



Laitilan ikäihmisten palveluopas

2023

Päivitetty
6/2023

LUKIJALLE!

”Hyvä vanhuus on nyt!”

Nämä sanat on lausunut tutkijatohtori Jari Pirhonen, ja tällä hän tarkoitti sitä, että kaikki varautuminen ja ennakointi tähtäävät hyvään vanhuuteen.

Juuri siksi kädessäsi on laitilalaisten ikäihmisten uusi palveluopas. Tähän oppaaseen on kerätty mahdollisimman laajasti erilaisia palveluita ja etuuksia, joita uskon sinun, läheisesne tai tuttunne jossain vaiheessa elämää tarvitsevan.

Toivon, että tämä opas auttaa sinua löytämään juuri omaan elämäntilanteeseesi sopivan palvelun; vaikkapa uuden harrastuksen eläkeajan koittaessa tai ruuan kotiinkuljetuksen helpottamaan arkea.

Lämmöllä *Tuija* 

Geronomiopiskelija Tuija Vainio

Työn tilaajana on Laitilan kaupunki/Ikäihmisten palvelujohtaja

Tämä opas on opinnäytetyöni Satakunnan Ammattikorkeakoulun vanhustyön koulutusohjelmassa. Opas on painettu syksyn 2021 tiedoin (päivitetty kesäkuu 2023).



Sisällys

OMAEHTOINEN ELÄMÄ

Liikunta 4

Vapaa-aika 8

Ateriointi 20

Asiointiliikenne 21

VANHUSNEUVOSTO 22

PALVELUOHJAUS

Hyvinvointia edistävät kotikäynnit 23

APUA ARKEEN

Asuminen 24

Asunnon muutostyöt

Ateriointi 26

Kauppapalvelu 26

Muistineuvonta 27

Omaishoito 28

Omaishoidon tuki 28

Päivätoiminta 29

Vapaaehtoistoiminta 29

Apteekkipalvelut 30

Kotihoito 31

Kotihoidon tukipalvelut 33

TERVEYSPALVELUT

Terveyskeskus 34

Kuulonhuolto 35

Suun terveydenhuolto 37



Mielenterveys- ja päihdepalvelut	39
Fysioterapia	40
Apuvälinepalvelut	41
Hoitotarvikejakelu	42
SOSIAALIPALVELUT	
Sosiaalipäivystys	43
YMPÄRIVUOROKAUTISET HOIVAYKSIKÖT	
Varhan ympärivuorokautinen palveluasuminen	44
VAMMAISPALVELUT	45
TUET JA ETUUDET	
Kela	46
Maksukatto	47
Kotitalousvähennys	47
OIKEUSPALVELUT	
Potilasasiamies	48
Sosiaaliasiamies	48
Talous- ja velkaneuvonta	49
Edunvalvontavaltuus	50
Hoitotahto	50
HUOLI-ILMOITUS	51



OMAEHTOINEN ELÄMÄ

Liikunta

Laitilan kaupunki

Kaupunki tarjoaa mahdollisuudet monipuoliseen liikuntaan ikäihmisille. Tarjolla on mm. ohjattua vesijumppaa uimahallilla ja tuolijumppaa monitoimihallilla (Finnlamex-halli).

Rajattomasti liikuntaa Laitilassa-liikuntakortti

Rajattomasti liikuntaa Laitilassa -liikuntakortti on tarkoitettu eläkeläisille, vammaisille ja liikuntarajoitteisille henkilöille. Kortin hinta on aikuiselle 70€/vuosi ja alle 18-vuotiaalle 35€/vuosi. Lisäksi ensimmäistä korttia hankkiessa asiakkaalta veloitetaan 15 € korttimaksu. Liikuntakortti hankitaan/uusitaan Laitilan uimahallilla, ja asiakas kuvataan ensimmäisen kortin oston yhteydessä. Liikuntakorttia lunastaessa henkilön tulee näyttää henkilöllisyystodistus sekä voimassa oleva eläkekortti, vammaiskortti tai invalidikortti. Jos liikuntakortin haltija on halukas hyödyntämään kuntosaliedun, on hänen lunastettava kuntosalille oma sähköinen avain, jonka pantti on 15€.

Lisätietoja liikuntatoimistosta puh. **050 5180589**



Vakka-Suomen kansalaisopisto

Kansalaisopisto tarjoaa monipuolisen mahdollisuuden liikkua oman tason mukaan. Kursseja mm. kuntojumppa, sydänjumppa, tuolijumppa, ikäihmisten kuntosali, toiminnallinen harjoittelu, kuntopiiri, jooga, allasvoimistelu, vesijuoksu, tasapainoharjoittelu, ulkoiluryhmä, frisbeegolf, tanssi ym. Ajan tasalla olevat kurssitiedot löytyvät osoitteesta www.vakkaopisto.fi/ilmoittautuminen.

Opinto-ohjelma löytyy myös jokaiseen kotiin lähetettävästä ohjelmalehdestä.

Kansalaisopiston Laitilan toimisto
Kaupungintalo, Sivistysosasto 2. kerros,
Keskuskatu 30

Postiosoite PL 25, 23801 Laitila ma-to klo 9–16, pe klo 9–15
puh. **040 5356822** - palvelemme puhelimitse, tapaamiset on syytä sopia etukäteen.



Liikuntapaikat

Kunto-Kukko kuntosali

Tuunantie 1, Laitila

puh. **044 0854306**

Uimahalli (esteetön) Urheilutie 11, Laitila

puh. **02 851063**

Finnlamex-halli (monitoimihalli)

Tuunantie 2, Laitila



Kuntorata

Hallitie 4, Laitila

Kuntoradalla on 800 metrin, 1,5 kilometrin ja 5 kilometrin reitit (talvisin hiihtoladut). Reitillä laavu. Kuntoradan valaistus syytty hämärän tullessa ja sammuu klo 23.00.

Frisbeegolfrata

Hallitie 6, Laitila

Matikan alueella, kuntoradan ympäristössä sijaitsee täysimittainen 18-väyläinen frisbeegolfrata.

Palmusen puiston frisbeegolfrata on 6-ratainen ja sopii mainiosti aloittelijoille.

Frisbeegolfkiekkoja voi lainata Laitilan kirjastosta tai kaupungintalolta liikuntatoimesta. Laitilassa toimii lajiseura Pystykiekko ry, josta voi tiedustella opastuksista sekä harrastus- ja kilpailutoiminnasta.



Voimaportaat

Laitilan kaupungin Voimaportaat on rakennettu Vesitornin mäkeen. Varppeentietä lähtee kävely- ja pyörätie ylöspäin kohti vesitornia.



Sirpunpuisto

Lähivirkistysalue keskellä Laitilan kaupunkia on valmistumassa. Lyhyitä luonnonmukaisia kävelyreittejä valaistulla alueella sekä penkkejä luonnosta nauttimiseen. Sirpunpuiston reitille pääset esim. Valkojärvenkujalta tai Talanranta -tieltä.

Lisäksi Laitilassa on seitsemän yleistä uimarantaa eri järvissä, ja niistä kahdessa on kunnan rantsauna. Rantojen tarkemmat sijainnit löytyvät täältä:

<https://www.laitila.fi/palvelut/liikuntapalvelut/uimarannatjarantasaunat/>

Avantouintia: Mustajärvi la klo 15.30–18.00
Särkijärvi su klo 12.00–15.00



Nurkka-Gym

Santilantie 2, Laitila

puh. **044 5700551**



Vapaa-aika

Laitilan Vanhaintuki ry ja Laitilan kaupunki

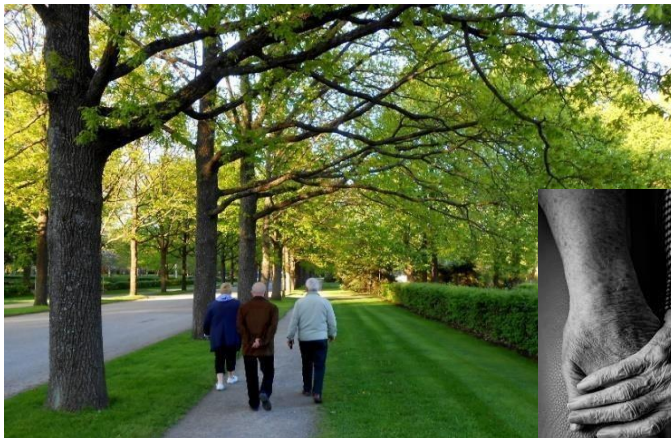
+65 v. tapahtumat kerran kuukaudessa.

