



# Palveluopas ikäihmisille

Tervolan kunta 2013



# SISÄLTÖ

---

## 1 YLEISET HÄTÄ- JA PALVELUNUMEROT sivu

|                                    |   |
|------------------------------------|---|
| 1.1 Häätänumero 112                | 6 |
| 1.2 Myrkytystietokeskus            | 7 |
| 1.3 Yhteispäivystys                | 7 |
| 1.4 Kunnan keskus                  | 7 |
| 1.5 Sähkönjakeluhäiriö             | 7 |
| 1.6 Vedenjakeluhäiriö              | 7 |
| 1.7 Rikosuhripäivystys             | 8 |
| 1.8 Suvanto-linja                  | 8 |
| 1.9 Valtakunnallinen kriisipuhelin | 9 |

## 2 VANHUSTENPALVELUT sivu

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| 2.1 Kotipalvelu                | 10 |
| 2.2 Tukipalvelut               | 11 |
| 2.3 Vanhusten rivitalot        | 12 |
| 2.4 Tehostettu palveluasuminen | 12 |
| 2.5 Vanhainkoti                | 13 |

## 3 ASUMISPALVELUT sivu

|                       |    |
|-----------------------|----|
| 3.1 Korjausavustukset | 14 |
| 3.2 Vuokra-asunnot    | 14 |

## 4 TERVEYDENHUOLTOPALVELUT

sivu

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| 4.1 Sairaankuljetus                | 15 |
| 4.2 Terveyskeskus                  | 15 |
| 4.3 Lääkärin vastaanotto           | 15 |
| 4.4 Päivystys                      | 15 |
| 4.5 Laboratorio                    | 15 |
| 4.6 Terveystenhoitajan vastaanotto | 16 |
| 4.7 Röntgen                        | 16 |
| 4.8 Diabeteshoitaja                | 17 |
| 4.9 Astmahoitaja                   | 18 |
| 4.10 Sydänhoitaja                  | 18 |
| 4.11 Reumahoitaja                  | 18 |
| 4.12 Fysioterapia                  | 18 |
| 4.13 Hammashuolto                  | 18 |
| 4.14 Mielenterveyspalvelut         | 19 |
| 4.15 Reseptien uusiminen           | 19 |
| 4.16 Vuodeosasto                   | 20 |
| 4.17 Kotisairaanhoido              | 20 |
| 4.18 Erikoissairaanhoido           | 20 |
| 4.19 Potilasasiamies               | 20 |

## 5 SOSIAALIPALVELUT

sivu

|                            |    |
|----------------------------|----|
| 5.1 Sosiaalityöntekijä     | 22 |
| 5.2 Vammaispalvelut        | 22 |
| 5.3 Oikeusapu              | 22 |
| 5.4 Sosiaaliasiamies       | 23 |
| 5.5 Taloudellinen neuvonta | 23 |
| 5.6 Edunvalvonta           | 23 |

## 6 MUUT PALVELUT

sivu

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| 6.1 Kunnan virasto                | 24 |
| 6.2 Posti                         | 24 |
| 6.3 Apteekki                      | 24 |
| 6.4 Asiointikuljetukset           | 24 |
| 6.5 Taksi                         | 24 |
| 6.6 Kansalaisopisto               | 25 |
| 6.7 Kunnankirjasto                | 25 |
| 6.8 Liikuntapalvelut              | 25 |
| 6.9 Siivous- ja kotipalvelut      | 26 |
| 6.10 Seurakunta                   | 26 |
| 6.11 Poliisi                      | 26 |
| 6.12 Kansaneläkelaitos KELA       | 27 |
| KELA-taksin tilauskeskus          | 27 |
| Eläkkeensaajan asumistuki         | 27 |
| Eläkkeensaajan hoitotuki          | 27 |
| Eurooppalainen sairaanhoitokortti | 28 |
| Kuntoutus                         | 28 |
| Sairausajan tuet                  | 29 |
| Vuotuinen omavastuuosuus          | 30 |

## 7 JÄRJESTÖT JA YHDISTYKSET

sivu

|                        |    |
|------------------------|----|
| 7.1 Tukijärjestöt      | 32 |
| 7.2 Eläkeläisjärjestöt | 32 |
| 7.3 Veteraanijärjestöt | 33 |

## LIITE: ASIOINTIKULJETUSTEN REITTIOPAS

# OMAT TÄRKEÄT PUHELINNUMEROT

---

Tämä palveluopas on syntynyt yhteistyössä Tervolan vanhusneuvoston ja Kemi-Tornion ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveystieteiden kanssa, geronomiopiskelija Tarja Laukkasen opinnäytetyönä syksyllä 2012.

