 483 1801
www.lahti.fi/kaupunki-ja-paatoksenteko/osallistu-ja-vaikuta/vanhusneuvosto/

Lahden vammaisneuvosto

Vammaisneuvoston asioiden valmistelija, Puh. 044 483 1801
www.lahti.fi/kaupunki-ja-paatoksenteko/osallistu-ja-vaikuta/vammaisneuvosto/

Orimattilan vanhus- ja vammaisneuvosto

Puheenjohtaja, markku.viljanen@phnet.fi
Senioriohjaaja, Puh. 044 781 3991
www.orimattila.fi/kaupunki-ja-paatoksenteko/osallistu-ja-vaikuta/vaikuttamistoimielimet/vanhus-ja-vammaisneuvosto/

Padasjoen vanhus- ja vammaisneuvosto

Puheenjohtaja, eeva-riitta.kusmin@pp.inet.fi
www.padasjoki.fi/kunta-ja-hallinto/paatoksenteko/lautakunnat-ja-muut-toimielimet

Sysmän vanhus- ja vammaisneuvosto

Puheenjohtaja, Puh. 050 596 9728, palvelutalo@phnet.fi
Hyvinvointipäällikkö, Puh. 044 713 4533
www.sysma.fi/vanhus-ja-vammaisneuvosto/

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 saa-

tava selvitys erilaisista vaihtoehtoista toteuttaa tarvitsemansa sosiaalihuollon palvelut tai muista seikoista, joilla on merkitystä hänen asiassaan.

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

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

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

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta 22.9.2000/812

Laki potilaan asemasta ja oikeuksista

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

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

Oikeus hyvään terveyden- ja sairaanhoitoon ja hyvään kohteluun

Potilasta on kohdeltava siten, että hänen vakaumustaan ja yksityisyyttään kunnioitetaan, 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

Lahden Palvelutori (Lahti-Piste)

Aleksanterinkatu 18 (Kauppakeskus Trio, 2.krs), 15140 Lahti
Puh. 03 814 2355 (avoinna arkisin klo 8-18)

Lahden Palvelutorille on koottu iso joukko julkisia palveluja helpottamaan arjen asiointia.

Palvelutorilta löydät mm. seuraavat toimijat: Lahti-Piste, Asumisneuvonta, Ohjaamo, TE-palvelut (Lahden seudun työllisyyden kuntakokeilu), Kotouttamo (Alipi / International House Lahti), Lahden seurakunta, Kelan asiointipiste, Osallistumistila Kymppi. Palvelutorilla on seuraavat Päijät-Hämeen hyvinvointialueen palvelut: Vammaispalvelut, Terveysneuvonta, Sosiaalihuollon ohjaus ja neuvonta ja Ikääntyneiden palveluneuvonta.

Palvelutorilta löytyy myös tapaamisiin ja oleskeluun tarkoitettu Olkkari, media- ja käsityöpaja Paja.

Lahti-Piste toimii kaupungin matalan kynnyksen palvelupisteenä ja vastaa yleisestä palveluneuvonnasta. Lahti-Pisteellä otetaan vastaan anomuksia ja hakemuksia, neuvotaan lupa- ja vuokraustoiminnan asioissa, otetaan vastaan kaupungin maksuja ja hoidetaan Lahden seudun liikenteen asiakaspalvelua.

Tervetuloa Lahden Palvelutorille!



Attendo-kodit Päijät-Hämeessä tarjoavat turvallista asumista ikäihmisille

ASIKKALA Anianpeltö Honkarinne HARTOLA Kotisalo HOLLOLA Pellavakoti, Kosketar HEINOLA Lähteenpuisto, Tähtiniemi KÄRKÖLÄ Nerola LAHTI Aavatar, Kaarlaaksokoti, Kilpiäinen, Vallesmanni Wellamo ORIMATTILA Kehräämökoti SYSMÄ Kaisla

Ota yhteyttä: Heidi Saarinen, heidi.saarinen@attendo.fi, p. 041 731 7126 (tavoitettavissa arkisin klo 9-15)

attendo.fi

Tee siivouspäivästä lempipäiväsi ja tutustu ALV 0 % -palveluihin

Anna meidän huolehtia kodistasi, jotta sinä voit keskittyä nauttimaan elämästä. Ota yhteyttä ja tutustu palveluihin!

