



PARKANON & KIHNIÖN SOTE YHTEISTOIMINTA-ALUEEN

IKÄIHMISTEN PALVELUOPAS


HYVÄ PARKANOLAINEN & KIHNIÖLÄINEN IKÄIHMINEN

Palveluopas on laadittu Sinulle sekä läheisillesi. Toivomme, että palveluopas helpottaa arkeasi etsiessäsi tietoa ja toimintamahdollisuuksia.

Maailma muuttuu, niin tämänkin oppaan tiedot muuttuvat. Päivitämme opasta vuosittain. Opas on laadittu Parkanon ja Kihniön sote -yhteistoiminta-alueelle.

Parkanon kaupunki, Kihniön kunta ja Kolmostien Terveys Oy

Ikäihmisten palvelut

	1
PARKANON & KIHNIÖN SOTE YHTEISTOIMINTA-ALUEEN	1
IKÄIHMISTEN PALVELUOPAS	1
HYVÄ PARKANOLAINEN & KIHNIÖLÄINEN IKÄIHMINEN	2
1 Ikäihmisten palvelut	5
1.1 Vanhustyön asiantuntijat	5
1.2 Asiakkuuksien ohjaus	5
2 Kotona asumista tukevat palvelut	6
2.1 Kotihoito	6
2.2 Kotihoidon tukipalvelut	6
2.3 Ikäihmisten päivätoiminta	7
2.4 Yhteisötila Tervaskanto ja Ikätori	7
2.5 Omaishoidon tuki	8
2.6 Lyhytaikainen tehostettu palveluasuminen	8
2.7 Kuntoutus- ja fysioterapiapalvelut	9
2.8 Muistipoliklinikka	10
2.9 Aikuisneuvola	10
2.10 Kuljetuspalvelut	11
2.11 Hoitotarvikejakelu	11
2.12 Veteraanasiat	12
3 Muut sosiaali- ja terveystyöpalvelut	12
3.1 Terveystieteiden keskus	12
3.2 Mielenterveyspalvelut ja päihdetyö	12
3.3 Sosiaalityö	13
3.4 Taloudelliset etuudet	13
3.5 Edunvalvonta	15
3.5 Potilasasiamies ja sosiaaliasiamies	16
4 Yksityiset palveluntuottajat (kotipalvelu, siivouspalvelu, kiinteistöhuolto, yms.)	16
4.1 Siivous- ja hoivapalvelut	17
4.2 Kiinteistöhuoltopalvelut	18
4.3 Ateriapalvelut kotiinkuljetuksella	18

4.4 Kauppa-asiointi	18
4.5 Lääkkeiden annosjakelupalvelu	19
5 Harrastus- ja virkistystoiminta	19
5.1 Liikuntapalvelut	19
5.2 Kirjastopalvelut	20
5.3 Petäjä-opisto	21
5.4. Seurakunta	21
5.5 Yhdistystoiminta ja muut yhteistyötahot	22
5.5 Vapaaehtoistoiminta	24
5.6 Vanhusneuvosto	25
6 Asuminen	25
6.1 Asunnon muutostyöt	25
6.2 Ikäihmisten vuokra-asunnot	25
6.3 Rantakodon ja Rauhalan alueen rivitalot sekä Iltaruskon vuokra-asunnot	26
6.4 Ympäri vuorokautinen hoiva	26

1 Ikäihmisten palvelut

Ikäihmisille suunnatuilla palveluilla pyrimme tukemaan ikäihmisen toimintakyvyn ylläpitämistä ja edistämistä. Ikäihmisiä ja heidän omaisiaan tuetaan ennaltaehkäisevillä sekä yksilöllisesti arvioituilla hoito-, kuntoutus- ja hoivapalveluilla. Ensisijaisena tavoitteena ikäihmisten palveluissa pyrimme asiakkaiden omatoimisuuden säilyttämiseen ja lisäämiseen sekä tukemaan kotona asumista mahdollisimman pitkään.

1.1 Vanhustyön asiantuntijat

Parkanossa Tuija Vainionpää, puh. 044 786 5342 ja Kihniössä Tanja Mustajärvi, puh. 044 786 5775, puhelinaika arkisin klo 9–11.

Vanhustyön asiantuntijoiden toimipiste sijaitsee Parkanon kaupungintalolla. Vanhustyön asiantuntijoiden tehtäviin kuuluvat vanhuspalveluiden viranhaltijatehtävät Parkanon ja Kihniön sote-yhteistoiminta-alueella.

1.2 Asiakkuuksien ohjaus

Ikääntyneen asiakkaan ohjausta ja koordinointia monimuotoisten palveluiden piirissä.

Asiakkuuksien ohjauksessa annetaan tietoa palvelujen vaihtoehtoista ja omakustanteisista palveluista sekä järjestöjen toiminnasta.

Ohjaukseen sisältyy palveluiden käynnistäminen, seuranta ja koordinointi hoitoketjun mukaan. Tavoitteena asiakkaan tarpeista lähtevät palvelut, joista asiakas saa toimintakykyään, arjen hyvinvointiaan ja voimavarojaan tukevia palveluita.

Asiakkaan voimavaroja ja toimintakykyä kartoitetaan käyttäen mm. RAI-toimintakykyarviointia, sekä lisäksi havainnoimalla ja keskustelemalla asiakkaan sekä hänen läheisten kanssa. Palvelu on maksuton.

Toimii Parkano-Kihniö yhteistoiminta-alueella ajanvarauksella.

Asiakasohjaaja, puh. 040 719 0436.

2 Kotona asumista tukevat palvelut

2.1 Kotihoito

Kotihoidon tavoitteena on auttaa ikäihmisiä, vammaisia ja pitkäaikaissairaita asiakkaita selviytymään kotona mahdollisimman pitkään tukemalla heidän itsenäistä asumistaan ja selviytymistä omassa kodissaan itsemääräämisoikeutta ja yksilöllisyyttä kunnioittaen. Kotihoidon tarkoituksena on edistää ja ylläpitää kotona asuvien terveyttä, toimintakykyä ja hyvinvointia.

Parkano-Kihniö yhteistoiminta-alueen kotihoito sisältää kansanterveystilain mukaisen kotisairaanhoidon ja sosiaalihuoltolain mukaisen kotipalvelun sekä kotihoidon tukipalvelut. Kotihoidon antaman avun sisältö painottuu henkilökohtaiseen hoivaan ja huolenpitoon sekä hoitoon, jossa huomioidaan asiakkaan terveydentila ja siihen liittyvät sairaanhoidollisen palvelun tarpeet. Kotihoidon ja tukipalveluiden myöntäminen perustuu asiakkaan yksilöllisesti arvioituun palveluntarpeeseen. Kotihoitoa voi hakea alentuneen toimintakyvyn, perhetilanteen, sairauden, vamman tai muun vastaavanlaisen syyn perusteella.