# 1 YLEISET HÄTÄ- JA PALVELUNUMEROT

---

## 1.1 HÄTÄNUMERO 112

Voit soittaa hätänumeroon **112** maksutta mistä tahansa puhelimesta ilman suuntanumeroa. Hätänumeroon soittamista ei tarvitse pelätä, eikä siihen soittamiseen tarvitse opetella mitään erityistä ohjetta. Soita hätänumeroon **112** kiireellisissä, todellisissa hätätilanteissa

- **hengen, terveyden, omaisuuden tai ympäristön ollessa uhattuna tai vaarassa**
- **tai jos on syytä epäillä näin olevan.**

Hätänumeroon voi soittaa myös silloin, kun haluaa ilmoittaa poliisille meneillään olevasta rikoksesta. Jos epäilyttää, onko kyseessä hätätilanne vai ei, on aina parempi soittaa hätänumeroon **112** kuin olla soittamatta.

Älä soita hätänumeroon kiireettömissä tapauksissa tai kyselytarkoituksessa.

## 1.2 MYRKYTUSTIETOKESKUS

Puh. **09 471 977** (suora)

Puh. **09 4711** (vaihde)

Palvelu 24 t/vrk

- Äkillisten myrkytysten ehkäisyyn ja hoitoon liittyvät kysymykset

## 1.3 YHTEISPÄIVYSTYS

Länsi-Pohjan keskussairaala

Puhelinneuvonta puh. **040 149 1340**

Arkisin klo 16 - 08

Viikonloput ja arkipyhät 24h

## 1.4 KUNNAN KESKUS

Info-piste puh. **040 124 2411**

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

## 1.5 SÄHKÖNJAKELUHÄIRIÖ

Päivystysnumero puh. **0400 394 251**

Palvelu 24t/vrk

- Ilmoitukset sähkönjakeluhäiriöistä Tervolan kunnan alueella

## 1.6 VEDENJAKELUHÄIRIÖ

Huoltoauto arkisin 8 - 16

Puh. **0400 391 510**

Vikapäivystys iltaisin ja viikonloppuisin

Puh. **0400 296 421**

- Ilmoitukset vedenjakeluhäiriöistä Tervolan kunnan alueella

## **1.7 RIKOSUHRIPÄIVYSTYS**

Auttava puhelin puh. **020 316 116**

ma - ti klo 13 - 21 ja ke - pe klo 17 - 21

- Kuuntelua, keskustelua, ohjausta

## **1.8 SUVANTO-LINJA**

Valtakunnallinen ja maksuton auttava puhelin

Puh. **0800 06776**

- apua, tukea, neuvoa ja ohjausta kaltoinkohtelua, hyväksikäyttöä tai väkivaltaa kokeneille tai niiden uhan alla eläville ikääntyneille



## 1.9 VALTAKUNNALLINEN KRIISIPUHELIN

Puh. 010 195 202

Avoinna:            ma - pe klo 9 - 06  
                      la        klo 15 - 06  
                      su        klo 15 - 22

Valtakunnallinen kriisipuhelin tarjoaa välitöntä keskusteluapua kriiseissä oleville ja heidän läheisilleen.

Asiakkaalla on mahdollisuus puhua yllättävästä tapahtumasta tai vaikeasta elämäntilanteesta sallivassa ja tukevassa ilmapiirissä.

## 2 VANHUSTENPALVELUT

---

### 2.1 KOTIPALVELU

Kotona asuvien kuntalaisten arjesta selviämistä tuetaan erilaisten hoiva- ja huolenpitopalveluiden avulla.

Kodinhoitajat ja kotiavustajat liikkuvat tarvittaessa eri puolille kuntaa antamaan kodinhoidonapua.

Asiakkaiden kanssa tehdään hoito- ja palvelusuunnitelma, jota päivitetään tarpeen mukaan.

