



# Palveluopas ikäihmisille

Tervolan kunta 2021



# Sisällysluettelo

<b>1</b>	<b>YLEISET HÄTÄ- JA PALVELUNUMEROT .....</b>	<b>6</b>
1.1	HÄTÄNUMERO 112 .....	6
1.2	MYRKYTYSTIETOKESKUS .....	6
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 .....	8
<b>2</b>	<b>VANHUSTENPALVELUT .....</b>	<b>9</b>
2.1	KOTIPALVELU .....	9
2.2	TUKIPALVELUT .....	10
2.3	VANHUSTEN RIVITALOT .....	11
2.4	TEHOSTETTU PALVELUASUMINEN .....	11
<b>3</b>	<b>ASUMISPALVELUT .....</b>	<b>12</b>
3.1	AVUSTUKSET .....	12
3.2	VUOKRA-ASUNNOT .....	12
<b>4</b>	<b>TERVEYDENHUOLTOPALVELUT .....</b>	<b>14</b>
4.1	SAIRAANKULJETUS .....	14
4.2	TERVEYSKESKUS .....	14
4.3	LÄÄKÄRIN VASTAANOTTO .....	14
4.4	PÄIVYSTYS .....	14
4.5	LABORATORIO .....	15
4.6	TERVEYDENHOITAJAN VASTAANOTTO .....	15
4.7	RÖNTGEN .....	16
4.8	DIABETESHOITAJA .....	16
4.9	ASTMAHOITAJA .....	16
4.10	SYDÄNHOITAJA .....	16
4.11	REUMAHOITAJA .....	17
4.12	MUISTIHOITAJA .....	17

4.13	INR-HOITAJA .....	17
4.14	FYSIOTERAPIA .....	18
4.15	SUUN TERVEYDENHUOLTO.....	18
4.16	MIELENTERVEYS- JA PÄIHDEPALVELUT .....	18
4.17	RESEPTIEN UUSIMINEN .....	19
4.18	VUODEOSASTO .....	19
4.19	KOTISAIRAANHOITO .....	20
4.20	ERIKOISSAIRAANHOITO .....	20
4.21	POTILASASIAMIES.....	20
<b>5</b>	<b>SOSIAALIPALVELUT.....</b>	<b>22</b>
5.1	SOSIAALITYÖNTEKIJÄ.....	22
5.2	VAMMAISPALVELUT .....	22
5.3	OIKEUSAPU .....	22
5.4	SOSIAALIASIAMIES.....	23
5.5	TALOUS- JA VELKANEUVONTA .....	23
5.6	EDUNVALVONTA.....	23
<b>6</b>	<b>MUUT PALVELUT .....</b>	<b>25</b>
6.1	KUNNANVIRASTO .....	25
6.2	POSTI.....	25
6.3	APTEEKKI.....	25
6.4	ASIOINTIKULJETUKSET .....	25
6.5	TAKSI .....	26
6.6	KANSALAIPOISTO .....	26
6.7	KUNNANKIRJASTO .....	26
6.8	VAPAA-AIKAPALVELUT .....	27
6.9	SIIVOUS- JA KOTIPALVELU .....	27
6.10	SEURAKUNTA.....	27
6.11	POLIISI.....	28
6.12	KANSANELÄKELAITOS .....	28
<b>7</b>	<b>JÄRJESTÖT JA YHDISTYKSET .....</b>	<b>33</b>
7.1	TUKIJÄRJESTÖT .....	33
7.2	ELÄKELÄISJÄRJESTÖT .....	34
7.3	VETERAANIJÄRJESTÖT .....	34



# OMAT TÄRKEÄT PUHELINNUMEROT

---

Tämä palveluopas on syntynyt yhteistyössä Tervolan vanhusneuvoston ja Kemi-Tornion ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan 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 MYRKYTYSTIETOKESKUS