Varttuneen väen Iloiset iltapäivät-tapahtuma Opistotalolla kerran kuukaudessa.

Yhteistyössä: Laitilan kaupunki, Vanhaintuki ry, Laitilan seurakunta ja Eläkeliiton Laitila yhdistys

Tietoja tapahtumista Laitilan Sanomien Yhdistykset toimivat -palstalla.

Lisätietoja: puh. **045 6164488** tai **040 6537075**



Laitilan kirjasto (esteetön)

Kauppakatu 5, Laitila puh. **040 4853543**



Jos kirjastossa käyminen tai tavallisen kirjan lukeminen on hankalaa, voit hyötyä Kirjasto kotiin -palvelusta tai Celian lukemisesteisille tarkoitetuista äänikirjoista.

Kirjaston kotipalvelu toimittaa kirjaston aineistoa kotiin asiakkaille, jotka eivät sairauden, vamman, liikuntaesteen tai korkean iän takia pysty itse vierailemaan kirjastossa. Kirjaston henkilökunta kokoaa kirjakassit, tuo ne asiakkaan kotiin säännöllisin väliajoin ja noutaa samalla palautukset.

Kun olet kiinnostunut kirjaston kotipalvelusta, ota yhteyttä puh. **040 6626893**.

Iloa ja elämyksiä äänikirjoista

Celian tuottamia äänikirjoja voivat käyttää henkilöt, joille tavallisen kirjan lukeminen on vaikeaa esimerkiksi luki vaikeuden, näön heikentymisen, lihassairauden tai muun vastaavan syyn vuoksi. Voit tutustua palveluihin tarkemmin Celian verkkosivuilla. www.celia.fi/aanikirjat

Lahjoita lukuhetki

Haluatko kokeilla vapaaehtoistyötä, joka tuo hyvän mielen? Laitilan kirjaston kautta voit lahjoittaa ääneenlukuhetken hoivakodissa asuvalle vanhukselle. Voit käydä kokeilemassa lukemista kerran tai lahjoittaa lukuhetkiä säännöllisesti. Kysy lisää: puh. **040 6626893**

Laitilassa kulkee myös kirjastoauto. Kirjastoauton aikataulun löydät Laitilan kaupungin Aukioloajat ja yhteystiedot verkkosivulta.



Laitilan seurakunta

Varttuneelle väelle suunnattu Arkiehtoollinen ja lounas - tilaisuus (ilmainen) on kerran kuussa torstaisin klo 11 kirkossa ja Kirkkokodissa.

Kirkonsoppa on seurakunnan yhteinen olohuone ja keittiö. Joka maanantai klo 10.30–13 Kirkkokodille voi kokoontua tapaamaan muita ihmisiä, ruokailemaan ja kahvittelemaan yhdessä toisten kanssa sekä laulamaan ja hiljentymään hartauteen. Pienellä maksulla vapaaehtoistyöntekijöiden valmistama herkullinen kotilounas ja jälkiruokakahvit.

Nais- ja miesleskien vertaisryhmät kokoontuvat kerran kuukaudessa Kirkkokodilla tai muualla erikseen sovitussa paikassa.

Sururyhmä läheisensä menettäneille diakoniatoimistolla (Kauppakatu 8).

Diakoniatyöntekijät ja vapaaehtoistyöntekijät käyvät pyynnöstä ikäihmisten luona kotikäynneillä tai ajan keskustelua varten voi varata myös diakoniatoimistoon.

Seurakunta kaipaa lisää vapaaehtoisia!

Vapaaehtoistehtäviä pääsee tekemään esim.

Virsi- ja laulupiirissä (tämä on diakoniatyön vapaaehtoisporukkaa, jotka käyvät laitoksissa laulamassa), kirkonsopan ruoanvalmistuksessa, kirkkokahvin keittäjänä, raamattupiiriohjaajana, pyhäkouluohjaajana, kirkkokuorossa ja monissa yksittäisissä tapahtumissa.



Lisätietoja: puh. **044 5689299** ja **044 5689204**

<https://laitilanseurakunta.fi/>



Vakka-Suomen kansalaisopisto

Kansalaisopisto tarjoaa monipuolisen mahdollisuuden liikkua oman tason ja kunnan mukaan. Kursseja mm. Ikäihmisten kuntosali, kuntoliikuntaa, tuolijumppaa, vesijumppaa, sydänliikkuja, ikämiesten lentopalloa, kuntojumppaa ja kehonhuoltoa sekä niska-, hartia-, selkä- ja tasapainoryhmät ym. Ajan tasalla olevat kurssitiedot löytyvät aina osoitteesta

www.vakkaopisto.fi/ilmoitautuminen

Opinto-ohjelma löytyy myös jokaiseen kotiin lähetettävästä ohjelmalehdestä.



Kansalaisopiston Laitilan toimisto

Kaupungintalo, Sivistysosasto 2. kerros, Keskuskatu
30 Postiosoite PL 25, 23801 Laitila ma-to klo 9–16, pe
klo 9–15 puh. **040 5356822** - palvelemme
puhelimitse, tapaamiset on syytä sopia etukäteen.

Digi-apu

Asiointipiste Avitus tarjoaa lähitukea ja etätukea kaikille tukea tarvitseville ma-pe 9–12. Muina aikoina sopimuksen mukaan. (varmista poikkeusajat)

Lisätietoja: puh. **040 5414132** asiointi.avitus@laitila.fi

<https://www.laitila.fi/asiointi-ja-lomakkeet/asiointipiste-avitus/>

Laitilan kirjasto tarjoaa palveluiden lähi- ja etätukea.

Palveluopastusta ja laitetukea kaikille tukea tarvitseville. Laitetuki vain lähitukena.



Lisätietoja: puh. **040 4853543**

kirjasto@laitila.fi

<https://www.laitila.fi/palvelut/kirjastopalvelut/>



Fingerroosin-säätiö

Löytävä vanhustyö

Löytävä vanhustyö on suunnattu haasteellisessa elämäntilanteessa oleville, riittämättömien tai kokonaan palvelujen ulkopuolella oleville yli 60-vuotiaille. Löytävä vanhustyö tavoittaa, ohjaa ja tukee ikääntyneitä tarvitsemiensa toimintojen ja palveluiden piiriin. Palvelu on maksuton.

Tarina-ryhmään voit tulla sellaisena, kuin olet. Voit kertoa tarinasi tai kuunnella toisten tarinoita, keskustella, kohdata toisia ja kokea, mitä vertaistuki tarkoittaa sinun arjessasi. Laitilan Tarina



kokoontuu keskiviikkoisin klo 13–15 osoitteessa Vihtorinkatu 4, Laitila. Tervetuloa mukaan.

Pilke-toiminta on vertaistuellista, ammatillisesti ohjattua ryhmätoimintaa ikääntyneille, joilla on tai on ollut haasteita päihteiden käytössä. Pilke-ryhmä eli Pilke-porukka kokoontuu kerran viikossa samaan aikaan samassa paikassa. Pilkeporukkaa ohjaa kaksi Pilke®-ohjaajaa, molemmat sosiaali- ja terveysalan ammattilaisia.

Löytävästä vanhustyöstä, Tarinasta sekä Pilkkeestä saa lisätietoja puh. **044 4918204** tai **044 7374271**

heidi.raussi@fingerroos.net

pirjo.reinikainen@fingerroos.net

<https://fingerroos.net/saatio>



Laitilan vanhaintuki ry

+65 v. tapahtumat kerran kuukaudessa. Tietoja tapahtumista Laitilan Sanomien Yhdistykset toimivat -palstalla.

