



Palvelut senioreille Opas

**Tästä oppaasta löydät tietoa
kunnan palveluista suomeksi**

I den här guiden hittar du information
om kommunala tjänster på finska

Johdanto - Inledning	3
Fixari - Fixar'n	4
Saattopalvelu - Ledsagarservice	5
Kuljetuspalvelu - Färdtjänst	6
Jalkahoito - Fotvård	8
Senioriravintolat - Pensionärsrestauranger	9
Tapaamispaikkoja senioreille - Träffpunkter	10
Omaiskeskus - Anhörigcenter	11
Omaistukija - Anhörigstödjare	12
Lomitus omaistukiasunnossa - Avlösning vid korttidsboende	13
Dementiakeskus - Demenscentrum	14
Kotisairaanhoito - Hemsjukvård	15
Kuntoutus - Rehabilitering	16
Apuvälineet - Hjälpmedel	16
Asunnon sopeuttaminen - Bostadsanpassning	16
Toimintakeskus - Aktivitetscenter	17
Kotipalvelu - Hemtjänst	18
Valitse vapaasti kotipalvelusuorittaja -Fritt val, välj hemtjänstutförare ..	18
Kunnallinen kotipalvelu - Kommunal hemtjänst	19
Avaimeton kotipalvelu - Nyckelfri hemtjänst	19
Erityiset asumismuodot - Särskilda boenden	20
Lyhytaikahoito / vuorotteluhoito - Korttids- och växelvård	20
Palvelutalot - Servicehus	20
Hoivakodit - Äldreboenden	20
Hammashoito - Tandvård	22
Hinnat – hoito ja huolenpito - Avgifter – vård och omsorg	23
Hakeminen - Ansökan	24



Palvelut senioreille opaste – johdanto

Inledning

Sundsvallin kaupungin tavoitteena on antaa kaikille asukkailleen mahdollisuus elää hyvää elämää. Sundsvall haluaa olla kaupunki, jossa ihmiset viihtyvät ja tuntevat olevansa turvassa.

Terveysten- ja sairaanhoitolaki sekä sosiaalipalvelulaki edellyttää, että kunta on vastuullinen antamaan tukea ja hoitoa niitä tarvitseville.

Sundsvallin kunta on suomen kielen hallintoalue ja se tarkoittaa, että kaikilla jotka haluavat tai tarvitsevat palveluja suomen kielellä on oltava siihen mahdollisuus.

Tämä opas on tarkoitettu sinulle, joka haluat tietoa suomeksi vanhuksille tarkoitetuista kunnanpalveluista. Lisätietoja löydät Sundsvallin kotisivuilta www.sundsvall.se/suomeksi.



Avoimet palvelut – ilman avuntarpeenmäärittystä

Service utan biståndsbeslut

Fixar'n

Voit tilata Fixarin ja torjua kaatumistapaturmia!

Fixari on henkilö, joka tulee kotiin vanhusten tai toimintaesteisten luokse ja auttaa esimerkiksi vaihtamaan lamppuja, verhoja tai auttamaan niissä asioissa, jotka aiheuttavat sinulle kaatumisriskin.

Soita numeroon: 060-19 19 51

Fixari toimii koko Sundsvallin kunnan alueella.

Saattajapalvelu

Ledsagarservice

Jos sinun on toimintaesteesi takia vaikea tehdä asioita yksin, voit kääntyä saattajapalvelun puoleen.

Voit saada apua:

- Ulkoiluun
- Osallistua kulttuuritapahtumiin
- Käydä kaupassa ostoksilla
- Käydä suunnitetuilla lääkärin ja hammaslääkärin vastaanotolla
- Käydä kampaajalla tai jalkahoidossa.

Tilaa saattaja:

Samhall Ledsagarservice

Puhelin: 060-16 82 01 maanantaista – perjantaihin 07.00–16.00

Sähköposti: ledsagning@samhall.se

Sinä maksat omat kustannuksesi ollessasi saattajan kanssa toiminnoissa.

Saattajapalvelu auttaa sinua tekemään arkipäivän vapaa-ajan toimintoja kodin ulkopuolella. Palvelu on ilmainen, mutta sinä maksat itse omat kustannuksesi toimintojen yhteydessä. Sinä, joka olet seniori tai sinulla on toimintaeste voit hakea saattaja-apua. Pyydä suomenkielistä saattajaa.

Suomenkielinen ystäväpalvelu tarjoaa ystävää sinulle, joka olet yksinäinen ja haluat puhua suomea jonkun kanssa. Ota yhteyttä Sundsvallin kunnan suomenkielisen tapaamispaikan toiminnanohjaajaan puhelinvaihteen kautta 060-19 10 00.