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 16.00 – 08.00

Viikonloput ja arkipyhät 24h

## **1.4 KUNNAN KESKUS**

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

## **1.5 SÄHKÖNJAKELUHÄIRIÖ**

Ilmoitukset sähkönjakeluhäiriöistä Tervolan kunnan alueella

Päivystysnumero puh. **0400 394 251**

Palvelu 24t/vrk

## **1.6 VEDENJAKELUHÄIRIÖ**

Ilmoitukset vedenjakeluhäiriöistä Tervolan kunnan alueella

Huoltoauto arkisin 8.00 – 16.00

Puh. **0400 391 510**

Vikapäivystys iltaisin ja viikonloppuisin

Puh. **0400 296 421**

## **1.7 RIKOSUHRIPÄIVYSTYS**

Auttava puhelin puh. **116 006**

ma - pe klo 9.00 – 21.00

- Kuuntelua, keskustelua, ohjausta

Meri-Lapin palvelupiste, toimistoaikana

Toiminnanohjaaja puh. 040 775 3538

## **1.8 SUVANTO-LINJA**

Valtakunnallinen ja maksuton auttava puhelin

**tiistaisin klo 13.00–15.00 Puh. 0800 06776**

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

## **1.9 VALTAKUNNALLINEN KRIISIPUHELIN**

Puh. **09 2525 0111**

Avoinna 24 h joka päivä

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

### **Vanhuspalveluiden toimisto (terveyskeskus)**

Kulku fysioterapian ovesta

Vanhuspalveluiden ohjaaja	puh. 040 575 7363
Vanhuspalveluiden ohjaaja	puh. 040 151 9816
Palvelusihteeri	puh. 040 151 9711
Kotikuntoutuksen ohjaaja	puh. 040 151 9788

### **Vanhuspalveluiden johto**

Vanhustenhuollon johtaja	puh. 040 755 6107
--------------------------	-------------------

### 2.1 KOTIPALVELU

Kotona asuvien kuntalaisten arjesta selviämistä tuetaan erilaisten hoiva- ja huolenpitopalveluiden avulla. Asiakkaiden kanssa tehdään hoito- ja palvelusuunnitelma, jota päivitetään tarpeen mukaan.

Kotipalvelu on maksullista. Säännöllisen kotihoidon kuukausimaksu määräytyy käytettyjen palveluiden määrän ja asiakkaan tulojen mukaan. Tilapäisestä kotipalvelusta veloitetaan tuntihintainen maksu.

## 2.2 TUKIPALVELUT

- **Ateriapalvelu**
- **Saunotuspalvelu**
- **Pyykkipalvelu**
- **Turvapuhelinpalvelu (palveluntarjoaja Addsecure)**
- **Toimintapäivä**

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

Toimintapäivään on taksikuljetus.

puh. 040 151 9710

- **Omaishoidontuki**

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

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

Päätökset omaishoidon tuen myöntämisestä tekee vanhuspalveluiden ohjaaja, valmistelussa on mukana omaishoidon tuen työryhmä.

Vanhuspalveluiden ohjaaja puh. **040 575 7363**

## 2.3 VANHUSTEN RIVITALOT

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

Kodinhoitajat puh. **0400 296 643**

## 2.4 TEHOSTETTU PALVELUASUMINEN

Asumiseen liittyvissä asioissa ottakaa yhteyttä vanhustenhuollon johtajaan. Tehostettua palveluasumista haetaan erillisellä hakemuksella. Asukasvalinnat tehdään moniammatillisessa SAS-ryhmässä hoidonporrastuksen mukaisesti. Valinta asumispalveluihin tehdään kunkin asiakkaan toimintakyvyn ja kokonaistilanteen mukaan.

Vanhustenhuollon johtaja puh. **040 755 6107**

Asumisyksiköissämme Pihakullerossa, Kotikullerossa ja Jokikullerossa tarjotaan tehostettua palveluasumista eli henkilökunta on paikalla ympäri vuorokauden.