Lisätietoja: puh. **045 6164488** tai **040 6537075**

Kaikille avoimet kortteliryhmät
maanantaisin klo 14.30 Poukanvillen pikkusalissa Keskuskatu 4



keskiviikkoisin klo 13.00

Ainonkartanon kerhotiloissa Isotuvantie 4 ja klo 14.30
Aappolan kerhotiloissa Kukonkuja 6.

Ryhmässä visailtaan, kisaillaan, muistellaan, keskustellaan ym. mukavaa. Pieni osallistumismaksu.

Tiedustelut: puh. **045 6164488**

Laitilan Kino

Laitilassa on vilkkaasti toimiva yksityinen elokuvateatteri Kino. Elokuvien lisäksi Kinossa on esitetty maailman estradeilla kuvattuja, digitoituja ooppera- ja balettinäytäntöjä.



Vihtorinkatu 8, Laitila puh. **050 5677587**

henry@cinemahouse.fi



Yhdistyksiä ja järjestöjä, joissa erilaisia toimintamahdollisuuksia:

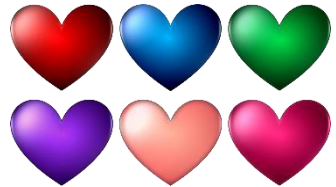
Eläkeliiton Laitilan yhdistys ry

Yhdistys järjestää kuukausitapaamisia, tapahtumia sekä retkiä. Boccia-pallopeliä pelataan urheilutalolla (kesällä mölkkyä). Elokuvakerho ja valokuvauskerho. ÄijäVirtaa toiminnalla lisätään ikääntyvien miesten hyvinvointia ja toimintakykyä. Tämä toteutetaan pienryhmätoiminnalla, teematilaisuuksilla ja tapahtumilla. Lisätietoja: puh. **0400 527745**

Ryhdy vapaaehtoiseksi; vapaaehtoistoimintaa mm. ulkoilun sekä saattoavun merkeissä.

Lisätietoja vapaaehtoistyöstä puh. **050 3255485**

<https://www.elakeliitto.fi/yhdistykset/laitila>



Laitilan-Pyhärannan sydänyhdistys ry

Yhdistys järjestää ryhmäliikuntaa esim. porraskävelyä Varpeen kuntoportailta, frisbeegolfia Palmusen kentällä ja ryhmäjumppaa kansalaisopiston piirissä. Yhdistys järjestää myös kerhotoimintaa kerran kuussa mukavan yhdessäolon merkeissä, joka on kaikille avoin tapahtuma, ei siis tarvitse olla jäsen.

Lisätietoja: puh. **0440851563**

laitilapyharanta@sydan.fi



Laitilan seudun Reuma- ja Tulesyhdistys ry

Yhdistys tarjoaa jäsenilleen lämminvesijumppaa Terveyskodissa, tuolijumppaa Opistotalolla ja avantouintia Lehtoniemessä. Lisäksi yhdistys järjestää tapahtumia ja matkoja mm. teattereihin.

Lisätietoja puheenjohtaja puh. **050 4698815**

<https://laitilanretu.reumaliitto.fi/>

Kulttuuriseura Walo ry

Yhdistys järjestää monenlaisia kulttuuritilaisuuksia ja on mukana järjestämässä tapahtumia alueella yhteistyössä muiden kulttuuri- ja taidetoimijoiden kanssa. Yhdistyksen aktiivitoimijaksi tai jäseneksi voi hakeutua kuka tahansa kulttuurityöstä Laitilan kulmilla kiinnostunut.

Lisätietoja puheenjohtaja puh. **040 6708910**

laitilanwalo@gmail.com



Laitilan Oppaat

Yhdistys tekee kotiseututyötä ja toimii oppaina mm. Laitilan kirkossa ja Kauppilan umpipihalla. Keskuskatu 4b, Laitila puh. **040 6537510** tai

040 5673709

<http://www.laitilanoppaat.fi/>

matkailu@lailanet.fi



Laitilan MLL

Mannerheimin Lastensuojeluliiton Laitilan paikallisyhdistys järjestää viikoittain mm. avoimia perhekahviloita Mukulamestassa sekä näkyy alueen eri tapahtumissa. Yhdistys kaipaa kaiken ikäisiä vapaaehtoisia mukaan toimintaansa, mm. Lukukamuiksi alueen kouluihin. Yhdistyksen vapaaehtoiset toimivat omien taitojensa ja voimavarojensa mukaisesti.

Lisätiedot: pj Heidi Söderman/Laitilan MLL p. 0405050260 tai mll.laitila@gmail.com
www.laitila.mll.fi

Laitilan kuvaajat

Laitilan kuvaajat on kaikille valokuvauksesta kiinnostuneille avoin rekisteröimätön ryhmä. Jäsenvaatimuksia ei ole ja toiminta on hyvin vapaamuotoista, jäsenmaksuja ei kerätä. Uusia jäseniä porukkaan kaivataan mukaan (kynnys on tosi matala).



Lisätietoja puh. **0400 591 526**

laitilan.kuvaajat@gmail.com

<https://laitilankuvaajien.kuvat.fi/kuvat/>



LaitSeMiele

Kaikille avoin yhdistys tarjoaa mielekästä toimintaa ja tekemistä arkipäivään. Päivätoiminnan tilat toimivat matalan kynnyksen kohtaamispaikkana kenelle tahansa, joka kaipaa ystäviä ja toimintaa sekä oman hyvän mielialan ylläpitoa.

Päivätoiminta ma-pe klo 8.30–14.30.

Tarjolla on päivittäin edullisesti aamupala ja kahvia.

Yhdessä tehty lounas tiistaisin ja torstaisin.

Pyykinpesu omatoimisesti (nimellinen maksu).

Järjestää reissuja, elokuvahetkiä ja ryhmiä kiinnostuneille.



Laitilan seudun mielenterveysyhdistys,

Sairaalanatie 2 (2. krs.), Laitila puh. **0400 728342**

<https://www.laitsemiele.fi/> Facebook Laitsemiele ry

A-kilta

Keskeisenä periaatteena on päihitteettömän elämäntavan tukeminen. Killassa on mahdollisuus sekä yhdessäoloon että kahdenkeskisiin keskusteluihin. Yhteiset liikunta-, matkailu- ja leiriharrasteet ovat osa raitista elämäntapaa ja auttavat solmimaan sosiaalisia suhteita. Kilta tarjoilee pientä maksua vastaan aamupuuroa ja aamukahvia. Kahvia on tarjolla koko päivittäisen aukiolon ajan klo 8.00–14.30. Killassa on myös mahdollisuus edulliseen ruokailuun (lounas). Ehdoton vaatimus on, että tulet selvänä.

Kaukolantie 19, Laitila puh. **02851302**

laitilan.akilta@gmail.com

<https://a-killta---laitila.webnode.fi/>



Laitilan soittokunta

Jos olet joskus soittanut tai soitat puhallinsoittimia ja haluat jatkaa hyvää harrastustasi, lähde mukaan iloiseen soittajajoukkoon. Soittokunta soittaa uutta ja vanhaa puhallinmusiikkia.

<http://laitilansoittokunta.com>

laitilan.soittokunta@lailanet.fi



Tipulan Kulttuuriyhdistys ry

Yhdistys on tarkoitettu jokaiselle, joka on kiinnostunut musiikista, kuvataiteesta, valokuvataiteesta, kirjallisuudesta, teatterista ja sirkuksesta.

Tipulan toiminnasta ja tapahtumista lisää täältä:

www.tipula.fi

tipulary@gmail.com



Martat

Marttatoiminta tarjoaa Laitilassa yhteisöllistä toimintaa, uuden oppimista ja tekemisen iloa.