Säännöllinen kotihoito: Avuntarve on vähintään kerran viikossa ja kesto kaksi kuukautta. Perusturvalautakunnan hyväksymät palvelun myöntämisen perusteet täyttyvät. Maksu määräytyy asiakkaan ja puolison bruttotulojen ja avunmäärän mukaisesti aikaperusteisesti.

Tilapäinen kotihoito: Avuntarve on tilapäinen. Peritään käyntimaksu / käynti.

Lisätiedot:

Kotihoito eteläinen (Reinot): Palveluvastaava, puh. 044 7865 498

Kotihoito pohjoinen (Ainot, Pohjois-Parkano ja Kihniö): Palveluvastaava, puh. 044 7541 407

2.2 Kotihoidon tukipalvelut

Kotihoidon tukipalvelut perustuvat palvelutarpeeseen. Tukipalveluja ovat mm. turvapuhelin-, ateria-, kylvetys-, asiointi-, siivous- ja pyykkipalvelu sekä päivätoiminta ja lyhytaikainen tehostettu palveluasuminen eli ns. intervallijaksot. Tukipalveluita myönnetään viranhaltijan päätöksellä. Tukipalveluita voidaan myöntää myös ilman kotihoidon tarvetta.

2.3 Ikäihmisten päivätoiminta

Päivätoiminta on osa tavoitteellista toimintaa, joka on suunnattu ensisijaisesti yli 75-vuotiaille tai erityistä tukea tarvitseville kotona asuville henkilöille, joiden fyysinen, kognitiivinen, psyykinen ja sosiaalinen toimintakyky on alentunut tai vaarassa alentua, eikä ikäihminen jaksa tai voi osallistua kodin ulkopuolisiin toimintoihin. Päivätoiminnassa käyminen antaa tarmoa ja vireyttä kotiaskareisiin sekä ylläpitää kykyä asua omassa kodissa. Päivätoiminnan kriteerien täytyminen arvioidaan palvelutarpeen kartoituksessa.

Päivätoimintaa järjestetään osapäiväisenä (3 h) ja kokopäiväisenä (5–6 h). Päivään sisältyy kahvi, lounas ja päivän ohjelma. Kokopäiväiseen päivätoimintaan sisältyy myös aamupala.

Päivätoiminnan kuljetuksiin voi tilata palvelutaksin. Yhdensuuntaisen matkan hinta määräytyy matkan pituuden ja voimassa olevien linja-autotaksojen mukaan. Kuljetuksen järjestämiseen voi tarvittaessa saada apua päivätoiminnan ohjaajilta.

Parkanossa Rauhalan palvelukeskuksen päivätoiminta, ohjaajat puh. 044 786 5487 ja 044 786 5488.

Kihniöllä ikäihmisten päivätoimintaa järjestetään perjantaisin klo 9–16 Kihniön terveystalolla, ohjaaja puh. 044 754 1475.

2.4 Yhteisötila Tervaskanto ja Ikätori

Yhteisötila Tervaskanto sijaitsee Pappilanpolun vuokratalon alimmassa kerroksessa, Kirkkojärven rannalla. Tervaskannon tarkoituksena on matalankynnyksen palveluiden lisääminen ikäihmisille ja erityisryhmille sekä saada kauniit yhteisötilat mahdollisimman asiakaslähtöisesti ja monipuolisesti kuntalaisten käyttöön. Tervaskannon tavoitteena on kehittää ikäihmisten hyvinvointipalveluita yhteisöllisesti yhteistyössä kunnan, järjestöjen, yhteisöiden ja terveyspalveluiden kesken. Lisäksi Tervaskanto turvaa hyvinvointipalveluiden jatkuvuutta ja edistää ikäihmisten sosiaalista osallisuutta. Toiveena on, että yhteisöt ja järjestöt osallistuvat aktiivisesti Tervaskanto -yhteisötilan käyttämiseen ja toiminnan järjestämiseen.

Lisätiedot:

vanhustyön asiantuntijat puh. 044 7856 775 tai 044 7865 342

Ikätori on maksuton matalan kynnyksen kohtaamispaikka, parkanolaisten ja kihniöläisten ikäihmisten olohuone. Ikätorin tavoitteena on ikäihmisten toimintakyvyn heikkenemisen ennaltaehkäiseminen ja sen ylläpitäminen, sekä ikäihmisten omien voimavarojen tukeminen. Ikätorilla neuvotaan, ohjataan ja motivoidaan ikäihmisiä huolehtimaan itsestään. Lisäksi Ikätorilla järjestetään toimintakykyä ja hyvinvointia ylläpitävää ohjelmaa, luentoja, esittelyjä ja mielenkiintoisia kohtaamisia. Ikätoritoiminnalla lisätään ikäihmisten osallisuutta, yhteisöllisyyttä ja

avoimuutta sekä aktiivisuutta. Parkanossa Setlementti pitää Ikätorilla maksullista kahvilatoimintaa. Ohjelmasta ilmoitetaan paikallislehdessä ja sosiaalisessa mediassa.

Parkano: Perjantaisin klo 10–12 Tervaskanto -yhteistilassa, Pappilanpolun vuokratalolla (Rantakodonkatu 6). Kulku talon vasemman sivun ovesta.

Kihniö: Torstaisin klo 10–12 Terveys- ja palvelukeskuksen päivätoiminnan tiloissa (Kivinevantie 11–13).

Lisätiedot:

Ikätorin toiminnanohjaaja puh. 040 677 0552

2.5 Omaishoidon tuki

Laki omaishoidon tuesta tuli voimaan 1.1.2006. Omaishoidolla tarkoitetaan ikäihmisen, vammaisen tai sairaan henkilön hoidon ja huolenpidon järjestämistä kotiloissa omaisen tai muun hoidettavalle läheisen henkilön avulla. Omaishoidon tuki käsittää kokonaisuuden, joka muodostuu hoidettavalle annettavista tarvittavista palveluista sekä omaishoitajalle maksettavasta hoitopalkkiosta, vapaasta ja omaishoitoa tukevista palveluista. Omaishoidon tuki on virallinen, lakisääteinen sosiaalipalvelu, mutta se ei takaa hoitajalle subjektiivista oikeutta tähän tukeen. Omaishoidon tuen päätökset tehdään yhteistoiminta-alueen perusturvalautakunnan vahvistamien omaishoidon tuen myöntämisperusteiden mukaisesti.