Pihakulleron hoitajat puh. **040 151 9712**

Kotikulleron hoitajat puh. **040 151 9789**

Jokikulleron hoitajat puh. **040 151 9708, 040 151 9709**

Vanhuspalveluiden sairaanhoitaja puh. **040 575 7262**

Vanhuspalveluiden ohjaaja puh. **040 151 9816**

## 3 ASUMISPALVELUT

### 3.1 AVUSTUKSET

- **Yksityistieavustukset** ovat kunnan vapaaehtoinen avustusmuoto Tervolan kunnan alueella olevien pysyvää asutusta palvelevien yksityisteiden kunnossapitoon. Avustusmuotoina ovat mm. rahallinen aurausavustus ja tien hyväksyminen kunnan aurausohjelmaan.
- Avustusten hakemisesta saa lisätietoja tekniseltä osastolta puh. 040 151 9743 tai 0400 466 705.
- Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus (ARA) myöntää valtion talousarvion määrärahojen puitteissa **korjaus-, energia- ja terveyshaitta-avustuksia** eri väestöryhmien asunto-olojen parantamiseen. Avustusten myöntämisedellytykset vahvistetaan vuosittain.
- Avustusmuotojen tarkemmasta sisällöstä saa tietoa ARA:n kotisivuilta, puh. 029 525 0818 tai sähköpostitse os. korjausavustus.ara@ara.fi.

### 3.2 VUOKRA-ASUNNOT

Tervolan Vuokratalot Oy  
Keskustie 81, 95300 Tervola

Asuntosihteerit puh. **040 170 3243**

Tervolan kunnan vuokra-asuntoja välittää **Tervolan Vuokratalot Oy**. Tervolan Vuokratalot Oy:llä on vuokrattavana asuntoja niin keskustaa-ajamasta kuin haja-asutusalueeltakin. Vuokra-asuntohakemuksia saa

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

# TERVEYDENHUOLTOPALVELUT

## 3.3 SAIRAANKULJETUS

- Sairaankuljetus ympäri vuorokauden puh. 112

## 3.4 TERVEYSKESKUS

Keskustie 78, 95300 Tervola

Puh. **040 151 9700** ja

Puh. **040 151 9701**

## 3.5 LÄÄKÄRIN VASTAANOTTO

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola

Puh. **040 151 9700** ja

Puh. **040 151 9701**

Ajanvaraus arkisin klo 8.00 – 15.00

Kiireellistä hoitoa vaativat potilaat hoidetaan aina.

Normaalivastaanotoille on ajoittain ruuhkaa.

## 3.6 PÄIVYSTYS

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola

Puh. **040 151 9700** ja

Puh. **040 151 9701**

Avoinna arkisin klo 8.00 – 16.00

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

## 3.7 LABORATORIO

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola  
Laboratoriokokeisiin tulee olla lääkärin tai hoitajan lähete.  
Kokeisiin tulee varata aika.

Puhelinajanvaraus arkisin klo 7.00-18.00 puh. **020 619 8019**

### [Sähköinen ajanvaraus](#)

Laboratoriovastausten tiedustelut **klo 13.00 jälkeen**  
Puh. **040 151 9700** ja  
puh. **040 151 9701**

## 3.8 TERVEYDENHOITAJAN VASTAANOTTO

**Terveyskeskus**

**Keskustie 78, 95300 Tervola**

**Terveydenhoitaja puh. 040 198 8198**

**Vastaanotto** arkisin klo 8.00 - 11.00 ilman ajanvarausta  
terveyskeskuksen vastaanotossa, muina aikoina  
ajanvarauksella

**Hoitotarvikejakelu** arkisin klo 8.00 - 10.00

**Verenpaineen itsemittauspisteet** ovat avoinna joka päivä  
klo 8.00 - 16.00.

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

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

### **3.9 RÖNTGEN**

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola

Ajanvarauksella arkisin klo 10.00 - 15.00

**Röntgenhoitaja puh. 040 151 9700 tai 040 151 9701**

### **3.10 DIABETESHOITAJA**

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola

**Diabeteshoitaja puh. 040 525 4785**

Hoitajan vastaanotto toimii ajanvarauksella. Diabeteshoitaja antaa ajan diabeteslääkärin vastaanotolle.

Diabeteshoitovälinejakelu toimii vastaanoton lomassa. Silmänpohjakuvaukseen on oikeutettu jokainen diabeetikko. Kuvaukset ovat kahdesti vuodessa ja ovat potilaalle maksuttomia. Kerran kuvauksessa käyneet ovat seurannan piirissä ja heille ilmoitetaan automaattisesti seuraava kuvausaika.