Kuljetuspalvelu

Färdtjänst

Sinulla on oikeus hakea kuljetuspalvelua, jos et pysty vähintään kolme kuukautta kestäneen toimintaesteen vuoksi liikkumaan yksin tai yleisillä kulkuneuvoilla.

Hakemukseen täytyy liittää lääkärinlausunto, jonka voi kirjoittaa lääkäri, sairaanhoitaja, fysioterapeutti tai vastaava.

Kuljetuspalvelua haetaan siitä kunnasta missä olet väestörekisterissä.

Kuljetuspalvelu Sundsvallissa sisältää paikallisia matkoja Sundsvallin ja Timrån kunnan sisällä.

Kuljetuspalvelu maksaa sinulle, jolla on oikeus kuljetuspalveluun tavallisella autolla 1,5 bussimaksua.

Sinulla, jolla on oikeus erikoiskuljetukseen maksat yhden bussimaksun hinnan. Mukana matkustaja maksaa saman hinnan kuin sinä, jolla on oikeus kuljetuspalveluun.

Jos et voi matkustaa itsenäisesti toimintaesteesi takia, sinulla on oikeus hakea saattajaa matkan ajaksi ilman lisämaksua.



Hakemus lähetetään ja lisätietoja saat:

Sundsvalls kommun
Avdelningen för kollektivtrafik och tillgänglighet
851 85 Sundsvall
Puhelin: 060-19 14 14, puhelinaika: 9.30-11.00

Maakäräjät/aluehallinto vastaa sairaankuljetuksista.
Lue lisää 1177 -hoito-oppaasta.

Jalkahoito

Fotvård

Kunnallinen jalkahoito on tarkoitettu Sundsvallin kunnassa asuville yli 65 -vuotiaille tai eläkeläisille joilla on erityistarve jalkahoitoon.

Sundsvallissa on 7 jalkahoitolaa, ota yhteys puhelinvaihteen kautta 060-19 10 00

- Alnö Palvelutalo
- Vanhustentalo Granlunda
- Vanhustentalo Lindgården
- Palvelutalo Tomtegränd
- Vanhustentalo Kristinelund
- Vanhustentalo Skottsundsbacken (ainoastaan hoitokodin asukkaat)
- Vanhustentalo Tingsta
- Vanhustentalo Norra Kajen
- Plusasunnot Skönsmohuset
- Indal/Liden

Jalkahoito on mahdollista myös Matfors/Attmar/Stöde kunnan osissa yksityisen palvelunantajan kautta.



Senioriravintolat

Pensionärsrestauranger

Sundsvallissa on seitsemän senioriravintolaa. Lounas ravintolassa maksaa eläkeläiselle 78 kruunua ja ruokalaatikko mukaan otettuna 65 kruunua.

- Ravintola Anemomen – Alnö palvelutalo auki arkisin kello 11.00–13.30
- Ravintola Matglädjen – Kristinelund auki arkisin kello 11.30–13.00
- Ravintola Matknuten – Knutsgården Stöde auki arkisin kello 11.00–13.30
- Ravintola Nyckelpigan – Attmarhem auki arkisin kello 13.00–14.00
- Ravintola Tomtegränd – Tomtegränd palvelutalo auki arkisin kello 11.30–13.30
- Ravintola Va'gott – Matfors palvelutalo auki arkisin kello 11.00–14.00



Tapaamispaikkoja senioreille

Träffpunkter

Sundsvallin kunnassa on viisi senioreille tarkoitettua tapaamispaikkaa. Kolme niistä erityisasuntojen yhteydessä. Tapaamispaikassa vierailevat osallistuvat sosiaaliseen yhteisöön ja saavat piristettä arkipäivään erilaisten aktiviteettien kautta. Tapaamispaikkoihin ovat kaikki tervetulleita kyvyn ja mielenkiinnon mukaan. Tapaamispaikat tekevät yhteistyötä yhdistysten ja vapaaehtoisten kanssa.

- Alnö palvelutalo, Färjevägen 32, Alnö
- Knutsgården, Knutsvägen 5 Stöde
- Kristinelund, Axvägen 7, Sundsvall
- Kvissleby, Affärsgatan 4B, Kvissleby
- Skönsmohuset, Fridhemsgatan 71, Sundsvall

Suomenkielinen tapaamispaikka Sumpi-Saluuna, torstaisin klo 13.00-16.00 Kristinelundin tiloissa, Axvägen 7, Sundsvall



Omaiskeskus

Anhörigcenter

Omaiskeskus on tapaamispaikka sinulle jolla on läheinen tai ystävä ja joka pitkäaikaisen sairauden, toimintarajoitteen tai päihderiippuvuuden vuoksi tarvitsee apuasi.