Omaishoidon tuen lisätiedot:

Parkano: vanhustyön asiantuntija puh. 044 786 5342

Kihniö: vanhustyön asiantuntija puh. 044 786 5775.

Omaishoidon tukea voi hakea Parkanon kaupungin internet-sivuilta tulostettavissa olevalla lomakkeella.

2.6 Lyhytaikainen tehostettu palveluasuminen

Lyhytaikaisella tehostetulla palveluasumisella eli ns. intervallijaksoilla tuetaan itsenäistä kotona asumista, asiakkaan kuntoutumista ja toimintakyvyn ylläpitämistä. Lyhytaikaista tehostettua palveluasumista myönnetään Parkanon kaupungin viranhaltijan päätöksellä. Palvelun myöntäminen edellyttää, että asiakas tarvitsee säännöllisesti apua päivittäisissä toimissaan.

Lyhytaikaisen tehostetun palveluasumisen perusteena voi olla myös asiakkaan toimintakyvyn tilapäinen lasku, tarve arvioida hänen toimintakykyään tai pitkäaikaisen ympärivuorokautisen hoivan tarvetta.

Lyhytaikaista tehostettua palveluasumista järjestetään myös omaishoidon vapaapäivien ajalle tai jos asiakkaalla on tarve kuntouttavalle toiminnalle kodin ulkopuolella.

Lyhytaikaista tehostettua palveluasumista järjestetään pääasiassa Kolmostien Terveys Oy:n hoivayksiköissä Suutarin Pihlajassa, Rauhalan Palvelukeskuksessa sekä Rantakodon palvelukeskuksessa.

2.7 Kuntoutus- ja fysioterapiapalvelut

Fysioterapeuttimme ovat asiantuntijoita terveyteen, liikkeeseen, liikkumiseen ja toimintakykyyn liittyvissä haasteissa. Keskeisiä menetelmiä ovat terveyttä ja toimintakykyä edistävä ohjaus ja neuvonta, terapeuttinen harjoittelu sekä apuvälinepalvelut. Yksilöllisen fysioterapian lisäksi tarjoamme myös ryhmämuotoista toimintaa.

Fysioterapiaan kannattaa hakeutua, jos koet liikkumis- ja toimintakykyä heikentyneen vamman, kivun, sairauden, ikääntymisen, toimintahäiriön tai ympäristötekijöiden johdosta. Fysioterapiassa tavoitteet mietitään yhdessä asiakkaan kanssa kehittämään, ylläpitämään ja palauttamaan terveyttä, liikkumiskykyä, fyysistä aktiivisuutta ja toimintakykyä.

Lääkärin lähetettä ei tarvita vaan voit varata ajan myös suoraan fysioterapeutin vastaanotolle. Uuden suoravastaanotto-mallin johdosta pystymme tarjoamaan akuuteissa asioissa aikoja usein jopa samalle tai lähipäiville. Ajanvaraus onnistuu soittamalla yleiseen ajanvarausnumeroon 03 443 3400 arkisin ma-pe klo 8.00 - 16.00 tai alla oleviin fysioterapian puhelinnumeroihin. Lisäksi Omaolo-palvelun kautta on rajattu ajanvarausmahdollisuus.

Apuvälineasioissa suosittelemme aina soittamaan ensin fysioterapiaan, näin voimme miettiä parhaan ratkaisun kiireettä ja jonottamatta.

Lisätiedot:

Parkanon fysioterapia

Terveyskeskus, 3.krs, Parkanontie 48

Puh. 044 786 5441

Tiedustelut arkisin klo 8 - 9, myös muina aikoina rajatusti työtilanteen mukaan.

Kihniön fysioterapia

Terveys- ja palvelukeskus, Kivinevantie 11 - 13
Puh. 044 754 1408

Tiedustelut arkisin klo 8 - 9, myös muina aikoina rajatusti työtilanteen mukaan.

Kela ja eri potilasjärjestöt tarjoavat monenlaisia kuntoutuspalveluita ja toimintakykyä ylläpitävää toimintaa. Potilasjärjestöjen tarjonnasta voi tiedustella järjestöjen paikallisilta yhteyshenkilöiltä. Kelan tarjoamista kuntoutuspalveluista saa tietoa Kelan asiakaspalvelusta arkisin klo 9 - 16, puh. 020 692 205.

2.8 Muistipoliklinikka

Muistipoliklinikalla muistihoitaja arvioi muistitoimintoja, kartoittaa kokonaistilanteen ja suunnittelee jatkohoidon muistihoitopolun mukaisesti. Muistihoitaja ohjaa asiakkaat tarvittaessa geriatriin vastaanotolle. Muistikontrollit hoituvat perusterveydenhuollon kautta. Muistihoitajalla käynti on ilmainen. Muistihoitajan vastaanotto sijaitsee Rauhalan palvelukeskuksessa. Muistihoitajan tavoittaa numerosta 044 786 5340 ma – pe. Mikäli muistihoitaja ei vastaa, hän soittaa takaisin.

2.9 Aikuisneuvola

Aikuisneuvola vastaa aikuisväestön neuvolapalveluista, tarkoitus on edistää aikuisväestön terveyttä ja ennaltaehkäistä sairauksia. Aikuisneuvolan terveydenhoitaja antaa henkilökohtaista terveysneuvontaa ja ohjausta. Aikuisneuvolan palveluita ovat mm. ikäihmisten ennaltaehkäisevät terveystapaamiset ja 70-vuotiaiden ajokorttitarkastusten esikäynnit lääkärin tekemää ajokorttitarkastusta varten. Omaishoitajien ja työttömien terveystarkastukset, rokotukset ja kuulon tutkimukset. Aikuisneuvola toimii ajanvarauksella, ajan voi varata soittamalla aikuisneuvolaan.

Lisätiedot:

Parkanon aikuisneuvola, puh. 044 754 1412, soittoaika ma-to klo 8.30–9.00 ja 12.30–13.00.

Kihniön aikuisneuvola, puh. 044 754 1413, soittoaika ma-to klo 8.30–9.00 ja 12.30–13.00.

2.10 Kuljetuspalvelut

Palvelutaksiliikennettä voi käyttää kuka tahansa kyytiä tarvitseva. Palveluliikenteen käytöstä peritään julkisen joukkoliikenteen voimassa olevan hinnaston mukainen maksu.