### **3.11 ASTMAHOITAJA**

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola

**Astmahoitaja puh. 040 525 4786**

### **3.12 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.

### **3.13 REUMAHOITAJA**

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola  
**Reumahoitaja** puh. **050 476 0087**

### **3.14 MUISTIHOITAJA**

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

Muistihoitajan puoleen voi kääntyä

- jos epäilet omaa muistiasi
- olet huolissasi läheisesi muistista

### **3.15 INR-HOITAJA**

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola  
**INR-hoitaja** puh. **050 476 7604**

Vastaanotto tiistaisin ajanvarauksella.



Yhteydenotot ja ajanvaraukset puhelimitse  
ma - to klo 8.00 - 16.00  
pe klo 8.00 - 15.00

Psykiatriset sairaanhoitajat auttavat mielenterveyden ongelmassa ja muissa elämän kriisitilanteissa.

Käynnit ovat maksuttomia.

### **3.19 RESEPTIEN UUSIMINEN**

Kunnassa on käytössä sähköinen resepti. Reseptin uusiminen tapahtuu joko apteekin tai terveyskeskuksen vastaanoton kautta. Uusittu resepti menee sähköisesti suoraan apteekkiin, josta asiakas voi sen saada noin viikon kuluessa uusimisesta.

### **3.20 VUODEOSASTO**

Terveyskeskus, Keskustie 78, 95300 Tervola

Puh. **0400 272 391**

Soittoaika klo 14.30 - 16.30

**Potilaspuhelin puh. 040 151 9706**

Vierailuaika on klo 13.00 - 19.00

Vuodeosastonhoitaja puh. 040 151 9707

## **3.21 KOTISAIRAANHOITO**

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

Sairaanhoitaja

puh. **040 525 4784**

## **3.22 ERIKOISSAIRAANHOITO**

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

## **3.23 POTILASASIAMIES**

Kriisikeskus Turvapoiju  
Etelärantakatu 6, 94100 Kemi

Potilasasiamies puh. **040 572 3793**  
Puhelinaika ti ja to klo 10.00–12.00

Tapaamiset potilasasiamiehen kanssa tulee sopia aina etukäteen.

## Potilasasiamies

- Antaa tietoa potilaan oikeuksista
- Neuvoo 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.

## **4 SOSIAALIPALVELUT**

### **4.1 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

Sosiaalityöntekijä on tavoitettavissa sosiaalitoimistolla etukäteen sovitun ajanvarauksen perusteella.

Sosiaalityöntekijä

perheasiakkaat puh. **040 537 6525**

yksilöasiakkaat puh. **040 566 1915**

### **4.2 VAMMAISPALVELUT**

Sosiaalityöntekijä puh. **040 566 1915**

### **4.3 OIKEUSAPU**

Oikeusavustaja tulee Tervolaan ajanvarauksella.

Oikeusavustajan ajanvaraus puh. **029 566 1500**

## **4.4 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 10.00-12.00

## **4.5 TALOUS- JA VELKANEUVONTA**

Talous- ja velkaneuvonta puh. **029 566 1567**

Puhelinpalvelu ma-pe klo 9.00 - 11.00 ja 13.00 - 15.00

Palvelun tuottaa Lapin oikeusaputoimisto.

## **4.6 EDUNVALVONTA**

Edunvalvontaviranomaisena toimii Digi- ja väestötietovirasto.

**Tervolan kunnan yleinen edunvalvoja p. 040 567 4394**

### **Edunvalvontavaltuus:**

Edunvalvontavaltuutuksella henkilö voi itse etukäteen järjestää asioidensa hoidon sen varalta, että hän tulee myöhemmin kykenemättömäksi hoitamaan asioitaan esimerkiksi heikentyneen terveydentilansa vuoksi.

Edunvalvontavaltakirjassa henkilö (valtuuttaja) nimeää valtuutetun hoitamaan asioitaan.

Valtuutuksen laatimiseen voi pyytää apua esim. pankista tai julkiselta oikeusavustajalta.