Kotipalvelu on maksullista. Kuukausimaksu määräytyy käytettyjen palveluiden määrän ja asiakkaan tulojen mukaan. Tilapäisestä kotipalvelusta veloitetaan tuntuhintainen maksu.

### **Kotipalvelutoimisto**

Keskustie 78, 95300 Tervola

Kulku neuvolan/hammashoitolan pääovesta

Vanhustenhuollon johtaja                      puh. **040 755 6107**

Vanhuspalveluiden ohjaaja                    puh. **040 575 7363**

Palvelusihteeri                                    puh. **040 151 9711**

## 2.2 TUKIPALVELUT

- **Ateriapalvelu**
- **Saunotuspalvelu**
- **Pyykkipalvelu**
- **Turvapuhelinpalvelu**
- **Toimintapäivä**

Vanhusten palvelukeskus Kotikullerossa järjestetään kotona asuvien vanhusten toimintapäiviä kaksi kertaa viikossa koulujen lukuvuoden aikana. Toimintapäivillä on monenlaista viriketoimintaa, saunomismahdollisuus ja tarvittaessa saa saattoapua asioinneissa. Toimintapäivään on taksikuljetus.

- **Omaishoidontuki**

Omaishoidolla tarkoitetaan vanhuksen, vammaisen tai sairaan henkilön hoivan ja huolenpidon järjestämistä kotioloissa omaisen tai muun hoidettavalle läheisen henkilön avulla. Omaishoidon tuen tavoitteena on välttää laitoshoidon.

Omaishoidon tukea haetaan erillisellä hakemuksella. Omaishoidon tuen perusteet määritellään vuosittain sosiaali- ja terveyslautakunnassa.

Päätökset omaishoidon tuen myöntämisestä tekee vanhustenhuollon johtaja, valmistelussa on mukana omaishoidon tuen työryhmä.

|                           |                          |
|---------------------------|--------------------------|
| Vanhustenhuollon johtaja  | puh. <b>040 755 6107</b> |
| Vanhuspalveluiden ohjaaja | puh. <b>040 575 7363</b> |

## 2.3 VANHUSTEN RIVITALOT

- 22 asuntoa, joista yksi on kaksio
- tehostettua palveluasumista kotipalvelun antaman hoidon ja huolenpidon turvin
- hälytys- ja kulunvalvontajärjestelmä

Vanhustenhuollon johtaja

puh. **040 755 6107**

## 2.4 TEHOSTETTU PALVELUASUMINEN

Palvelukoti Pihakullerossa tarjotaan tehostettua palveluasumista eli henkilökunta on paikalla ympäri vuorokauden.

Erillisiä hakemuksia asumispalveluihin ei tarvita, yhteydenotto vanhustenpalveluihin palvelun tarpeesta riittää.

Moniammatillinen SAS-työryhmä käsittelee hakemuksia hoidon porrastuksen mukaisesti. Valinta asumispalveluihin tehdään kunkin asiakkaan toimintakyvyn ja kokonaistilanteen mukaan.

Palvelukoti Pihakullero

puh. **040 151 9712**

## 2.5 VANHAINKOTI

Vanhusten palvelukeskus Kotikullerossa sijaitsee 24-paikkainen vanhusten laitoshoidon tarjoava vanhainkoti.

Kaksi paikoista on tarkoitettu intervallihoitoon ja loput pitkäaikaishoitoon. Intervallihoito on varattu lähinnä omaishoidontuella kotona hoidettavien vanhusten hoitajien lepoajan järjestämiseksi.

Vanhainkotihoitopäätökset tekee vanhustenhuollon johtaja keskusteltuaan terveyskeskuksen vastuuhenkilöiden ja laitoshoitopaikkaa hakevien vanhusten ja heidän omaistensa kanssa.

Palvelusihteeri tekee vanhainkoti- ja kotipalveluasiakkaiden maksupäätökset ja hoitaa laskutuksen.

### **Sairaanhoidtaja**

puh. 040 575 7262

### **Asunto-osasto Vihreä**

puh. 040 151 9709

### **Kuntohoitaja**

puh. 040 151 9710

### **Asunto-osasto Rauhala**

puh. 040 151 9708

## 3 ASUMISPALVELUT

---

### 3.1 KORJAUSAVUSTUKSET

Kuntalaisen on mahdollista hakea asumiseen liittyviä avustuksia. Kunta myöntää korjaus- ja energia-avustuksen valtiolta saamansa määrärahan ja myöntämisedellytyksien puitteissa.