Parkanossa palveluliikenteen liikennöitsijänä toimii Lamminmäki Oy, kuljetustilaukset puh. 0500 233 371. Palvelutaksi tulee tilata kyytipäivää edeltävänä päivänä, kuljetusten runkona on Rauhalan päivätoimintakuljetukset.

Kihniössä toimii asiointi – ja kutsutaksiliikenne tiistaisin ja perjantaisin, liikennettä hoitaa Taksi Kivineva, puh. 03 448 4280 tai 044 023 8900 tai 044 023 8902.

Sosiaalihoitolain mukaisia liikkumista tukevia palveluja järjestetään henkilöille, jotka eivät kykene itsenäisesti käyttämään julkisia liikennevälineitä sairauden, vamman tai muun vastaavanlaisen toimintakykyä alentavan syyn takia ja jotka tarvitsevat palvelua asioiden tai muun jokapäiväisen elämään kuuluvan tarpeen vuoksi. Sosiaalihoitolain mukaisen liikkumista tukevan palvelun myöntäminen perustuu hakijan tuloihin ja varallisuuteen sekä sosiaaliseen tilanteeseen. Sosiaalihoitolain mukaista kuljetuspalvelua haetaan yhteistoiminta-alueen sosiaalitoimesta kuljetuspalveluhakemuksella, liitteeksi hakemukseen tulee liittää selvitys hakijan tuloista ja terveydentilasta.

Vammaispalvelulain mukainen vaikeavammaisen kuljetuspalvelu järjestetään vaikeavammaiselle henkilölle, joka tarvitsee kuljetuspalvelua työssä käymiseen, opiskeluun, yhteiskunnalliseen osallistumiseen, virkistykseen ja muuhun jokapäiväiseen elämään liittyviin tarpeisiin. Vammaispalvelulain mukaista kuljetuspalvelua haetaan yhteistoiminta-alueen sosiaalitoimesta vammaispalvelulain mukaisella kuljetuspalveluhakemuksella, liitteeksi hakemukseen tulee liittää lääkärin laatima B-lausunto.

2.11 Hoitotarvikejakelu

Osana sairaanhoitoa on mahdollisuus saada ilmaiseksi joidenkin pitkäaikaissairauksien hoidossa ja seurannassa tarpeellisia hoitotarvikkeita. Näitä voivat olla esimerkiksi diabetestarvikkeet, katetrointivälineet, avannetarvikkeet sekä vaipat. Päätöksen hoitotarvikkeiden ilmaisjakelusta tekee lääkäri terveydentilan arvioinnin perusteella.

Tilaus Hoitotarvikkeita ja diabetestarvikkeita voidaan tilata p. 0447865442 ma-pe klo 8.00-9.00. tai sähköpostiosoitteella: kotehoitotarvike@pihlajalinna.fi

Nouto Tarvikkeiden nouto tapahtuu jakelupisteeltä, josta tilattuja tuotteita voi noutaa joka päivä klo 8 - 21 välisenä aikana Parkanossa ja ma - to klo 8 – 15.30 sekä pe klo 8 -13 Kihniössä. Osassa tuotteita on käytössä myös kotiinkuljetus.

2.12 Veteraanasiat

Veteraanien asioita hoitaa vanhustyön asiantuntija Tuija Vainionpää, puh. 044 786 5342.

Lotta Svärd –järjestöön kuuluneilla lotilla ja pikkulotilla on mahdollisuus hakea Lotta Svärd Säätiön kustantamaa kuntoutusta sekä raha-avustusta henkilökohtaiseen terveydenhoitoon ja sairauskuluihin. Lisätietoja Lotta Svärd Säätiöltä, puhelinvaihde/neuvonta, puh. 09 4770 2881 ma-pe klo 9–16 tai www.lottasaatio.fi.

3 Muut sosiaali- ja terveyspalvelut

3.1 Terveyskeskussairaala

Parkanon terveyskeskussairaalassa tuotetaan akuuttisairaanhoidon, jatkohoidon, kuntoutusta ja saattohoitoa päivystyksestä ja erikoissairaanhoidosta siirtyville potilaille.

Osaston toiminnan kannalta vierailujen toivotaan ajoittuvan klo 11.00–17.00 ja klo 18.30–20.00 välille.

Lisätiedot:

Terveyskeskussairaalan hoitajat (potilaiden vointi- ym. tiedustelut), puh. 044 7865422

Terveyskeskussairaalan palveluvastaava, puh. 044 7865417

3.2 Mielenterveyspalvelut ja päihdetyö

Psykiatrian poliklinikkatoiminta on Parkanon kaupungin järjestämää ja Kolmostien Terveys Oy:n tuottamaa. Psykiatrian poliklinikka on terveyskeskuksen yhteydessä osoitteessa Parkanontie 48, 39700 Parkano.

Poliklinikan aukioloaika on ma-to klo 8–15.30 ja pe klo 8–14. Soittoaika työntekijöille ma-pe klo 12.00–12.30. Uudet asiakkaat ohjautuvat poliklinikalle lääkärin läheteellä. Osastosihteeri, puh. 044 7865 780.

Psykiatrian poliklinikan palveluihin voi hakeutua myös akuuttihoitajan arvion kautta. Akuuttihoitaja arvioi asiakkaan hoidon tarvetta, konsultoi muita ammattilaisia ja suunnittelee asiakkaan

jatkohoitoa. Akuuttihoitajan kautta voi hakeutua myös yksilöille, pareille ja perheille suunnattuun lyhytterapiaan.

Lisätiedot:

Akuuttihoitaja, puh. 040 539 5761.

Päihdehoitajan vastaanotto toimii ajanvarauksella terveyskeskuksessa psykiatrian poliklinikan yhteydessä, puh. 044 7865 754. Lähetettä ei tarvita.

3.3 Sosiaalityö

Työikäisten palvelut tukevat aikuisväestön sosiaalista hyvinvointia, toimintakykyä ja omatoimista suoriutumista elämän erilaisissa haasteissa. Työikäisten palveluiden puoleen voit kääntyä mm. silloin, jos tarvitset tukea arjen hallintaan ja suunnitteluun, sinulla on asumiseen tai taloudenhoitoon liittyviä ongelmia, olet kohdannut äkillisen kriisin tai tarvitset sosiaaliturvaan ja palveluihin liittyvää ohjausta ja neuvontaa. Sosiaaliohjaus toimii ajanvarauksella.

Lisätiedot:

Ajanvaraus puh. 044 7865 648, 044 7865 219 ja 044 7865 322.