Omaisella tarkoitetaan yli 18 -vuotiasta henkilöä, joka hoitaa ja tukee lähimmäistään. Lähimmäinen voi olla perheenjäsen, partneri, läheinen sukulainen, läheinen ystävä tai naapuri. Lähimmäisellä voi olla henkinen tai ruumiillinen toimintarajoitteisuus kuten esimerkiksi pitkäaikainen psyykinen tai fyysinen sairaus tai päihde- tai riippuvuusongelma.

Dementiaa sairastavien omaiset saavat apua dementiakeskuksesta.



Omaistuen tarkoituksena on pienentää omaisten fyysistä ja psyykkistä kuormitusta. Tuen avulla omaisten elämäntilanne paranee ja sairastumisriski alenee.

Omaisconsultit tarjoavat:

- Yksityisiä keskusteluja
- Neuvonantoa ja tukea
- Omaisryhmiä
- Tiedotustilaisuuksia ja omaisiltoja
- Apua yhteiskunnassa yhteyksien löytämiseen ja niihin tukitoimiin, joita lähimmäinen tarvitsee.

Omaistukija

Anhörigstödjare

Omaishoitajalla on mahdollisuus saada kotiin lomituspalvelua omaistukijalta. Palvelu on ilmainen ja lomittaja tulee kotiin huolehtimaan lännimmäisestä. Omaisen saa näin vapaa-aikaa itselleen tai voi osallistua joihinkin toimintoihin, matkustaa tai vaan levätä hetken.

Lomituspalvelua voi saada arkisin klockan 8.00–17.00 (sopimuksen mukaan voi aikaa jatkaa klockan 19.00 asti) korkeintaan 12 tuntia kuukaudessa. Kaikilla omaiskeskuksen työntekijöillä on vaitiolovelvollisuus emmekä dokumentoi käyntejä.

Omaiskeskuksen yhteystiedot:

Skepparegatan 5B, Sundsvall, puhelin 060–19 21 90



Lomitus omaistukiasunnossa

Avlösning vid korttidsboende

Jos sinä omaishoitajana tarvitset muutaman vuorokauden omaa aikaa, voit varata paikan hoitoa tarvitsevalle omaistukiasunnosta korkeintaan 14 vuorokaudeksi.

Tämä lomitusmuoto ei tarvitse sosiaalitoiminnon tarpeenmääritystä. Yhteys puhelinvaihteen kautta 060–19 10 00.

Dementiakeskus

Demenscentrum

Sundsvallin sosiaalilautakunnan tavoitteena dementiaystävällinen kunta. Yksi tärkeä osa tavoitetta on Sundsvallin dementiakeskus, joka antaa neuvoa, tukea ja tietoa sille, jolla on dementiasairaus tai dementiasairauden kaltaisia oireita ja tämän omaisille. Dementiakeskus tekee yhteistyötä omaiskeskuksen kanssa.

Dementiakeskuksen tehtävä:

- Tarjota yhteneväistä ja yksilöllistä tukea dementiasairaalle ja hänen omaisilleen koko sairauden kulun ajan
- Välittää yhteyksiä ja tehdä yhteistyötä muiden yksiköiden ja toimintojen kanssa, joita dementiasairas tarvitsee selviytyäkseen jokapäiväisestä elämästä
- Tarjota omaisille jatkuvaa koulutusta dementiasairauksista ja lähimmäisten kohtaamisesta
- Tarjota jatkuvaa tukea, koulutusta ja ohjausta henkilökunnalle, joka kohtaa työssään dementiaa sairastavia henkilöitä.

Omais – ja dementiakeskuksessa voit saada apua suomen kielellä.



Ota yhteys:

Skepparegatan 5B, Sundsvall, arkisin 8.30–16
lounaalla suljettu 12–13,
puhelin: 060–19 21 90
Sähköposti: demenscentrum@sundsvall.se



Kotisairaanhoito

Hemsjukvård

Kotisairaanhoidolla tarkoitetaan kotona annettavaa terveyden- ja sairaanhoitoa. Se voi tarkoittaa lääkehoitoa, rokotteita, haavanhoitoa, verikokeiden ottoa tai muuta hoitoa. Se voi myös tarkoittaa toimintakykyä kartoitusta ja hoitoa.

Kotisairaanhoitoa antavat sairaanhoitaja, fysioterapeutti tai työterapeutti, mutta myös kotipalvelun henkilökunta saamiensa toimintaohjeiden mukaan. Kotisairaanhoito voi olla lyhyt tai pitkäaikainen hoitosuhde.