Avustuksia voi hakea mm. asuinkäytössä olevan asuinrakennuksen korjaamiseen ja energiataloudellisuuden parantamiseen.

Yksityistieavustus on kunnan myöntämää tukea yksityisteiden auraukseen ja kesäaikaiseen kunnossapitoon.

Hallintosihteeri puh. **040 151 9743**

Toimistosihteeri puh. **040 151 9744**

### 3.2 VUOKRA-ASUNNOT

Tervolan Vuokratalot Oy  
Keskustie 81, 95300 Tervola

Isännöitsijä puh. **040 543 0628**

Tervolan kunnan omistama Tervolan Vuokratalot Oy vuokraa asuntoja Tervolan kirkonkylällä, Kaisajoella, Louella, Mattisella, Koivussa ja Lehmikummussa.

Vuokra-asuntohakemuksia saa kunnanviraston info-pisteestä ja Tervolan Vuokratalot Oy:n toimistosta.

# 4 TERVEYDENHUOLTOPALVELUT

---

## 4.1 SAIRAANKULJETUS

- Sairaankuljetus ympäri vuorokauden puh. 112

## 4.2 TERVEYSKESKUS

Keskustie 78, 95300 Tervola

Puh. **040 151 9700** ja

Puh. **040 151 9701**

## 4.3 LÄÄKÄRIN VASTAANOTTO

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola

Puh. **040 151 9700** ja

Puh. **040 151 9701**

Ajanvaraus arkisin klo 8 - 15

Kiireellistä hoitoa vaativat potilaat hoidetaan aina.  
Normaalivastaanotoille on ajoittain ruuhkaa.

## 4.4 PÄIVYSTYS

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola

Puh. **040 151 9700** ja

Puh. **040 151 9701**

Avoinna arkisin klo 8 - 16

Muuna aikana päivystys on yhteispäivystyksessä  
keskussairaalassa Kemissä puh. **040 149 1340**

## 4.5 LABORATORIO

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola

Puh. **040 151 9718**

Laboratoriokokeisiin tulee olla lääkärin tai hoitajan lähete.

### **Näytteenotto arkisin klo 8 – 10**

Laboratoriovastausten tiedustelut **klo 13 jälkeen**

Puh. **040 151 9700** ja

puh. **040 151 9701**

## **4.6 TERVEYDENHOITAJAN VASTAANOTTO**

Terveyskeskus/ neuvola

Keskustie 78, 95300 Tervola

Terveydenhoitaja puh. **040 198 8198**

**Vastaanotto** arkisin klo 8 - 10 ilman ajanvarausta, muina aikoina ajanvarauksella

**Hoitotarvikejakelu** arkisin klo 8 - 10

**Verenpaineen itsemittauspisteet** ovat avoinna joka päivä klo 8 - 16.

Vastaanotolla voi esimerkiksi mittauttaa verensokerin ja hemoglobiinin, poistattaa ompeleita sekä ottaa rokotuksia.

Maksuttomiin **influenssarokotuksiin** ovat oikeutettuja lääketieteellisten riskiryhmien ohella kaikki 65 vuotta täyttäneet.

## **4.7 RÖNTGEN**

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola

Ajanvarauksella.

**Röntgenhoitaja** puh. **040 151 9700**



## 4.8 DIABETESHOITAJA

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola  
**Diabeteshoitaja** puh. **040 525 4785**

Hoitajan vastaanotto toimii pääsääntöisesti ajanvarauksella. Diabeteshoitaja antaa ajan diabeteslääkärin vastaanotolle.

Diabeteshoitovälinejakelu toimii diabetes-vastaanoton lomassa. Silmämöhjakuvaukseen on oikeutettu jokainen diabeetikko (ruokavalio-, tabletti- ja/tai insuliinihoitoinen).

Kuvaukset ovat kahdesti vuodessa ja ovat potilaalle maksuttomia. Kerran kuvauksessa käyneet ovat seurannan piirissä ja heille ilmoitetaan automaattisesti seuraava kuvausaika.