Kotisiivouksen edut:

- Arvonlisäveroton palvelu ikäihmisille
- Ystävällinen ja kokenut henkilökunta
- Kodin mukaan räätälöity palvelu
- Yli 20 vuoden kokemus kodinhoidosta

Lempi Kodinhoito Oy
 p. 010 2488 800
 info@lempi.fi
 www.lempi.fi

lempi

Tule asumaan Tammipuiston senioriasuntoihin!

Viihtyisä ja turvallinen Tammipuisto tarjoaa huolettoman asumisen vihreän Erkonpuiston vieressä, palvelujen lähellä. Asuntojen koot vaihtelevat 20,5 m² - 41,5 m² välillä, ja kaikissa asunnoissa on koneellinen jäädutys-järjestelmä.



040 715 4586
 arkisin klo 9-15

Asumiseen
 sisältyy:
 - lounas
 - viikko-ohjelma
 - siivous

 **DILA**

LAHDEN DIAKONIALAITOS





**LAHDEN
VANHAINKOTIYHDISTYS R.Y.**
LAHTI

Kariniemenkatu 22, 15140 Lahti
www.johannakoti.fi



Maistuva lounasruoka – myös kotiin!

Ravintola Wanha Herra
ateriapalvelu toimittaa
ravitsevan lounasaterian kotiin.

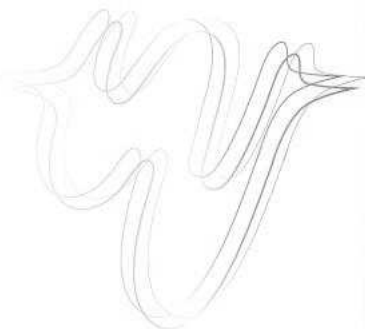
Sopimukset ja lisätiedot
arkisin 8-14 puh. 044 0265 411
ravintola.wanhaherra@lvas.fi
www.lvas.fi/ravintolat-ateriapalvelu

WH WANHA HERRA
RAVINTOLA



WELLAMO-OPISTO

Kaikenikäisten kansalaisopisto



wellamo-opisto.fi
03 814 4799



**Palveluja ikäihmisille vuodesta
1998!**

• **Kauppa-asioinnit**

HOLLOLA, KÄRKÖLÄ, VÄÄKSY

• **Ateriapalvelu**

HOLLOLA

• **Kotisiivoukset**

HOLLOLA, LAHTI

Meiltä myös esim:

Apteekki, pesula ja monet muut asiat.
Erilaiset avustukset, puutarhatyöt ym.
Ota yhteyttä voimmeko olla avuksi juuri sinulle.

**Asiointipalvelu
Mika & Sanna**

040 537 6239/MIKA
040 718 4958/SANNA



Meillä

Palvelukeskus Villa Ilossa

- ✓ yhteisöllistä asumista
- ✓ kotihoitoa
- ✓ kuntoutusta
- ✓ tukipalveluita

☎ 044 765 8072

Tule viettämään
omannäköistä
ja turvallista arkea
kanssamme.

Pikijärventie 1 A 101
Heinola
Valolinnan alue
www.villailo.fi

Kotona Asuen
SENIORIHOIVA®

p. 050 577 3395
KotonaAsuen.fi

Luotettavaa apua kotiin jo vuodesta 2008

- Kumppanuutta ja seuranpitoa • Alzheimer- ja muistihoivaa
- Henkilökohtaista hoivaa • Viriketoimintaa • Ruoanvalmistusta
- Kodinhoidollista avustusta • Asiointi- ja kuljetusapua





Ikääntyneiden palveluneuvonta

Luonan Palveluhausta löydät Päijät-Hämeen hyvinvointialueella toimivat palveluntarjoajat myös sähköisessä muodossa.

Asioi sähköisesti:

www.ikaantyneidenpalveluneuvonta.fi