Käsitöitä, ruuanlaittoa, retkiä,

kotitalousneuvontaa ym. yhdessä

tekemistä. Laitilassa toimii mm. Laitilan, Eteläkulman,

Pohjoiskulman, Katinhännän ja Padon Marttayhdistykset.



Paikallisyhdistyksen pj. **040 5935 392**

<https://www.martat.fi/martat/>

Laitilan Kuulo ry

Yhdistys tiedottaa toiminnastaan Laitilan Sanomien Yhdistykset toimivat -palstalla. Kuuloon liittyvissä asioissa voit ottaa yhteyttä puh. **040 5924624** iltaisin klo 18–20.

laitilankuulory.puheenjohtaja@gmail.com

vaatajasari@gmail.com



Lisäksi Laitilassa toimii lukuisia muita yhdistyksiä, seuroja ja kerhoja, joiden toiminnasta löydät tietoa Laitilan kaupungin kotisivuilta <https://www.laitila.fi/palvelut/kulttuuripalvelut/> ja <https://www.laitila.fi/laitila-info/yhdistykset/yhdistystoiminta/> sekä Laitilan Sanomien Yhdistykset toimivat -palstalta.



Ateriointi

Mukavia lounaspaikkoja Laitilassa, joissa voi nauttia hyvästä ruuasta yksin tai seurassa.

Hyvinvointikeskus Poukanville

Lounas ma-la klo 11–13.30.

Keskuskatu 4, Laitila puh. **02 8578233**

Lounaskahvila Wilhelmiina ja Walteri

Lounas ma-pe 10.30–13.30

Turuntie 11, Laitila puh. **02 856380** tai **045 6088810**

Lounaskahvila Ahoska

Lounas ma-pe klo 10.30–14.30.

Keskuskatu 24, Laitila puh. **0400 599 786**

Ravintola Kukonkulma

Lounas ma-pe klo 10.30–14.00

Keskuskatu 18, Laitila puh. **02 856 058**

Ravintola Laitilan Kievari

Lounas ma-pe klo 10.30–13.30

Keskuskatu 12, Laitila puh. **02 8576100**

Shell Laitila Lounas ma–
pe 10.30–14 Eurantie 1,
Laitila puh.

040 631 0888

Ravintola Ramos's

Lounas ma-pe 10.30–15
Eurantie 3, Laitila puh.

044 723 2449



Asiointiliikenne

Ostopalveluliikenne on kaikille avointa palveluliikennettä Laitilan alueella. Liikenne on tarkoitettu palvelemaan eläkeläisiä, vanhuksia, liikuntarajoitteisia, kehitysvammaisia ja muita asukkaita, joille linja-auton käyttö on vaikeaa.

Palveluliikenne voi tehdä pieniä poikkeuksia reitiltä. Kiireetön palvelulinja kuljettaa liikuntarajoitteiset tai ikäihmiset pienbussilla päivittäisille kauppaa- tai pankkiasioille Laitilan alueella, arkisin pääsääntöisesti klo 7–16 välisenä aikana.

Matkoista peritään joukkoliikennetaksan mukainen korvaus, joka perustuu kilometriperusteiseen hinnastoon. Hinnasto löytyy kaupungin verkkosivuilta kohdasta

JOUKKOLIIKENNE.

Asiointimatkan voit tilata numerosta 045 7834 5943 arkipäivisin klo 7–16. Matka tulee tilata hyvissä ajoin etukäteen. Kuljettaja sovittelee aikataulut viikon kuljetusohjelmaan.



Kela-taksi

Jos sinulla on oikeus Kelan korvaamaan taksimatkaan, tilaa taksi alueellisesta tilausnumerosta. Saat matkakorvauksen heti taksissa ja maksat matkastasi enintään 25 euron omavastuun. Soitto alueelliseen tilausnumeroon on maksuton.

Varsinais-Suomen alueellinen tilausnumero puh.

0800 414 603 (Taksi Helsinki Oy)

0800 021 80 (Menevä Oy)



VANHUSNEUVOSTO

Edistää viranomaisten, vanhusten sekä eläkeläis- ja vanhusjärjestöjen yhteistoimintaa.

Seuraa ikäihmisten näkökulmasta kunnan päätöksentekoa heille tarkoitettujen palvelujen ja tukitoimien järjestämiseksi.

Antaa lausuntoja kunnan viranomaisille ikäihmisiä koskevissa asioissa.

Seuraavat tahot nimeävät jäsenen neuvostoon:

Laitilan sotaveteraanit ry

Laitilan Vanhaintuki ry

Eläkeliiton Laitilan yhdistys

Laitilan Seudun Seniorit ry

Laitilan kaupunginhallitus (2 jäsentä)

Vanhusneuvoston sihteeri puh. **040 6537075**.



PALVELUOHJAUS

Ikäihmisillä ja omaisilla on mahdollisuus saada neuvontaa ja ohjausta palveluihin liittyvissä kysymyksissä Varsinais-Suomen keskitetystä asiakasohjauksesta. Tietoa annetaan mm. kotona asumista tukevista palveluista, kotihoidosta, omaishoidosta, asumispalveluista sekä yleistietoa sosiaalietuuksista. Tarvittaessa palveluneuvoja avustaa myös palveluiden hakemisessa sekä kaavakkeiden täyttämässä.

Varsinais-Suomen keskitetyn asiakasohjauksen

puh. 02 262 6164 arkisin klo 9–15. Tietoja voi etsiä myös netistä

<https://www.asiakasneuvonta.fi/fi>



APUA ARKEEN

- vinkkejä kotona asumisen tueksi

Asuminen

Ikäihmisten vuokra-asunnot sijaitsevat Poukanmäen palvelukeskuksessa ja Anttilakodossa, joissa on yhteensä 47 vuokra-asuntoa. Kaikissa asunnoissa on turvapuhelin.

Ikäihmisten vuokra-asuntoja on lisäksi 27 kappaletta Pähkinäkodossa. Näissä asunnoissa ei ole turvapuhelinta.

Kotihoitohenkilökunta auttaa päivittäin tarpeen mukaan. Vanhusasunnot on tarkoitettu laitilalaisille ikäihmisille.

Asuntohakemukset toimitetaan osoitteeseen:

Laitilan kaupunki/sosiaalitoimisto
Keskuskatu 30
23800 Laitila

Lisätietoja toimistosihteerillä puh. **044 766 7910**



Asunnon muutostyöt

Iäkkäiden ja vammaisten henkilöiden asuntojen korjausavustuksen tarkoituksena on parantaa iäkkäiden ja vammaisten henkilöiden mahdollisuuksia kotona asumiseen. Kotona asuminen edellyttää, että asunto on esteetön ja sellaisessa kunnossa, että asuminen siellä on terveellistä ja turvallista ottaen huomioon asukkaan voimavarat. Avustusta myönnetään omakotitalon tai asunto-osakkeen korjaamiseen.

Korjausneuvojan palvelut asiakkaille ovat maksuttomia yli 65vuotiaille, mutta varsinaisten remonttien tekeminen on maksullista. Korjausneuvoja auttaa kuitenkin avustusten hakemisessa asuntojen muutostöiden toteuttamiseen.

Vanhustyön keskusliiton korjausneuvoja puh. **0500 908 660**



Ateriointi

Kaarean ruokapalvelut tarjoavat ikäihmisille mahdollisuuden tilata ateriapalveluita haluamilleen päiville (1–7 päivänä) kotiin kuljetettuna. Erityisruokavaliot asiakkaan tarpeiden mukaan.



Uudet asiakkaat: Puh 02 262 6164

Vanhat asiakkaat oman ryhmän numerosta.

Kotiin kuljetettuja ateriapalveluita tuottavat myös:

Hyvinvointikeskus Poukanville

Erityisruokavaliot asiakkaan tarpeiden mukaan.

Kuljetukset arkipäivisin klo 10.45–

12.30. poukanville@terveyskoti.fi

puh. **02 8578233**



Lounaskahvila Wilhelmiina ja Walteri

Turuntie 11, Laitila

Kuljetus sopimuksen mukaan.