## 4.9 ASTMAHOITAJA

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola

**Astmahoitaja** puh. **040 525 4786**

## 4.10 SYDÄNHOITAJA

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola

**Sydänhoitaja** puh. **040 525 4785**

Sydänhoitajan puoleen voivat kääntyä

- uudet verenpainepotilaat, jotka tarvitsevat elintapaohjausta ja seurantaa.
- potilaat, jotka eivät kykene käyttämään verenpaineen itsemittauspistettä.
- uudet sydänpotilaat, joilla keskussairaalan kontrollit ovat päättyneet.

## 4.11 REUMAHOITAJA

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola

**Reumahoitaja** puh. **0400 272 391**

Reumahoitajan tavoittaa vuodeosastolta.

Tarvittaessa hänelle voi jättää sinne soittopyynnön.

## 4.12 FYSIOTERAPIA

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola

Puh. **040 195 0228** arkisin klo 8 - 16

- Kuntoutus ja apuvälineet

## 4.13 HAMMASHUOLTO

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola



## 4.16 VUODEOSASTO

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola

Puh. **0400 272 391**

Soittoaika klo 9.30 – 11.30 ja 14.30 – 16.30

**Potilaspuhelin** puh. **040 151 9706**

Vierailuaika on klo 13 – 19

## 4.17 KOTISAIRAAHOITO

Kotisairaanhoidon tarkoituksena on tukea kotona asuvia vanhuksia, vammaisia ja sairaita henkilöitä selviytymään päivittäisistä toiminnoista mahdollisimman hyvin.

Kotisairaanhoidon palvelut toteutetaan yhteistyössä kotipalvelun kanssa.

- Asiakkaan lääkityksen ja voinnin seuranta
- Apuvälineiden hankinta asiakkaalle kotiin
- Hoitotarvikejakelu, arkisin klo 8 - 10

Terveydenhoitaja puh. **040 188 1552**

Perushoitaja puh. **040 525 4784**

## 4.18 ERIKOISSAIRAAHOITO

Tervolan kunta on Länsi-Pohjan sairaanhoitopiirin jäsen. Oma lääkäri lähettää tarvittaessa erikoissairaanhoidon kuuluviin lisätutkimuksiin joko Länsi-Pohjan keskussairaalaan tai Lapin keskussairaalaan.

## 4.19 POTILASASIAMIES

Kriisikeskus Turvapoiju

Etelärantakatu 6, 94100 Kemi

Potilasasiamies puh. **040 572 3793**

Puhelinaika ti ja to klo 10-12

Tapaamiset potilasasiamiehen kanssa tulee sopia aina etukäteen.

### Potilasasiamies

- Antaa tietoa potilaan oikeuksista
- Neuvoa terveydenhuollon alan henkilökunnan antamaan hoitoon tai kohteluun liittyvissä ongelmissa
- Avustaa tarvittaessa muistutuksen, kantelun tai korvaushakemuksen teossa

Jos olet tyytymätön hoitoon, kohteluun tai palveluun, pyri aina ensisijaisesti keskustelemaan tyytymättömyydestäsi asianosaisen yksikön kanssa. Asiat selviävät parhaiten ja nopeimmin siellä missä ne ovat tapahtuneetkin.

# 5 SOSIAALIPALVELUT

---

## 5.1 SOSIAALITYÖNTEKIJÄ

Sosiaalityö on kunnan tarjoama maksuton lakisääteinen palvelu, jonka tarkoitus on tukea, antaa apua ja neuvoa elämän erilaisissa kriisitilanteissa. Ammatillinen sosiaalityö on luottamuksellista ja sosiaalityöntekijällä on salassapitovelvollisuus.

Sosiaalityöntekijän puoleen voit kääntyä, kun

- haluat neuvoa ja tietoa sosiaalipalveluista ja -etuuksista
- päihteet alkavat hallita elämääsi
- taloudellinen tilanteesi on umpisolmussa ja tarvitset **toimeentulotukea**

Sosiaalityöntekijä on tavoitettavissa sosiaalitoimistolla etukäteen sovitun ajanvarauksen perusteella.

Sosiaalityöntekijä

perheellisille puh. **040 537 6525**

perheettömille puh. **040 566 1915**

## 5.2 VAMMAISPALVELUT

Sosiaalityöntekijä puh. **040 566 1915**

## 5.3 OIKEUSAPU

Oikeusavustaja tulee Tervolaan ajanvarauksella.