Kotisairaanhoitoa voidaan myöntää kaikille niille, jotka eivät pääse itse tai toisen ihmisen avustamana terveyskeskuksessa annettaviin toistuviin hoitoihin ikään, sairauteen tai diagnoosiin katsomatta. Kotisairaanhoito toimii vuorokauden ympäri. Kotisairaanhoitoa voit saada terveyskeskuksesi kautta.

Kuntoutus

Rehabilitering

Jos olet joutunut sairauden tai onnettomuuden uhriksi ja joka rajoittaa arkipäivääsi ja tarvitset kuntoutusta, ota yhteys terveyskeskukseesi.

Apuvälineet

Hjälpmedel

Jos sinulla on toimintarajoitteisuus, voit lainata apuvälineitä pystyäksesi helpommin selviytymään arkipäivästäsi. Apuvälineet lainataan fysioterapeutin tai työterapeutin tekemän henkilökohtaisen avunmäärityksen jälkeen.

Asunnon sopeuttaminen

Bostadsanpassning

Jos sinulla on toimintarajoitteisuus ja se vaatii, että asuntosi sopeutetaan tarpeittesi mukaan, voit hakea asunnonsopeuttamistukea.

Lisätietoja: Kaupunkinrakennuskonttorin asunnonsopeuttamiskäsittelijät

Avuntarpeenmäärityksen vaativat palvelut

Service som behöver biståndsbeslut

Toimintakeskus

Aktivitetscenter

Toimintakeskus tarjoaa päivätoimintaa henkilöille, joilla on lievä tai keskitason demensiasairaus. Toiminnan tarkoitus on antaa demensiasairaille tilaisuus sosiaaliseen yhteisöön ja virkistäviin aktiviteetteihin. Päivätoiminta toimii myös lomituspaikkana omaisille. Paikka toimintakeskukseen vaatii sosiaalitoimen avuntarpeenmäärityspäätöksen.

Toimintakeskus on auki maanantaista perjantaihin. Sundsvallissa on kolme demensiasairaille sunnattua toimintakeskusta:

- Klubb Knuten, Axvägen 17, Sundsvall
- Klubb Stödegården, Knutsgården, Stöde
- Skönborg toimintakeskus (nuoremmille demensiasairaille), Skönsbergsvägen 53, Sundsvall





Kotipalvelu Hemtjänst

Valitse vapaasti kotipalvelusuorittaja Fritt val – välj hemtjänstutförare

Jos olet saanut myöntävän päätöksen kotipalvelusta, voit itse valita kunnallisen tai yksityisen suorittajan välillä. Jos et tee valintaa on suorittaja automaattisesti kunnallinen kotipalvelu. Sinulla on oikeus vaihtaa suorittaja milloin vain ja kuinka usein vain. Ilmoita valinnasta avuntarpeenmäärityksen yksikköön. Kysy suomenkielistä palvelua.

Kunnallinen kotipalvelu Kommunal hemtjänst

Sundsvallin kotipalvelun tavoitteena on apu, josta voit hyvin ja tunnet olosi turvalliseksi. Kunta soveltaa Skönsmon mallia ja työtapana on osoittautunut avunsaajan turvallisuuden ja viihtyvyyden kannalta tulleen entistä paremmaksi. Myös henkilökunta viihtyy työssään paremmin. Toiminnan lähtökohtana on aina palvelun saajan tarpeiden ja toiveiden tyydyttäminen.

Avaimeton kotipalvelu Nyckelfri hemtjänst

Sundsvallin kunnassa asuvat ja kotipalveluun oikeutetut voivat saada oveen asennetuksi sähköisen lukon – Phoniro. Tämä tarkoittaa, että kotipalvelu ei tarvitse avaimia kotiisi tullessaan. Phoniro on paristolla toimiva lukko, joka asennetaan oven sisäpuolelle. Itse käytät avainta normaalisti. Kotipalvelu käyttää matkapuhelimessa olevaa koodia avatakseen oven. Kotipalvelu voi aukaista oven vain kun heillä on aika vieraila luonasi ja hälytyksen yhteydessä. Järjestelmä kirjaa myös kuinka pitkän ajan kotipalvelu viipyy luonasi. Lukko ei näy oven ulkopuolelle. Vain tietty henkilökunta voi aukaista lukon.