Tilaukset puh. **02 856380** tai **045 6088810**

<http://lounaskahvilaww.fi/>

Kauppapalvelu

K-Supermarket Laitilassa on kauppatavaroiden kotiinkuljetuspalvelu. Kotiinkuljetuksesta tulee erillinen maksu. *Kotiin kuljetettavat tuotteet tilataan verkkokaupasta.* Lisätietoja

kotiinkuljetuksesta: puh. **02 8584617**



Muistineuvonta

Jos olet huolestunut omasta tai läheisesi muistista, kannattaa hakeutua tutkimuksiin.

Muistipoliklinikalla kartoitetaan mm. päivittäistä toimintakykyä häittäviä muistipulmia. Mitä varhaisemmassa vaiheessa muistiongelmiin puututaan, sitä parempia ovat hoitotulokset.

Muistitutkimukset ja –neuvonta: Terveyskeskus, Sairaalantie 8

Muistikoordinaattorin soittoaika on ma ja ke-pe **klo 8-9**,
puh. **040 754 8811**.

Muistiliitto tarjoaa neuvoja ja tukea:

Muistineuvo-tukipuhelimesta saat neuvoja ja ohjeita muistialan ammattilaisilta.

Puh. **09 8766550** (ma, ti ja to klo 12–17)

Vertaislinja-tukipuhelin on palvelu muistisairaana läheisille.

Puhelu on maksuton. Puh. **0800 9 6000** (ma-la klo 17–21)

<https://www.muistiliitto.fi/fi/tuki-ja-palvelut>

Varsinais-Suomen Muistiyhdistys:

Varusmestarintie 15 20360 Turku

Puh. **044 2020 533**

<https://www.muistiturku.fi/fi/>



Omaishoito

Omaishoidolla tarkoitetaan vanhuksen, vammaisen tai sairaan henkilön hoidon ja huolenpidon järjestämistä kotioloissa omaisen tai muun hoidettavalle läheisen henkilön avulla. Tuella on tarkoitus mahdollistaa asiakkaan kotona asuminen. Tuella tapahtuva hoito voi olla vaihtoehto palveluasumiselle, pitkäaikaishoidolle tai runsaille kotihoitoon/muille palveluille.

Omaishoidon tuki

Omaishoidon tukea haetaan hakemuksella. Hakemuksen liitteeksi tarvitaan hoidettavaa koskeva lääkärinlausunto (esim. lääkärinlausunto C), joka ei ole puolta vuotta vanhempi. Hakemukseen voi liittää myös muita tilannetta selventäviä asiakirjoja. Hakemus liitteineen lähetetään osoitteeseen:

omaishoidontuki@varha.fi

tai postitse

Omaishoito

Varsinais-Suomen hyvinvointialue

PL 52, 20521 Turku



Hakemuksen saavuttua sosiaaliviranomaiset tekevät kotikäynnin, jossa kartoitetaan muun muassa hoidettavan toimintakykyä, ehdotetun hoitajan terveyttä ja toimintakykyä sekä hoidettavan kodin terveydellisiä ja muita olosuhteita.

Lisätietoja omaishoidon tukeen liittyen: puh. **050 518 0591**

Omaishoidontuki hakemus:

<https://www.laitila.fi/palvelut/ikaihmissenpalvelut/omaishoito/>

Omaishoitajaliiton kotisivuilta saa paljon tietoa omaishoitajuudesta. <https://omaishoitajat.fi/>



Päivätoiminta

Varha järjestää ikäihmisten kuntouttavaa päivätoimintaa, joka on tarkoitettu kotona asuville yli 65–vuotiaille henkilöille, jotka pystyvät toimimaan ryhmässä ja olemaan mukana vähäisellä avustuksella. Tämä on matalan kynnyksen paikka, erityistaitoja ei tarvita. Liikunta-apuvälineiden käyttö ei ole este ryhmään osallistumiselle. Jokaisena arkipäivänä kokoontuu eri päivätoimintaryhmä. Ryhmät toimivat klo 9–14 välillä.

Päivätoiminnan tarkoitus on tuoda elämään iloa ja mielekkyyttä, poistaa yksinäisyyttä eli tuoda seuraa ja ystäviä. Tarkoitus on kaiken kaikkiaan tukea kotona asuvien henkistä ja fyysistä virkeyttä.

Lisätietoja päivätoiminnan työntekijöiltä:

puh. **040 6463452 ja 040 6305939**



Vapaaehtoistoiminta

Vapaaehtoistoiminta on tärkeä ja ikäihmisten kannalta merkittävä lisä hyvinvointipalveluiden kokonaisuudessa. Vapaaehtoistoiminta on normaaliin arkeen kuuluvien apujen antamista sitä tarvitseville. Laitilan kaupungin organisoimaan vapaaehtoistyöhön kuuluu mm. ulkoilu, seurustelu, satunnaiset kauppa-asioinnit sekä lääkäri- ja laboratoriomatkojen saattajana toimiminen. Jos haluat toimia tärkeässä työssä vapaaehtoisena tai haluaisit hyödyntää vapaaehtoisten palveluja, saat lisää tietoa puh. **045 6164488**



Apteekkipalvelut

Laitilan Ykkösapteekki (esteetön)

Keskuskatu 11, Laitila

Normaalien apteekkipalveluiden lisäksi

-lääkkeiden annosjakelupalvelu

-reseptien uusiminen

-lääkityksen kokonaisarviointi (maksullinen)

-verkkoapteekki (johon saa liitettyä kotiinkuljetuksen vahvalla tunnistaumisella) Kysy lisää puh. **02 856 518**

<https://www.laitilan1.fi/>



Laitilan Uusi Apteekki (esteetön)

Kauppakatu 3, Laitila

Normaalien apteekkipalveluiden lisäksi

-lääkkeiden koneellinen annosjakelu

-reseptien uusimispalvelu

-muistitietopaketti (sairauden alkuvaihe/omaiset)

-lääkityksen tarkistuspalvelu

-lääkehoidon arviointipalvelu (käynnistymässä)

Kysy lisää puh. **02 851 333** <https://www.laitilanuusiapteekki.fi/>



Kotihoito

Kotihoidolla tarkoitetaan ikäihmisen avustamista tavanomaiseen elämään kuuluvien tehtävien suorittamisessa. Tarve palveluihin arvioidaan yksilöllisesti. Palvelu myönnetään säännöllisenä tai määräaikaisena. Tavoitteena on auttaa, tukea ja kuntouttaa asiakasta selviytymään omassa kodissaan mahdollisimman pitkään. Kotihoitohenkilöstö työskentelee aamu-, ilta-, yö- ja viikonloppuvuoroissa.

Kotihoito Pohjoinen

Alueet: Sairaalantie, Isotuvantie, Isotuvanpolku, Pappilanrinne, Mikaelinkatu, Kanttorinkuja, Teollisuustie, Pihlakuja, Valkojärven alue, Pähkinäkoto, Kotipesä, Varpee, Hinnerjoentie, Palmusen alue, Välimetsä, Kaukola, Soukainen, Vahantaka, Valko, Vaimaro, Suontaka, Malko, Haaro, Sillantaka, Silo, Pato, Leinmäki, Liesjärvi, Kivijärvi

Arkisin: sairaanhoitaja puh. **050 568 9222** klo **10.00–11.30** ja klo **13–14**

Kotihoitoryhmän puh. **050 558 1918** klo **7.00–21.30**



Kotihoito Etelä

Alueet: Anttilantie 3 asunnot, Keskuskatu, Kodjala, Kukonkuja, Karvarinkuja, Urheilutie, Kirkkotie, Vihtorinkatu, Kananpolku, Kruunuvoudintie, Kylänraitti, Myllymäentie, Ilomäki, Tuuna, Hartikkala, Kylänpää, Vierumäki, Koukkela, Vidilä, Viikainen, Kovero, Haukka, Kusni, Nästi, Mudainen, Kartanonperä, Krouvinummi, Kiili, Pehtsalo, Kovio, Koliseva, Vuohenmaa, Pirttikylä, Vekka, Kaariainen, Ytö, Kaivola, Pahojoki, Toma, Katinhätä, Lemmi, Laessaari, Sorola, Salo, Torre, Palttila, Kouma, Seppälä, Untamala, Ropa,

Arkisin: sairaanhoitaja puh. **050 568 9225**
klo **10–11.30** ja klo **13–14**

Kotihoitoryhmän puh. **050 558 1919** klo **7–21.30**

Kotihoidon fysioterapeutti puh. **040 638 6878**

Asiakasohjaus puh. **02 262 6164**



Kotihoidon Tukipalvelut

Tukipalvelut ovat monesti ensimmäisiä palveluita, joita henkilö tarvitsee itsenäisen asumisen tueksi.