Oikeusavustajan ajanvaraus puh. **029 566 1500**

## 5.4 SOSIAALIASIAMIES

Kriisikeskus Turvapoiju, Etelärantakatu 6, 94100 Kemi

Sosiaaliasiamies palvelee Kemissä Kriisikeskus Turvapoijussa. Sosiaaliasiamies neuvoo asiakkaita sosiaalihuollon asioissa ja antaa tietoa asiakkaan oikeuksista. Hän myös avustaa mahdollisten muistutusten teossa.

Sosiaaliasiamies puh. **040 572 3793**

Puhelinaika ti ja to klo 10-12

## 5.5 TALOUDELLINEN NEUVONTA

### **Kuluttajaneuvonta**

Valtakunnallinen neuvontanumero puh. **029 553 6901**

Arkisin klo 9 - 15

### **Velkaneuvonta**

Velkaneuvoja puh. **016 259 824**

Puhelinaika ma klo 10 - 11.30

Palvelu tuotetaan yhteistyössä Kemin kaupungin kanssa.

## 5.6 EDUNVALVONTA

Edunvalvontaviranomaisena toimii Kemin maistraatti.

Edunvalvoja puh. **040 567 4394**







Vapaa-aikaohjaaja

puh. **040 590 2699**

## **6.9 SIIVOUS- JA KOTIPALVELU**

Nuorten työpaja

puh. **040 760 8571**

Kunnan siivouspalvelu

puh. **040 124 2411**

Siivous- ja kotipalvelu Helena Huhta

puh. **040 766 3874**

Koti- ja mökkitalkkari Jyrki Laapotti

puh. **0400 629 234**

Saarenvire (avustajatoiminta veteraaneille)

puh. **040 175 7931**

## **6.10 SEURAKUNTA**

Kirkkoherranvirasto, Kirkkokuja 4, 95300 Tervola

Puh. **050 437 0000**

Avoinna ma - to klo 9 - 13

## **6.11 POLIISI**

Kemin poliisiasema, Valtakatu 28, 94100 Kemi

Puh. **071 876 6430**

Palvelupäivystys arkisin klo 8 - 16.15

Kiireellistä poliisin apua pyydetään soittamalla hätänumeroon **112**.

## 6.12 KANSANELÄKELAITOS

Tervolan toimipiste, Keskustie 81, 95300 Tervola

Avoinna **maanantaisin** ja **perjantaisin** klo 10 - 15

Toimistoon ei voi soittaa suoraan, vaan Kelan omat palvelunumerot palvelevat arkisin klo 8 - 18.

### **KELA-TAKSIN TILAUSKESKUS**

Puh. **0200 99 000**

Kelan suorakorvattavien taksimatkojen tilaus

Kela-taksissa näytät kuljettajalle aina Kela-kortin ja maksat vain omavastuuosuuden.

### **ELÄKKEENSAAJAN ASUMISTUKI**

Kela korvaa pienituloisten eläkeläisten asumisesta aiheutuneita menoja maksamalla heille eläkkeensaajan asumistukea.

Eläkkeensaajan asumistuen määräytymiseen vaikuttavat asumismenot, perhesuhteet sekä eläkkeensaajan ja puolison bruttotulot ja omaisuus.

Jos saat eläkettä, joka ei oikeuta eläkkeensaajan asumistukeen, voit hakea Kelasta yleistä asumistukea.

**Eläkeasiat: kansaneläke, työeläke, eläkkeensaajan asumistuki**

Puh. **020 692 202**

### **ELÄKKEENSAAJAN HOITOTUKI**

Eläkettä saavan hoitotuen tarkoitus on tukea pitkäaikaisesti sairaan tai vammaisen eläkkeensaajan selviytymistä jokapäiväisessä elämässä. Samalla tuetaan hänen toimintakykynsä ylläpitämistä, kuntoutusta ja hoitoa. Tuki

korvaa osin myös toimintakyvyn heikentymisestä aiheutuvia kustannuksia.

Voit saada hoitotukea, jos toimintakykysi voidaan arvioida olevan sairauden tai vammaisuuden vuoksi heikentynyt yhtäjaksoisesti vähintään vuoden ajan.