## **5 MUUT PALVELUT**

### **5.1 KUNNANVIRASTO**

Keskustie 81, 95300 Tervola  
Puh. **040 124 2411** (vaihde)

Viraston ala-aulassa sijaitseva info-piste on avoinna  
Ma - to klo 8.00 – 16.00, pe klo 8.00 – 15.00

Viraston ala-aulassa on tietokone, jota kuntalaiset voivat  
käyttää maksutta esimerkiksi Internetissä asiointiin.

### **5.2 POSTI**

Sale Tervola, Kurjentie 1, 95300 Tervola  
Puh. **044 788 4965**

Sale Loue, Nelostie 2391, 95340 Loue  
Puh. **044 788 4765**

### **5.3 APTEEKKI**

Tervolan apteekki, Keskustie 94, 95300 Tervola  
Puh. **016 435 003**  
Avoinna ma - pe klo 9.00 – 17.00

### **5.4 ASIOINTIKULJETUKSET**

Asiointikuljetus mahdollistaa kuntakeskuksen ulkopuolella  
asuvien asiointin kirkonkylällä. Asiointikuljetukset  
järjestetään kutsutaksina lähes joka kylältä. Taksien reitit,

ajopäivät ja autoilijoiden yhteystiedot ovat tämän oppaan liitteenä.

Info-piste

puh. **040 124 2411**

## **5.5 TAKSI**

KELA-taksin tilauskeskus .....puh. **0800 302 240**

Tervolan taksiasema .....puh. **016 435 555**

Taksiautoilija Mika Suorsa .....puh. **040 567 5173**

Tilausliikenne Kähkönen Pekka .....puh. **0400 391 757**

## **5.6 KANSALAI SOPISTO**

Kivalo-opiston Tervolan toimipiste

Keskustie 81, 95300 Tervola

Avoinna arkisin 12.00 – 15.00

Rehtori .....puh. **040 352 6673**

Opistos sihteeri .....puh. **040 357 2181**

## **5.7 KUNNANKIRJASTO**

Paasilinnan puistotie 1, 95300 TERVOLA

Puh. **040 486 6984**

**Louen lähikirjasto**

sijaitsee Louen koululla Louensaarentie 19

## 5.8 VAPAA-AIKAPALVELUT

Vapaa-aikatoimi järjestää kulttuuri- ja liikuntatapahtumia sekä -retkiä. Esimerkkeinä vapaa-aikapalveluista ovat mm. säännölliset kuljetukset lähialueen uimahalleihin, teatteriretket sekä konsertit.

**Tapahtumien ja retkien osalta seuraa ilmoituksia**

**Tervolalaisessa**. Kunnan ylläpitämät liikuntapaikat ovat kaikkien kuntalaisten käytössä ja ne löytyvät listattuna kunnan nettisivuilta. Liikuntavälineitä voi lainata kirjastosta omalla kirjastokortilla.

Vapaa-aikaohjaaja                      puh. **040 590 2699**

## 5.9 SIIVOUS- JA KOTIPALVELU

Kunnan siivouspalvelu  
puh. **040 124 2411**

Yksityiset siivouspalvelut:

- Pirjo Jurva Tmi puh. 040 535 8553
- Siivous- ja kotipalvelu Elsa puh. 040 755 3010
- Tomerin siivous- ja kotiapu puh. 040 181 5019

## 5.10 SEURAKUNTA

Kirkkoherranvirasto, Kirkkokuja 4, 95300 Tervola  
Puh. **050 437 0000**

Avoinna ma - ke klo 9.00 - 13.00

## 5.11 POLIISI

Kemin poliisiasema, Valtakatu 28, 94100 Kemi  
Puh. **0295 416 841**

Palvelupäivystys arkisin klo 8.00 - 16.00

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

## 5.12 KANSANELÄKELAITOS

KELA:n asiointipiste toimii kunnanviraston Infossa. Asiointipisteessä saat apua KELA:n hakemuksien täyttämässä ja sinne voit myös jättää hakemukset.