- Ateriapalvelu
- Asiointipalvelu
- Vaatehuoltopalvelu
- Peseytymispalvelu
- Turvapalvelut
- Kotikuntoutus
- Kuntouttava päivätoiminta
- Siivouspalvelu



Kysy lisää **02 262 6164**

Yksityistä kotipalvelua ja kotipalvelun tukipalvelua

Arvonlisäverotonta kotipalvelua ja kotipalvelun tukipalveluita tarjoavat yksityiset palveluntuottajat on rekisteröity viranomaisten rekisteriin.

Kotipalvelun tukipalveluja ovat ateria-, vaatehuolto- ja siivouspalvelu sekä sosiaalista kanssakäymistä edistävät palvelut.

Mikäli ostat kotipalvelua tai kotipalvelun tukipalvelua suoraan yksityisiltä palveluntuottajilta, kannattaa kysyä heiltä, voitko saada palvelun arvonlisäverottomasti.



TERVEYSPALVELUT

- usein tarvittavia tietoja terveyspalveluista

TERVEYSKESKUS

Sairaalantie 8, Laitila

Lääkäreiden ja hoitajien vastaanotto eli normaali kiireetön vastaanotto ja ajanvaraus arkisin klo 8–16, puh. 02 8501 8301

Päivystys on tarkoitettu kiireellisen avun tarpeeseen. Päivystyshoidolla tarkoitetaan hoitoa, jota ei voi siirtää seuraavaan päivään, **ajanvaraus puh. 02 8501 8301.**

Laitilan terveyskeskus päivystää arkisin klo 8–16.

Yllä olevan ajan ulkopuolella soita ennen päivystykseen hakeutumista puh. **02 313 8800**. Päivystys on Vakka-Suomen sairaalassa joka päivä klo 20 asti ja sen jälkeen yöpäivystys on järjestetty TYKSin yhteispäivystyksessä, T-sairaalassa.

Hätätilanteissa soita numeroon 112.



TYKS laboratorio, Laitilan näytteenottopiste

Näytteenotto toimii ajanvarauksella ma-ti klo 7–15, ke-pe klo 7–11.

Laboratorioajat varataan Tykslabin kautta:

<https://tyks.vihta.com> tai

puhelimitse numerosta **02 313 6321** ma-pe klo 7.00–14.30.



Sairaanhoitajan vastaanotto, huone 5,
puhelinaika arkisin klo 14.30–15.30,
puh. **02 8501 8303**



Diabeteshoitaja ajanvaraus ma, ti, to, pe klo 8.00–8.30 sekä
klo 12–13, puh. **02 8501 8302**. Diabetestarvikkeiden
tilaukset.

Allergia- ja astmahoitaja, ajanvaraus ti ja to klo 12.15–
12.45, puh. **02 8501 8305**

Elämäntapaohjaus, puh. **02 8501 8306**.

Ruokavalio- ja
liikuntaneuvonta, sydänpotilaan ohjaus,
lääkkeetön unettomuuden hoito ja tupakasta
vieroitus.



Kuulonhuolto

Sairaanhoitajan vastaanotolla korvien puhdistukset ja
kuulolaitteiden pienet huollot sekä tarvittaessa ohjaus
kuulotutkimukseen.

Ajanvaraus ma-pe klo 8-16 puh. **02 8501 8301**



Yksityistä lääkäripalvelua:

Laitilan Lääkäripalvelu Oy

Keskuskatu 26 b, Laitila

-yleis- ja erikoislääkäripalvelut, laboratoriopalvelut

puh. **02 859 59** <http://www.laakaripalvelut.fi/index.php>

Pekka Rajala

Keskuskatu 17, (Sahenkulma) Laitila -yleislääkärin
yksityisvastaanotto

puh. **02 855 000** <http://www.pekkarajala.com/>



Suun terveydenhuolto

Terveyskeskuksen hammashoitola Sairaalantie 8

Ajanvaraus ja neuvonta

Käytössä on TeleQ-takaisinsoittojärjestelmä.

Takaisinsoittopalvelu toimii, kun äänitteen kuuntelemisen jälkeen tehdään valinta 1–4 numeronäppäimillä. Numero ei saa olla salainen eikä numeronäyttö estetty.

Keskitetty ajanvaraus palvelee ma-pe klo 8.00-15.30 puh. 02 8501 8304.

Päivystys virka-ajan ulkopuolella

Päivystys on tarkoitettu tilanteisiin, joissa henkilö tarvitsee kiireellistä ensiapua.

Päivystykseen otetaan aina yhteys ensin soittamalla numeroon 02 3131564 hoidon tarpeen kiireellisyyden arvioimiseksi. Soittoajat ovat arki-iltoina klo 16–18, viikonloppuina ja arkipyhinä klo 8.30–11.00. Näiden aikojen ulkopuolella saa neuvontaa äkillisiin vaivoihin T-sairaalan yhteispäivystyksen puhelinneuvonnasta puh. **02 3138800.**



Yksityistä hammashoitopalvelua

PlusTerveys Laitilan Hammas (esteetön)

Hammaslääkäripalvelua

Vihtorinkatu 1, Laitila puh. **02 854567**

<https://www.plusterveys.fi/hammashoito/toimipisteet/laitila/plusterveys-laitilan-hammas/hammaslaakaripalvelut>

Ukihammas Tuula Mohtaschemi (esteetön)

Erikoishammasteknikko

Vihtorinkatu 2 (Vihtorinkränni), Laitila puh. **040 059 3129**

<https://www.ukihammas.fi/> info@ukihammas.fi

Vakkapurenta Oy Vesa Niskanen

Erikoishammasteknikko

Sairaalantie 3 B 11, Laitila puh. **044 989 5740**

<https://vakkapurenta.fi/> vesa.niskanen@vakkapurenta.fi



Mielenterveys- ja päihdepalvelut

Mielenterveys- ja päihdeyksikkö toimii ilman lähetettä ns. matalan kynnyksen tutkimus- ja hoitopaikkana, jonne asiakas voi oma-aloitteisesti ottaa yhteyttä. Mielenterveys- ja päihdeyksikkö sijaitsee osoitteessa Urheilutie 2.

Uusien asiakkaiden ajanvaraus päivystävä hoitaja **ma-pe klo 8-14**, puh. **050 331 8303**.



Pilke-ryhmä

Pilke-toiminta on vertaistuellista, ammatillisesti ohjattua ryhmätoimintaa ikääntyneille, joilla on tai on ollut haasteita päihteiden käytössä. Toiminta on Laitilan kaupungin ja Fingerroosin säätiön järjestämää. Pilke-porukka kokoontuu kerran viikossa samaan aikaan samassa paikassa.

Tapaamisessa syödään aamupalaa, vaihdetaan kuulumisia ja pelaillaan, kokeillaan kädentaitoja, tehdään retkiä jne. Pilke-toiminta on pilkeläiselle maksutonta. Ainoastaan matkat ryhmän ja kodin välillä ovat pilkeläiselle omakustanteisia. Pilke-porukkaan voi hakeutua ottamalla yhteyttä kyseisen Pilke-porukan ohjaajaan tai yhteyshenkilöön.