Toimintakyvyn katsotaan olevan heikentynyt, kun sairaus tai vamma heikentää kykyä huolehtia itsestään (esim. peseytyä tai pukeutua), tehdä välttämättömiä kotitaloustöitä tai asioida kodin ulkopuolella.

**Vammaistuet, eläkettä saavan hoitotuki**

Puh. 020 692 211

## **EUROOPPALAINEN SAIRAANHOITOKORTTI**

Suomessa sairausvakuutetuilla on oikeus eurooppalaiseen sairaanhoitokorttiin. Kortti on ilmainen.

Jos sairastut äkillisesti tai joudut tapaturmaan EU- ja Eta-maissa tai Sveitsissä, saat kortilla sairaanhoitoa ja maksat siitä saman verran kuin maassa asuvat ihmiset.

**Kela-kortti ja EU-sairaanhoitokortti**

Puh. 020 692 203

## **KUNTOUTUS**

Kelan kuntoutuksena järjestetään pienimuotoisesti kuntoutumis- ja sopeutumisvalmennuskursseja yli 65-vuotiaille ja muille työelämästä poissa oleville henkilöille.

Kuntoutuksen tavoitteena on auttaa selviytymään arjesta paremmin sairaudesta tai vammasta huolimatta.

Kela korvaa kuntoutuksesta aiheutuneita matkakustannuksia. Kelan järjestämä kuntoutus on yleensä maksutonta.

## **Kuntoutus**

Puh. 020 692 205

## **SAIRAUSAJAN TUET**

### **Sairaanhoito**

Kun käyt sairauden vuoksi yksityisellä lääkärillä, Kela korvaa osan lääkärinpalkkioista ja lääkärin määräämistä tutkimuksista ja hoidoista.

### **Hammashoito**

Jos käyt yksityisellä hammaslääkärillä tai yksityisen hammaslääkärin määräämässä hoidossa suuhygienistillä, Kela korvaa osan kustannuksista.

### **Lääkkeet**

Kun ostat lääkärin määräämiä korvattavia lääkkeitä, Kela korvaa osan lääkkeen hinnasta. Yleensä saat korvauksen suorakorvauksena, eli se vähennetään lääkkeen hinnasta apteekissa, kun näytät Kela-korttisi.

### **Matkat**

Kun kuljet sairaanhoitoon tai kuntoutukseen, voit saada korvauksen kohtuullisista kustannuksista, jos ne ylittävät omavastuuosuuden.

## **Sairastaminen: sairaanhoitokorvaukset, lääkekorvaukset**

Puh. 020 692 204

## VUOTUINEN OMAVASTUUOSUUS JA SEN TÄYTTYMINEN

### Lääkekatto

Maksat itse aina osan lääkekuluistasi ns. omavastuuosuutena. Jos saman kalenterivuoden aikana korvatuista lääkkeistä, kliinisistä ravintovalmisteista ja perusvoiteista maksamasi omavastuuosuudet ylittyvät, sinulla on oikeus lisäkorvaukseen.

Kela seuraa lisäkorvaukseen oikeuttavan vuotuisen omavastuuosuuden täyttymistä apteekista saatujen tietojen perusteella. Kun omavastuuosuus on ylittynyt, Kela lähettää sinulle tästä tiedon. Samalla saat lisäkorvausoikeudesta erillisen ilmoituksen apteekissa esitettäväksi. Säilytä Kelan lähettämä ilmoitus apteekkia varten.

Kun asioit apteekissa, esitä Kela-kortti ja Kelan lähettämä ilmoitus jokaisen reseptilääkeoston yhteydessä. Näin saat lääkkeiden lisäkorvauksen suorakorvauksena.

## **Matkakatto**

Jos sairaanhoitoon tai kuntoutukseen liittyvien matkakustannustesi omavastuut kalenterivuoden aikana ylittyvät, Kela maksaa ylittävän osan tarpeellisista matkakustannuksista kokonaan. Matkakattoon eli vuotuisen omavastuuosuuteen lasketaan mukaan sekä matkojen omavastuuosuudet että niitä pienemmät kertakustannukset.

Matkakustannukset voivat olla omiasi tai saattajan tai perheenjäsenen kustannuksia. Muista hakea myös kiinteää omavastuuosuutta pienemmät matkakustannukset kuuden kuukauden kuluessa matkan tekemisestä.