Tarvittaessa voit varata puhelinajan, jolloin Kelalta soitetaan sinulle, tai asiointiajan lähikaupunkien Kela:n toimistoon.  
[Kelan ajanvaraus](#)

### KELA-TAKSIN TILAUS

Puh. **0800 302 240** PRO-Keskus Oy

Jos sinulla on oikeus Kelan korvaamaan taksimatkaan, tilaa taksi alueellisesta tilausnumerosta. Saat matkakorvauksen heti taksissa ja maksat matkastasi enintään 25 euron omavastuun. Jos tilaat taksin muulla tavoin, Kela ei korvaa matkaasi. Soitto alueelliseen tilausnumeroon on maksuton.

### 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. 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 lääkäriä, 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 vuosiomavastuun täyttymistä. Kun se on täyttynyt, saat postitse vuosiomavastuukortin (SV 191). Kun näytät korttia, sinun ei tarvitse maksaa taksin kuljettajalle omavastuuta matkasta.

Jos sinulta peritään matkasta omavastuu, vaikka vuosiomavastuusi olisi täyttynyt, Kela palauttaa liikaa perityt omavastuut sinulle ilman erillistä hakemusta.

**Sairastaminen: sairaanhoitokorvaukset, lääkekorvaukset**  
Puh. 020 692 204



## 6 JÄRJESTÖT JA YHDISTYKSET

### 6.1 TUKIJÄRJESTÖT

#### **Vanhus- ja vammaisneuvosto**

Tervolan kunnan vanhus- ja vammaisneuvosto on kunnan viranomaisten ja sen alueella toimivien eläkeläis-, vanhustyö- ja veteraanijärjestöjen sekä vammaisjärjestöjen ja seurakunnan puolueeton yhteistyöelin.

Vanhus- ja vammaisneuvoston tarkoituksena on toimia koko kunnan vanhusväestön ja vammaisten parhaaksi. Vanhus- ja vammaisneuvosto tekee aloitteita ja esityksiä sekä antaa lausuntoja ja suosituksia kunnan viranomaisille ikäihmisiä ja vammaisia koskevissa kysymyksissä.

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

puh. 040 544 8004

[Punaisen ristin sivuille](#)

[Tervolan reumayhdistys ry](#)

[Pohjois-Suomen syöpäyhdistys ry](#)

[Länsi-Pohjan omaishoitajat ja läheiset ry](#)

## 6.2 ELÄKELÄISJÄRJESTÖT

[Eläkeliiton sivuille](#)

[Eläkeläiset ry:n sivuille](#)

## 6.3 VETERAANIJÄRJESTÖT

[Tervolan sotaveteraanit ry](#)

[Sotainvalidien veljesliitto](#)

[Tervolan reserviupseerit ry](#)

[Tervolan maanpuolustusnaiset ry](#)

## **TERVOLAN KUNNAN ASIOINTIKULJETUKSET 1.8.2020 ALKAEN**

### **KOULUVUODEN AIKANA**

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

#### **Runkaus-Pahtaoja-Lehmikumpu-Tervola-Pahtaoja-Runkaus**

Reitti ajetaan kutsutaksina kerran viikossa.

Tilausliikenne Pekka Kähkönen ky

Puh. **0400 391 757**

#### **Kätkävaara-Tervola-Kätkävaara (tarvittaessa Luppovaaran ja Varejoen kautta)**

Reitti ajetaan kutsutaksina kerran viikossa.

Tilausliikenne Pekka Kähkönen ky

Puh. **0400 391 757**

#### **Reutuaapa-Suolijoki-Ossauskoski-Mattinen-Tervola-Reutuaapa (tarvittaessa Suukosken kautta)**

Reitti ajetaan kutsutaksina kerran viikossa.

Tilausliikenne Pekka Kähkönen ky

Puh. **0400 391 757**

**Koivu (kunnanraja)-Kuusikontie-Tervola-Kuusikontie-Koivu  
(tarvittaessa Louen vanhan tien kautta)**

Reitti ajetaan kutsutaksina kerran viikossa.

Autoilija: Tmi Make Lampela

Puh. **040 515 7304**

**Paakkola-Ylipaakkola-Tervola-Ylipaakkola-Paakkola**

Reitti ajetaan kutsutaksina kerran viikossa.

Tilausliikenne Pekka Kähkönen ky

Puh. **0400 391 757**

# OMAT TÄRKEÄT PUHELINNUMEROT

---