Erityiset asumimuodot

Särskilda boenden

Lyhytaikaishoito / vuorotteluhoito

Korttids- och växelvård

Sinä, joka hoidat lähimmäistäsi, tarvitset ehkä joskus aikaa itsellesi levätä ja hakea uusia voimia. Silloin on aika hakea vuorotteluhoitoa. Vuorotteluhoito tarkoittaa, että vuorottelee kodin ja jonkin kunnan vanhustentalon lyhytaikaishoitopaikan välillä. Hoitoaika vaihtelee viikosta kahteen viikkoon. Kun tarvitset säännöllistä lomitusta, ota yhteys sosiaalitoiminnon avuntarpeen käsittely-yksikköön, puhelin 060-19 25 50.

Lyhytaikaishoito voi olla ajankohtainen sairaalassaolon jälkeen, kun potilas tarvitsee arkikuntoutusta ennen kotiin paluuta. Hoitosuunnitelma tehdään sairaalassa ollessa.

Lyhytaikaishoidosta maksat ruoasta 111 kruunua vuorokaudessa ja hoitomaksuja 70 kruunua vuorokaudessa, mutta korkeintaan 2 089 kruunua kuukaudessa.

Palvelutalot

Servicehus

Asuminen palvelutaloissa tarkoittaa, että tietyt palvelut ovat lähellä mikä luo turvallisuuden tunnetta. Kotipalveluhenkilökunta ja sairaanhoitaja ovat samassa talossa. Usein on myös jalkahoito, ravintola, kahvila/kioski ja tilaisuus sosiaaliseen yhteisöön muiden kanssa samassa rakennuksessa.



Ryamatta med bild från finska Kalevala-boken. (Suomi-Kotis entré)

Hoivakodit

Äldreboenden

Asuminen vanhusten hoivakodeissa on tarkoitettu niille, jotka tarvitsevat hoitoa ja tukea ympäri vuorokauden, esimerkiksi demenssairauden tai muun sairauden vuoksi. Hoivakodissa sinä saat henkilökohtaisen avun tarpeittesi mukaan sekä ruoan, siivouksen että pyykinpesun.



Hammashoito

Tandvård

Jos sinulla on suuri ja pikäaikainen tarve henkilökohtaiseen hammashoidon apuun olet oikeutettu suun terveydenkartoitukseen ja tarpeelliseen hammashoitoon. Maksat siitä vain normaalin sairaahoitomaksun.

Oikeus sinulla on siihen kun:

- Asut jossakin erityisasunnossa
- Sinulla on suuri tarve kotona suoritettavaan terveyden- ja sairaanhoitoon
- Sinulla on suuri tarve henkilökohtaiseen avustukseen ja hoitoon. (Vähintään 3 valvonta-/hoitokertaa päivässä ja yksi valvontakerta yössä)
- Suuri psyykinen toimintarajoite
- Toimintarajoite, joka kuuluu LSS-lain piiriin.

Hinnat – hoito ja huolenpito

Avgifter – vård och omsorg

Kotihoidosta maksat niistä palveluista, jotka sinulle on määrätty avuntarpeenmäärityksen mukaan. Maksu lasketaan henkilökohtaisten tulojesi perusteella, mutta korkeintaan 2 125 kruunua kuukaudessa.

Jos asut jossakin Sundsvallin hoivakodissa, maksat vuokran vuokrasopimuksen mukaisesti ja hoitomaksun sinulle määrätyn avun mukaan, mutta korkeintaan 2 125 kruunua kuukaudessa. Ruoan hinta on 3 409 kruunua kuukaudessa ja se sisältää aamiaisen, lounaan, päivällisen ja kaksi välipalaa.

Palvelutalossa asuessasi maksat vuokran vuokrasopimuksen mukaisesti ja kotihoitopalvelumaksun sinulle määrätyn avun mukaan, mutta korkeintaan 2 125 kruunua kuukaudessa. Jos olet mukana muuttaja et maksa mitään erillisiä palvelumaksuja. Palveluhintaan sisältyy: kotihoito, turvahälytint, henkilökunta lähellä vuorokauden ympäri, mahdollisuus yhdessäoloon ja aktiviteetteihin sekä terveys- ja sairauspalvelut.

Hakeminen

Ansökan

Hakeminen kotipalveluista ja erityisasumiseen tehdään Sundsvallin kunnan avuntarpeenmäärityksen yksikköön, joka tekee avuntarpeenkartoituksen ja päätöksen erityisasumisesta. Puhelin arkisin 060-19 25 50

Avuntarpeenyksiköstä voit saada apua suomen kielellä sitä pyytäessäsi.



**Sinun hyvinvointisi on meille tärkeää!
Tervetuloa ottamaan yhteyttä
Sundsvallin kuntaan.**