Pilkeohjaaja puh. **044 4918 204** tai **044 7374271**

heidi.raussi@fingerroos.net

pirjo.reinikainen@fingerroos.net

<https://fingerroos.net/>



Fysioterapia

Terveyskeskuksen tiloissa 2.kerros

- lääkinnällisen kuntoutuksen arviot, terapiat ja apuvälineet
- leikkausten jatkohoidot erikoissairaanhoidon lähettämänä
- ryhmätoimintaa erityisryhmille

Asiointi- ja puhelinaika **ma-pe 8.30 - 10.00.**

Puh. **040 7300 834** tai **050 - 559 5777.**

Fysioterapiapalveluja tarjoavat lisäksi useat yksityiset hoitolaitokset sekä ammatinharjoittajat.

Atlas-Fysio Oy, Keskuskatu 18, puh.

040 4161778 <https://www.atlasfysio.fi/>

Fysikaalinen Hoitolaitos Taina Kaila-Vuorio, Vihtorinkatu 2,

puh. **050 0728349** <https://www.tainakailavuorio.fi/>

Laitilan Kuntokeskus Ky, Vihtorinkatu 1,

puh. **02 856130** <http://www.laitilankuntokeskus.fi/>

Laitilan Terveyskoti Sairaalanatie 8,

puh. **0440 857 821** <http://terveyskoti.fi/palvelut/kuntoutus/>



Apuvälinepalvelut

Terveyskeskuksen 2. krs. **Avoimna arkisin klo 8.30–10.00,**
puh. **040 730 0834** tai **050 559 5777.**

Apuvälinelainaamosta lainataan tilapäisesti välttämättömät apuvälineet kotona pärjäämiseksi esim. leikkausten jälkeen tai sairaalasta kotiutumisen edellyttämät apuvälineet.

Pitkäaikaiseen tarpeeseen apuväline lainataan pitkäaikaissairaille, joilla on lääkinällinen peruste.

Apuvälinetarpeen arviointi tehdään kuntoutujan ja apuvälinealan asiantuntijan yhteistyönä.



Yksityinen apuvälinepalvelu

Apu- ja turvavälineet voi hankkia myös yksityiseltä palveluntuottajalta. Tuotteita hygieniaan ja peseytymiseen, ruokailuun ja liikkumiseen. Lääkinälliset kompressiosukat mm. turvotusten ja suonikohjujen hoitoon, leikkausten jälkihoitoon, matkailijoille ja urheilijoille.

[Apu- ja turvavälinepalvelu SataVakka](#)

Keskuskatu 26 b

puh. **02 859 59**

http://www.laakaripalvelut.fi/apu_ja_turvavälineet.php

apuväline@laakaripalvelut.fi



Hoitotarvikejakelu

Potilas on oikeutettu saamaan hoitosuunnitelman mukaiset pitkäaikaisen sairauden hoitoon tarvittavat hoitotarvikkeet (esim. haavanhoitotarvikkeet ja vaipat). Hoitotarvikkeiden jakelu perustuu asiantuntijoiden suorittamaan tarpeen määrittelyyn.

Diabetestarvikkeiden tilaus diabeteshoitajalta ma-to klo 8–16 sekä pe klo 8–13, puh. **02 8501 8302**.

Tarvikkeiden nouto diabeteshoitajan (huone 9) oven ulkopuolella olevasta kaapista ma-pe klo 7-16.

Muiden hoitotarvikkeiden tilaus joko soittamalla tai tekstiviestillä puh. **040 6569 473** tai sähköpostitse johanna.a.virtanen@varha.fi.



SOSIAALIPALVELUT

Sosiaalihuollolla tarkoitetaan sosiaalipalveluja, sosiaaliavustuksia ja niihin liittyviä toimintoja, joiden tarkoituksena on edistää ja ylläpitää yksityisen henkilön, perheen sekä yhteisön sosiaalista turvallisuutta ja toimintakykyä.



Sosiaalihuoltoa toteutetaan sellaisin toimintamuodoin, jotka mahdollistavat itsenäisen asumisen sekä luovat taloudelliset ja muut edellytykset selviytyä omatoimisesti päivittäisistä toiminnoista.

Sosiaalipäivystys

Sosiaali- ja kriisipäivystys auttaa sinua, kun tarvitset kiireellistä ja välttämätöntä apua tai tukea. Sosiaali- ja kriisipäivystys huolehtii esimerkiksi kiireellisistä lastensuojeluasioista, organisoii psykososiaalisen tuen järjestämistä onnettomuus- ja kriisitilanteissa sekä vastaa virka-ajan ulkopuolella erilaisten kiireellisten sosiaalipalveluiden järjestämisestä.

Varsinais-Suomen hyvinvointialueen sosiaali- ja kriisipäivystyksen puhelinnumero **02 262 6003** on avoinna ympäri vuorokauden kaikkina viikonpäivinä



YMPÄRIVUOROKAUTISET HOIVAYKSIKÖT

- Varhan sekä yksityisten palvelutuottajien tietoja

Varhan ympärivuorokautinen palveluasuminen

Koivukoto

Koivukoto tarjoaa heikentyneen toimintakyvyn omaaville iäkkäille laitilalaisille virikkeellistä palveluasumista kodinomaisessa ympäristössä, terveyskeskuksen yläkerrassa osoitteessa Sairaalantie 8. Ammattitaitoinen henkilökunta on paikalla 24 h/vrk.

Lisätietoja asumispalvelujohtaja puh. **044 585 3505**

Kaukolankoti

Kaukolankoti tarjoaa vanhuksille ympärivuorokautista pitkäaikais- ja lyhytaikaishoitoa. Kaukolankoti sijaitsee puistomaisessa ympäristössä.

Kaukolantie 30, 23800 Laitila.

Kaukolankodin osastot:

Johannatupa (dementiaosasto) puh. **040 657 7292**

Louhela puh. **040 653 9456**

Wäinölä puh. **040 589 3556**

Ainola puh. **040 634 2241**

Lisätietoja: asumispalvelujohtaja puh. **044 585 3505**



Yksityisiä hoivayksiköitä Laitilassa

Laitilan Terveyskoti, Sairaalan tie 8, Laitila
Ympäri vuorokautista hoivaa ikäihmisille.
Lisätietoja puh. **02 8578207**

Attendo Hoivalinna, Talanranta 2, Laitila
Ympäri vuorokautista hoivaa ikäihmisille.
Lisätietoja puh. **044 4944783**

Attendo Joenrinne, Jokirinteen polku 5, Laitila
Ympäri vuorokautista hoivaa ikäihmisille.
Lisätietoja puh. **044 494 2670**

VAMMAISPALVELUT

Vammaispalvelujen tehtävänä on järjestää vammaispalvelulain ja kehitysvammalain mukaiset palvelut ja tukitoimet.

- palvelutarpeen arviointi ja palvelusuunnitelma
- asunnon muutostyöt ja asuntoon kuuluvat välineet ja laitteet
- palveluasuminen
- päivittäisistä toiminnoista suoriutumisessa tarvittavat välineet, koneet ja laitteet
- päivätoiminta
- sopeutumisvalmennus - kuljetuspalvelut

Lisätietoja vammaispalvelujen neuvonta ja ohjaus:
puh. **050 310 2995**



TUET JA ETUUEDET

Kela

Eläkettä saavan hoitotuki

Eläkettä saavan hoitotuen tarkoitus on tukea vammaisen tai pitkäaikaisesti sairaan eläkkeensaajan jokapäiväistä elämää, toimintakykyä, kuntoutusta ja hoitoa. Siihen voi olla oikeus henkilöllä, joka on kokopäiväisesti eläkkeellä ja jolla on vamma tai pitkäaikainen sairaus.

<https://www.kela.fi/elakettasaavan-hoitotuki>

Eläkkeensaajan asumistuki

Voit saada eläkkeensaajan asumistukea, kun asut vakinaisesti Suomessa, olet pienituloisen ja saat eläkettä, joka oikeuttaa eläkkeensaajan asumistukeen. Voit saada asumistukea vakinaiseen vuokra- tai omistusasuntoon.