Perustoimeentulotukea haetaan Kelasta. Ehkäisevää ja täydentävää toimeentulotukea haetaan kunnalta. Ehkäisevä ja täydentävä toimeentulotuki on muuta toimeentuloturva täydentävää, yksilökohtaista ja viimesijaista taloudellista tukea. Se on tarkoitettu tilanteisiin, joissa tulot ja varat eivät riitä kohtuullisiin elinkustannuksiin.

Ikäihmiset kuuluvat yleisen sosiaalityön piiriin. Taloudellisissa asioissa voi olla yhteydessä sosiaaliohjaajiin.

3.4 Taloudelliset etuudet

Ehkäisevä ja harkinnanvarainen toimeentulotuki on muuta toimeentuloturva täydentävää, yksilökohtaista ja viimesijaista taloudellista tukea. Se on tarkoitettu tilanteisiin, joissa tulot ja varat eivät riitä kohtuullisiin elinkustannuksiin. Perusmenoja ovat esim. asumismenot; vuokra/vastike, vesi, lämmitys, sähkö, vähäistä suuremmat terveydenhuoltomenot. Toimeentulotukea haetaan lomakkeella, johon liitetään tarpeelliset liitteet. Ikäihmiset kuuluvat yleisen sosiaalityön piiriin.

Kelan etuuksia voi hakea paperisilla hakulomakkeilla tai sähköisesti internetissä. Kela-asioita voi hoitaa asiointipisteessä (Parkanontie 66). Asiointipiste on avoinna ma–pe 9–11.30 ja 12.30–15.30.

Kun asiakas varaa ajan palvelupisteeseen, Kelan palveluneuvojilla on mahdollisuus perehtyä asiakkaan tilanteeseen etukäteen

Eläkettä saavan hoitotukea voi hakea, jos toimintakyky on heikentynyt sairauden tai vamman takia. Se korvaa myös sairaudesta tai vammasta aiheutuvia kustannuksia. Hoitotukea voi saada, jos kyky huolehtia itsestä on heikentynyt vuoden ajan, eli tarvitsee apua tai hoitoa päivittäisissä toiminnoissa tai sairaudesta aiheutuu erityisiä kustannuksia. Hakemuksen liitteeksi tarvitaan C-lääkärinlausunto. Tulot tai omaisuus eivät vaikuta hoitotuen saamiseen.

Eläkkeensaajan asumistukea voivat saada pienituloiset eläkkeensaajat, jotka asuvat vuokra- tai omistusasunnossa. Tuki on verotonta tuloa. Tuen määräytymiseen vaikuttavat asumismenot, perhesuhteet sekä eläkkeensaajan ja hänen puolisonsa bruttotulot ja omaisuus. Jos saat eläkettä, joka ei oikeuta eläkkeensaajan asumistukeen, voit hakea Kelasta yleistä asumistukea.

Lääkekulujen korvaaminen. Lääkekustannuksilla on oma kalenterivuositainen maksukattonsa, jonka ylittyessä lääkekustannukset alenevat. Kela seuraa lisäkorvaukseen oikeuttavan vuotuisen omavastuuosuuden täyttymistä ja lähettää siitä tiedon. Samalla hakija saa lisäkorvausoikeudesta erillisen ilmoituksen apteekissa esitettäväksi. Jos hakija ei saa lisäkorvausta suoraan apteekissa, hän voi hakea korvausta jälkikäteen Kelasta kuuden kuukauden sisällä. Apteekissa asioidessa tulee esittää Kela-kortti ja Kelan lähettämä ilmoitus jokaisen reseptilääkeoston yhteydessä. Tällöin hakija saa lääkkeiden lisäkorvauksen suorakorvauksena.

Terveydenhuollon maksukatto. Julkisen terveydenhuollon asiakasmaksuissa on hoitomaksukatto, joka on 692 € / kalenterivuosi (v. 2022). Maksukaton täytyttyä asiakas saa maksukaton piiriin kuuluvat palvelut pääsääntöisesti maksutta ja lyhytaikaisesta laitoshoidosta peritään ylläpitomaksuna enintään 22,80 €/vrk.

Maksukattoon lasketaan mukaan:

- terveyskeskuksen avosairaanhoidon lääkäripalvelujen maksut
- fysioterapiamaksut
- sarjahoidon maksut
- sairaalan poliklinikkamaksut
- päiväkirurgian maksut
- lyhytaikaisen laitoshoidon ja laitospalvelun maksut sosiaali- ja terveydenhuollon laitoksissa
- yö- ja päivähoidon maksut
- kuntoutushoidon maksut
- suun terveydenhuollon käynti- ja toimenpidemaksut (lukuun ottamatta proteeseista, oikomiskojeista, purenta- tai uniapneakiskoista aiheutuvia hammasteknisiä kuluja)
- tilapäisen kotisairaanhoidon ja kotisairaalan maksut
- terapioiden perityt maksut
- toimeentulotuella maksetut maksut

Maksukattoon kerryttävät myös ostopalveluna tuotetut palvelut, jos ne kuuluvat kunnan järjestämisvastuulle.

Maksukattoon **EI** lasketa mukaan maksuja:

- sairaankuljetus
- lääkärintodistukset
- yksityislääkärin läheteellä tehdyt laboratorio- ja kuvantamistutkimukset
- sosiaalihuollon palvelut (lukuun ottamatta lyhytaikaista laitospalvelua)
- tulosidonnaiset palvelut
- palvelusetelin omavastuut
- kuljetuspalvelujen omavastuut
- täysin yksityiset palvelut, joiden järjestämisestä kunta ei vastaa

Maksukattoon ei lasketa myöskään maksuja, jotka on korvattu asiakkaalle esimerkiksi työtapaturmavakuutuksen perusteella.

Terveyspalveluiden käyttäjän on itse seurattava maksukaton täyttymistä. Laskulla on oltava tieto siitä, kerryttääkö asiakasmaksu maksukattoa. Alkuperäiset maksukuitit on säilytettävä ja ne on esitettävä tarvittaessa. Todistuksen maksukaton täyttymisestä antaa hoitava taho: terveyskeskus tai muu julkinen terveydenhuolto. Jos asiakas on kalenterivuoden aikana maksanut maksukattoon sisältyvistä palveluista enemmän kuin 692 €, hänellä on oikeus saada liikaa suoritettut maksut takaisin. Vaatimus maksujen palauttamisesta tulee silloin tehdä kunnalle maksukaton rajan ylittymistä seuraavan vuoden aikana.