Kela seuraa matkakaton täyttymistä. Kun se on täyttynyt, saat postitse matkakattokortin. Korttia näyttämällä sinun ei tarvitse maksaa matkasta taksin kuljettajalle, jos hän on tehnyt Kelan kanssa valtakirjasopimuksen.

Jos sinulta peritään matkasta maksu, voit hakea matkakuluista korvausta jälkikäteen.

**Sairastaminen: sairaanhoitokorvaukset, lääkekorvaukset**

**Puh. 020 692 204**

# 7 JÄRJESTÖT JA YHDISTYKSET

---

## 7.1 TUKIJÄRJESTÖT

### **Vanhusneuvosto**

Tervolan kunnan vanhusneuvosto on kunnan viranomaisten ja sen alueella toimivien eläkeläis-, vanhustyö- ja veteraanijärjestöjen ja seurakunnan puolueeton yhteistyöelin.

Vanhusneuvoston tarkoituksena on toimia koko kunnan vanhusväestön parhaaksi. Vanhusneuvosto tekee aloitteita ja esityksiä sekä antaa lausuntoja ja suosituksia kunnan viranomaisille ikäihmisiä koskevissa kysymyksissä.

Sihteeri puh. **040 575 7363**

### **SPR:n Tervolan osasto**

Ystäväpalvelu puh. 040 164 6012

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

### **Tervolan reumayhdistys ry**

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

### **Pohjois-Suomen syöpäyhdistys ry**

#### **Tervolan kerho**

[www.pssy.org](http://www.pssy.org)

### **Länsi-Pohjan omaishoitajat ja läheiset ry**

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

## 7.2 ELÄKELÄISJÄRJESTÖT

### **Eläkeliiton Tervolan yhdistys ry**

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



**Tervolan eläkeläiset ry**

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

## **7.3 VETERAANIJÄRJESTÖT**

**Tervolan sotaveteraanit ry**

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

[lapin.svp@sotaveteraaniliitto.fi](mailto:lapin.svp@sotaveteraaniliitto.fi)

**Sotainvalidien veljesliiton Tervolan osasto ry**

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

**Tervolan reserviupseerit ry**

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

**Tervolan reserviläiset ry**

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

**Tervolan maanpuolustusnaiset ry**

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

## **TERVOLAN KUNNAN ASIOINTIKULJETUKSET KOULUVUODEN AIKANA**

**Huom!** Kyytien tilaukset on tehtävä edelliseen iltaan mennessä.

### **1. Runkaus-Tikka-Lehmikumpu-Tervola-Tikka-Runkaus**

Reitti ajetaan kutsutaksina kerran viikossa.

Autoilija: Pekka Kähkönen

Puh. **0400 391 757**

### **2. Kätkävaara-Tervola-Kätkävaara**

Reitti ajetaan kutsutaksina kerran viikossa.

Autoilija: Esa Hedman

Puh. **0400 391 391**

### **3. Reutuaapa-Suolijoki-Ossauskoski-Mattinen-Tervola- Reutuaapa (tarvittaessa Suukoski)**

Reitti ajetaan kutsutaksina kerran viikossa.

Autoilija: Pekka Kähkönen

Puh. **0400 391 757**

#### **4. Koivu (kunnanraja)-Tervola-Koivu**

Reitti ajetaan **perjantaisin** kutsutaksina

Louen vanhan tien kautta tarvittaessa.

Autoilija: Mauno Ollikkala

Puh. **439 349** tai

Puh.**0400 299 678**

#### **5. Kunnan raja-Paakkola-Tervola-Paakkola-kunnanraja**

Reitti ajetaan **perjantaisin** kutsutaksina.

Yhteenliittymä M. Suorsa, J. Nyysönen ja K.Ruotsalainen

Puh. **040 769 5285**

#### **6. Ylipaakkola-Tervola-Ylipaakkola**

Reitti ajetaan kutsutaksina kerran viikossa.

Autoilija: Pekka Kähkönen

Puh. **0400 391 757**

### **ATK-tuki**

Hembic Group Oy/Kristiina Zarnikova

Keskustie 90, 95300 Tervola

Puh. 045 139 3174

# OMAT TÄRKEÄT PUHELINNUMEROT

---