<https://www.kela.fi/elakkeensaajanasumistuki?inheritRedirect=true>

Kuntoutus

Kela järjestää kuntoutusta kaiken ikäisille. Ikääntyneiden kuntoutuskurssi sopii sekä kotona että palvelutalossa asuville yli 68-vuotiaille monisairaille henkilöille, jotka tarvitsevat sairauksien vuoksi apua arjessa selviytymiseen.

Lisätietoja kuntoutuskursseista:

www.kela.fi/kuntoutuskurssit



Maksukatto

Kunnallisen terveydenhuollon asiakasmaksuissa on kalenterivuositainen maksukatto. Maksukatto on vuonna 2023 692 euroa vuodessa. Maksukaton täytyttyä asiakas saa maksukaton piiriin kuuluvat palvelut pääsääntöisesti maksutta. Lyhytaikaisesta laitoshoidosta tai laitospalvelusta peritään ns. ylläpitomaksuna enintään 22,80 euroa hoitopäivältä (2023). Vapaakorttia voi hakea Laitilan kaupungin sosiaalitoimistosta maksukaton täyttymisvuotta seuraavan kalenterivuoden loppuun mennessä. Maksukattoasioissa voi olla yhteydessä toimistosihteerin puh. **044 766 7910**

Kotitalousvähennys

Kotitalousvähennys on tärkeää muistaa myös ikääntyneiden palveluita ostettaessa. Kotitalousvähennyksen voi hakea kotiin tuotettavista palveluista, myös tavanomaisesta hoiva- ja hoitotyöstä. Kotitalousvähennyksen voi hyödyntää sekä arvonlisäverollisista ja arvonlisäverottomista palveluista, mutta vähennys lasketaan arvonlisäverollisesta hinnasta (ALV 24 %). Terveyspalveluihin sitä ei voi käyttää (esim. lääkärin, fysioterapeutin tai sairaanhoidon palvelut). Työn maksaja on oikeutettu kotitalousvähennykseen omassa verotuksessaan. Maksajana voi olla asiakkaan puolesta toimiva puoliso, lapsi tai lapsenlapsi. Lisätietoja:

<https://www.vero.fi/henkiloasiakkaat/verokortti-javeroilmoitus/tulot-ja-vahennykset/kotitalousvahennys/>



OIKEUSPALVELUT

Potilasasiamies

Potilasasiamies tiedottaa potilaan oikeuksista ja toimii niiden edistämiseksi. Hän neuvoo ja tarvittaessa avustaa potilasta esim. kohteluun, hoitovahinkoepäilyihin, salassapitoon tai tiedonsaantiin liittyvissä asioissa.

Potilasasiamies ei ota kantaa lääketieteellisiin ratkaisuihin.

Laitilan terveystieteiden potilasasiamiehenä toimii

VarsinaisSuomen sairaanhoitopiirin potilasasiamies.

Henkilökohtaista tapaamista varten on hyvä varata aika.

Potilasasiamiehen tavoittaa: ma-pe klo 10–12 sekä ti ja to klo

13–15, puh. **02 313 0000**

Postiosoite: Potilasasiamies, TYKS rakennus 9, PL 52,
21521 Turku potilasasiamies@tyks.fi



Sosiaaliasiamies

Sosiaaliasiamies on puolueeton henkilö, joka toimii asiakkaiden edun turvaajana. Sosiaaliasiamiehen tehtävä on neuvoa antava. Asiamies ei tee päätöksiä tai myönnä etuuksia.

Asiakasyhteydenotot vain puhelimitse puh. **050 559 0765**

ma klo 12–14 ja ti-to klo 9–11, pe ei puhelinaikaa.

Postiosoite: Oy Vasso Ab/sosiaaliasiamies, Läntinen Pitkäkatu
21–23 E, 4. krs., 20100 Turku

<https://vasso.fi/sosiaaliasiamies/>



Talous- ja velkaneuvonta

Talous- ja velkaneuvonta on lakisääteinen maksuton palvelu, joka

- antaa tietoa ja neuvontaa talouden ja velkojen hoidosta
- auttaa taloudenpidon suunnittelussa-selvittää velallisen talouteen liittyvien ongelmien ratkaisumahdollisuuksia
- auttaa velallista velkojien kanssa käytävissä sovintoneuvotteluissa
- auttaa velkajärjestelylain mukaisten hakemusten laatimisessa tuomioistuimeen
- auttaa Takuusäätiön takauksen hakemisessa järjestelylainalle-neuvoo ja auttaa velallista koko maksuohjelman ajan maksuohjelman hoitamisessa

Toimipaikat Raumalla ja Uudessakaupungissa.

Asiointimahdollisuus tapaamisten lisäksi myös puhelimitse, sähköpostilla, sähköisen asioinnin kautta tai etäpalveluna.

Älä jää ongelmiesi kanssa yksin, vaan ota rohkeasti yhteyttä!

Rauman oikeusaputoimisto, Virastotalo Aittakarinkatu

21 A, 26100 Rauma puh. **029 5660 429**

rauma.velkaneuvonta@oikeus.fi



Taloudellinen kaltoinkohtelu

Mummonmarkan vartijat –hankkeen tarkoitus on lisätä yleisesti, mutta erityisesti ikääntyneiden ja heidän omaistensa tietämystä taloudellisesta kaltoinkohtelusta ja huijauksista sekä niiden ilmenemismuodoista ja torjunnasta. Hanke tarjoaa myös tietoa keinoista korjata tilannetta mahdollisen uhriksi joutumisen jälkeen. Lue lisää: www.mummonmarkanvartijat.fi



Edunvalvontavaltuus

Edunvalvontavaltuus on edunvalvontaa joustavampi tapa järjestää asioiden hoito. Laatimalla edunvalvontavaltakirjan saat itse määrätä asioidesi hoidosta, kun et itse niistä enää pysty huolehtimaan. Edunvalvontavaltakirjalla voit määrittellä, kuka asioitasi hoitaa, mitä asioita hän hoitaa ja miten.

Valtakirjalla on tietyt muotovaatimukset, siksi se on hyvä tehdä asiantuntijan kuten juristin avulla. Edunvalvontavaltuutuksen vahvistaa Digi- ja väestötietovirasto.

Lisätietoja esim. valtuutuksen laatimisesta:

<https://dvv.fi/edunvalvontavaltuus>



Hoitotahto

Hoitotahdossa saat itse ilmaista, millaista hoitoa haluat elämän loppuvaiheessa. Hoitotahto on hyvä tehdä siltä varalta, että et jostain syystä pysty itse osallistumaan hoitopäätöksiin.

Hoitotahdon voit tehdä kirjallisesti todistajien vakuuttamana, Omakanta-järjestelmässä tai suullisesti.

Lomakkeita saatavilla mm.: <https://www.kanta.fi/> (pitää olla kirjautuneena Omakantaan)

<https://thl.fi/fi/web/ikaantyminen/elamanloppuvaiheenhoito/hoitotahto>

<https://www.muistiliitto.fi/fi/etuudet-ja-oikeudet/hoitotahto>



HUOLI-ILMOITUS

Voit tehdä huoli-ilmoituksen, kun olet huolissasi iäkkään henkilön itsestään huolehtimisesta, terveydestä tai turvallisuudesta. Ilmoituksen tarkoituksena on varmistaa, että henkilö saa tarvitsemansa huolenpidon silloinkin, kun hän ei sitä itse osaa tai ymmärrä pyytää. Ilmoituksen voi tehdä kirjallisesti tai soittamalla, ja sen voi tehdä myös nimettömänä. Huoli-ilmoitus lomakkeen löydät Varhan sivuilta osoitteesta:

<https://www.varha.fi/fi/tietoa-varhasta/asiakkaan-hyvinvointialueella/sahkoinen-asiointi/huoli-ilmoitus>

Huoli-ilmoituksen voi tehdä soittamalla:

Puh. 02 262 6164