3.5 Edunvalvonta

Valtakirjavaltautus on hyvä ja helposti toteutettavissa oleva keino monen asian hoitamiseen. Luotettavalle omaiselle annettava valtakirjavaltautus on usein kätevä tapa esimerkiksi pankkiasioiden hoitamisessa, viranomaisten kanssa asioidessa tai sosiaaliturvan tukimuotoja hakiessa. Epäselvyyksien välttämiseksi valtakirja kannattaa aina laatia kirjallisena ja siinä on hyvä yksilöidä ne asiat, joissa haluaa antaa toiselle vallan päättää omasta puolestaan. Valtakirja on voimassa heti sen laatimisen jälkeen ja on voimassa toistaiseksi, ellei valtakirjaan ole kirjattu sen voimassaolon päättymisaikaa.

Edunvalvontavaltautus on hyvä keino varautua tulevaisuuteen. Se on valtautus, jolla jokainen voi valtuuttaa haluamansa henkilön huolehtimaan asioistaan sen varalta, että tulee myöhemmin kykenemättömäksi hoitamaan asioitaan. Edunvalvontavaltautuksessa määritellään asiat, jotka valtautus kattaa. Edunvalvontavaltautuksella voi oikeuttaa valtuuttamansa henkilön huolehtimaan omaisuutensa hoidosta ja muista taloudellisista asioistaan, sekä halutessaan myös itseään koskevista muista asioista, kuten terveyden- ja sairaanhoidosta. Edunvalvontavaltautus tulee voimaan vasta, kun sen vahvistamista on haettu Digi- ja väestötietovirastosta. Edunvalvontavaltautuksen laatimisessa suositellaan pyytämään oikeudellista apua oikeusaputoimistosta tai asianajajalta. Valtakirjan voi luonnollisesti myös peruuttaa tai sitä voi muuttaa.

Edunvalvonta on viimesijainen keino henkilön etujen turvaamiseksi. Edunvalvonnan tarkoitus on huolehtia henkilön asioista, mikäli hän ei siihen itse pysty. Useimmiten edunvalvoja määrätään huolehtimaan päämiehensä omaisuudesta ja taloudellisista asioista. Edunvalvojaa voi hakea itse Digi- ja väestötietovirastosta. Jos edunvalvontaa hakee joku omainen, hakemus osoitetaan suoraan käräjäoikeuteen. Hakemukseen on hyvä liittää lääkärin lausunto edunvalvonnan tarpeesta. Edunvalvojana voi toimia edunvalvottavan henkilön läheinen tai yleinen edunvalvoja. Yleisen edunvalvonnan palveluita järjestävät valtion oikeusaputoimistot. Mikäli kaipaat lisätietoja tai edunvalvonnallista apua, otathan yhteyttä [Digi- ja väestötietovirastoon](#) (ent. maistraatti) tai [oikeusaputoimistoon](#).

3.5 Potilasasiamies ja sosiaaliasiamies

Potilasasiamies auttaa ja neuvoo potilaslain soveltamiseen liittyvissä asioissa. Hänen tehtävänä on myös tiedottaa potilaan oikeuksista ja asemasta sekä neuvoo ja tarvittaessa avustaa muistutuksen tai potilasvahinkoilmoituksen tekemisessä. Lisäksi potilasasiamies edistää muilla tavoin potilaan oikeuksien toteutumista.

Kolmostien Terveiden potilasasiamies Sanna Siltala, puh. 040 194 1637. Potilasasiamiehen tavoittaa parhaiten puhelinaikoina tiistaisin ja perjantaisin klo 12.30–13.30.

Sosiaaliasiamies on puolueeton henkilö, joka toimii asiakkaiden edun turvaajana. Jos asiakas on tyytymätön saamaansa palveluun tai kohteluun, hän voi pyytää sosiaaliasiamiestä henkilöstön ja asiakkaan sovittelijaksi. Sosiaaliasiamiehen tehtävä on neuvoo-antava – asiamies ei tee päätöksiä eikä myönnä etuuksia. Parkanon ja Kihniön alueella sosiaaliasiamiehenä toimii sosiaalityöntekijä Anna-Maija Hoffrén, puh. 050 596 9134, puhelinaika ma-pe klo 11–11.30.

4 Yksityiset palveluntuottajat (kotipalvelu, siivouspalvelu, kiinteistöhuolto, yms.)

Kotipalvelujen ja niiden tukipalveluiden myynti sosiaalihuoltopalveluna sosiaalihuollon tarpeessa olevalle henkilölle voi olla arvonnalisäverotonta. Mahdollisuutta arvonnalisäverottomaan palveluun kannattaa tiedustella suoraan yrityksiltä. Myös arvonnalisäverottomasta palvelusta saa verotuksessa vielä kotitalousvähennyksen.

Verotuksessa kotitalousvähennyksen saa myös kotona teetetyistä kunnossapito- ja perusparannustöistä. Vuonna 2022 vähennystä saa aiempaa enemmän kotitaloustyöstä, hoiva- ja hoitotyöstä sekä öljylämmityksestä luopumisesta. Lisää ajankohtaista tietoa löytyy osoitteesta: <https://www.vero.fi/henkiloasiakkaat/verokortti-ja-veroilmoitus/tulot-ja-vahennykset/kotitalousvahennys/>

4.1 Siivous- ja hoivapalvelut:

Baroness, siivous- ja kotipalvelut.

Lisätiedot: Jenni Tukiainen, puh. 045 103 1383, sähköposti jenni@baroness-siivous.fi

Flotiina Oy, siivouspalvelut.

Lisätiedot: Tiina Yli-Lankoski, puh. 040 751 9280, sähköposti flotiina@gmail.com

Gubbe, mm. siivouspalvelut, ulkoilutus/seuranpito, kauppa-apu, saattoapu ALV 0

Lisätiedot: Asiakaspalvelun aukioloajat: Chat: 10-15 (ma-pe) ja vaihde: 8-16 (ma-pe), puh. 044 7246 007, sähköposti asiakaspalvelu@gubbe.com

Hoivapalvelu Taina Oy, kotihoitopalvelut. ALV 0.

Lisätiedot: Taina Salomäki, puh. 0400 907 156, sähköposti hoivapalvelutaina@ippnet.fi

Hoiva- ja kotipalvelu Outi, kotiapu- ja hoivapalvelut. ALV 0.

Lisätiedot: Outi Mikkola, puh. 050 594 8877

Hyvinvointipalvelu Kärkkäinen Oy, kotiapu- ja hoivapalvelut. ALV 0.

Lisätiedot: puh. 050 511 3150, sähköposti hyvinvointi.karkkainen@saunalahti.fi

Kanssasi Arjessa Oy, hoito- ja hoivapalvelut. ALV 0.

Lisätiedot: Arja Grönfors, puh. 0400 952 556

PN-Kodinhoito- ja siivouspalvelu, kotipalvelut. ALV 0.

Lisätiedot: Pirjo Niemelä, puh. 050 918 3713, sähköposti pirjo.niemela@hotmail.com

Siisti Homma Ky, siivous- ja kiinteistönhuoltopalvelut.

Lisätiedot: Aila Koivula, puh. 044 580 8916, Teijo Koivula, puh. 044 580 8915, sähköposti aila@siistihomma.fi, teijo@siistihomma.fi

Tmi Jaana Juupajärvi, siivouspalvelut.

Lisätiedot: Jaana Juupajärvi, puh. 040 511 8363, sähköposti jaana@kotiinpalvelut.com

TS Hymyntuo, koti- ja hoivapalvelut. ALV 0.

Lisätiedot: Tiina Silomäki, puh. 050 364 4833, sähköposti tiina.silomaki@tshymyntuo.fi

Parkanon 4H-yhdistys, siivous ja kotipalvelu, pihatyöt. ALV 0.

Lisätiedot: puh. 0400 733 134, sähköposti parkano@4h.fi

4.2 Kiinteistöhuoltopalvelut:

Aurejärven Kiinteistöpalvelu, kiinteistöhuoltopalvelut.

Lisätiedot: Vesa Vesterberg, puh. 044 535 5599, sähköposti aurejarvenkiinteistopalvelu@gmail.com

JPK-työt, kiinteistöhuoltopalvelut. ALV 0.

Lisätiedot: Jani Kallioniemi, puh. 040 509 3155, sähköposti jpkyot@gmail.com

Kiinteistöhuolto P. Koskenmäki

Lisätiedot: puh. 0400 828 314

K-Service, kiinteistöhuoltopalvelut.

Lisätiedot: Marko Kallioniemi, puh. 040 568 2466, sähköposti marko@k-service.fi

Tmi Vesa Raiskio, kiinteistöhuoltopalvelut.

Lisätiedot: Vesa Raiskio, puh. 0400 854 303, sähköposti vesa.raiskio@ippnet.fi

4.3 Ateriapalvelut kotiinkuljetuksella

Lounasrappu, Parkanon alueella, puh. 040 847 8201

Ravintola Pyhäniemi, Kihniön alueella, puh. 03 444 0206

4.4 Kauppa-asiointi

K-ruokakaupat Parkanossa ja Kihniössä tarjoavat ostosten keräily- ja kotiinkuljetusmahdollisuutta. Tilaukset tehdään verkkokaupassa. Palvelu laskutetaan asiakkaalta K-kaupan toimesta muiden ruokaostosten yhteydessä.

Lisätiedot:

K-Supermarket Parkano, puh. 03 441100

K-Market Maurintori Kihniö, puh. 03 4484232

4.5 Lääkkeiden annosjakelupalvelu

Parkanon ja Kihniön Apteekit tarjoavat lääkkeiden annosjakelupalvelua. Mahdollisuus myös kotiinkuljetukselle.

Lisätiedot:

Parkanon Apteekki, puh. 03 4482022

Kihniön Apteekki, puh. 03 4484214

5 Harrastus- ja virkistystoiminta

Koronapandemian aikana liikunta- ja kulttuuripalvelut toimivat rajoitetusti valtakunnallisten ohjeiden mukaisesti. Ajantasaista tietoa harrastetoiminnasta voi tiedustella vapaa-ajan ohjaajilta.

Lisätiedot:

Parkano, puh. 044 786 5512 ja 044 786 5516

Kihniö, puh. 044 754 1233

5.1 Liikuntapalvelut

Parkanon kaupunki tukee kuntalaisia liikuntaharrastuksen pariin. Kaupungin nettisivuilla on luettavissa ”Liikuntatarjotin” ja ”Mitä tekisin” -esitteet, joissa on kaikille ikäryhmille soveltuvia harrastusmahdollisuuksia. Esitteitä voi tiedustella myös vapaa-ajan ohjaajilta, puh. 044 786 5512. Liikuntapalveluista vastaa Parkanon kaupungin vapaa-aikatoimi yhdessä teknisen tilapalvelun kanssa. Lisäksi Parkanossa toimii useita urheiluseuroja sekä muita aktiivisia yhdistyksiä, jotka järjestävät ikäihmisten toimintakykyä ylläpitävää liikunnallista toimintaa.

Rauhalan palvelukeskuksessa sijaitsee yli 63-vuotiaille kohdennettu kuntosali. Kausikortti kuntosalille maksaa 20 €/vuosi, kausikortin saa Rauhalan palvelukeskuksen kuntotoitajalta. Ensimmäiselle kuntosalikäynnille tulee varata aika Rauhalan palvelukeskuksen kuntotoitajalta, joka antaa opastuksen laitteiden käyttöön.

Kuntosali on avoinna talon ulkopuolisille ma-pe klo 7:00-9:30 ja klo 15:00-18:00. Viikonloppuisin ja arkipyhinä klo 9:00–18:00. Ajanvaraus Rauhalan kuntotoitajalta, puh. 044 786 5330.

Toimintakykyjumppaa järjestetään tiistaisin terveystieteiden keskuksessa, ryhmä on suunnattu asiakkaille, joiden toimintakyky on alentunut, ryhmään voi liittyä fysioterapian/lääkärin suositusten perusteella.

Kihniön kunta tarjoaa erilaisia ulko- ja sisäliikuntamahdollisuuksia sekä harrastustoimintoja kaiken ikäisille kuntalaisille. Terveystieteiden keskuksen lähistöllä sijaitsevassa Suutarinpuistossa on esteetön ulkoilureitti ja puistosta löytyy myös erilaisia kuntolaitteita. Petäjä-opisto järjestää monipuolista liikuntatoimintaa aikuisille ja ikääntyville.

5.2 Kirjastopalvelut

Kirjastot tarjoavat maksutta monipuolisia palveluita ikäihmisille: Parkanossa kokoontuu säännöllisesti ikäihmisten lukupiiri, joka on avoin kaikille ikääntyneille kirjojen ystäville. Kihniössäkin kokoontuu lukupiiri, joka on kaikille avoin. Kirjastot tarjoavat kotipalvelua niille asiakkaille, jotka eivät itse voi asioida kirjastossa esimerkiksi sairauden, liikuntaesteen tai korkean iän vuoksi. Myös opastusta digilaitteiden käytössä on saatavana, joko henkilökohtaisesti tai neuvontatilaisuuksissa, joiden ajankohdasta tiedotetaan.

Kirjastojen aineistonhankinnassa huomioidaan ikäihmiset: on isotekstisiä kirjoja, äänikirjoja ja myös musiikkia ja elokuvia. E-aineistot (kirjat, äänikirjat, elokuvat, lehdet) ovat kirjastokortilla kaikkien saatavilla. Myös liikuntavälineitä voi lainata kotiin.

Celia-palvelut ovat saatavilla kirjastojen kautta. Celia tarjoaa äänikirjoja suoraan kotiin sekä digitaalisena että cd-levyinä. Palvelun käyttö vaatii käyttäjätunnuksen, jonka saa kirjastosta.

Kirjastoilla on ikäihmisten asumispalveluyksiköissä vaihtuvat kokoelmat, joita vaihdetaan säännöllisesti. Näiden kokoelmien sisältöön voi vaikuttaa ottamalla yhteyttä kirjastoon. Kokoelmissa olevia teoksia voi lainata omaan asuntoon.

Kirjastot ovat esteettömiä, ja asiakaskäytössä olevien laitteiden valikoimaan kuuluu Parkanossa myös rollaattori ja pyörätuoli.

Kirjastojen henkilökunta kertoo mielellään lisää palveluista.

Lisätiedot:

Parkano puh. 044 7865 560

Kihniö puh. 044 7541 247

5.3 Petäjä-opisto

Petäjä-opiston toiminta-ajatuksena on tuottaa ja edistää toiminta-alueellaan elinikäisen oppimisen mahdollisuuksia. Opisto tarjoaa yleissivistäviä kursseja sekä harrastusmahdollisuuksia kaikenikäisille. Tarkemmat tiedot kursseista, niiden sisällöistä ja hinnoista löytyy elokuussa koteihin jaettavasta opinto-oppaasta sekä Petäjä-opiston nettisivuilta osoitteessa www.sasky.fi.

Lisätiedot:

Parkanon kanslia, puh. 040 822 7003

5.4. Seurakunta

Parkanon seurakunta järjestää ikäihmisille erilaisia toimintoja sekä palveluita. Ilmoitamme niistä kirkollisissa ilmoituksissa Ylä-Satakuntalehdessä, seurakunnan kotisivuilla www.parkanonseurakunta.fi, Facebookissa ja seurakuntatalon ja pappilan ilmoitustauluilla.

Diakoniatyöntekijät ja papit tekevät myös kotikäyntejä ikäihmisten luokse. 70-, 75- ja 80-, 85-vuotiaille järjestetään vuosittain syntymäpäiväjuhla, johon kutsutaan kirjeitse. 90- ja yli 90 -vuotiaita onnitellaan tervehdyskäynnillä syntymäpäivänä heidän niin halutessaan. Rauhalan ja Rantakodon palvelukeskuksessa ja Väistön ryhmäkodissa järjestetään säännöllisesti hartaustilaisuuksia ja lauluhetkiä. Attendo Weholassa seurakunnan hartaushetki on kerran kuukaudessa. Kirkkoherranvirasto puh. 040 804 9650. Papin päivystys kirkkoherranvirastossa ma-pe klo 9–13. Kirkkoherra Liisa Myyryläinen puh. 040 804 9651 ja pastori Simi Virtanen puh. 040 804 9663. Diakoniatyön toiminnat ovat pääosin vanhassa Pappilassa, Rantalankatu 4. Diakoniatyöntekijät puh. 040 804 9655 ja 040 8049654.

Kihniön seurakunta järjestää ikäihmisille:

Ikäihmistenkerho kokoontuu joka toinen tiistai klo 12–14 seurakuntatalolla.

Diakoniapiiri kokoontuu joka toinen tiistai diakoniatoimistossa klo 12–14.

Hartaushetki Iltaruskossa kerran kuukaudessa.

Seurakunta tekee kotikäyntejä ikäihmisten luo. 70-vuotiaista alkaen onnittelukäynti syntymäpäivänä viiden vuoden välein.

Kihniön kirkkoherranvirasto: Kuruntie 14, 39820 Kihniö, avoinna ma ja ke klo 9–12, puh. 040 804 9270.

5.5 Yhdistystoiminta ja muut yhteistyötahot

Koronatilanteen vuoksi myös yhdistysten toiminnassa on muutoksia. Ajantasaisimman tiedon toiminnasta saat parhaiten suoraan yhdistysten yhteyshenkilöiltä.

Parkanon mielenterveysyhdistys Toivo ry järjestää osoitteessa Parkanontie 48 B Majakan toimitilassa matalan kynnyksen toimintaa mielenterveyskuntoutujille ja heidän läheisilleen, ovet on auki kaikille halukkaille. Majakalta löytää aina juttuseuraa. Yhdistyksen toimialueina ovat Parkano ja Kihniö. Majakka tarjoaa päivittäin kahvia lisukkeineen ja siellä voivat esimerkiksi yksinäiset ikäihmiset poiketa keskustelemassa. Voit tulla kahvittelemaan ja seurustelemaan tai lukemaan lehtiä. Majakalle tulee Aamulehti, Ylä-Satakunta ja Sana. Lisäksi Majakalle saadaan aikakauslehtiä ja kirjoja, joita on mahdollisuus lukea ja ottaa mukaankin. Mukaan voit Majakalle ottaa myös omia käsitöitä ja toiminnan tukemiseksi kutoa sukkaa tai lapasia.

Majakka järjestää erilaisia tapahtumia jäsenilleen, esimerkiksi teatterimatkoja, luontoretkiä ja kauppamatkoja taloudellisen tilanteen sallimissa rajoissa. Kahvista peritään pieni korvaus toiminnan kulujen peittämiseksi. Majakka avoinna arkisin klo 9.00–14.00, puh. 045 216 9489.

Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry toiminnan tarkoituksena on edistää omaisten selviytymistä ja hyvinvointia, kun läheisellä on mielenterveys- tai päihdeongelmia. Tarjolla on omaisneuvontaa, vertaistukiryhmiä, kursseja ja virkistystä arjessa jaksamisen tueksi. Yhdistyksen toimialue on Pirkanmaa. Yhdistyksen toimisto sijaitsee Tampereella osoitteessa Hämeenkatu 25 a 3, 33200 Tampere, puh. 040 582 5343, sähköposti omaiset@fimfamipirkanmaa.fi. Omaiskahvila Tampereen toimipisteessä avoinna maanantaisin klo 13–15.

Parkanon Settlementti ry on vapaaehtoistoimintaan keskittyvä yhdistys, joka järjestää monenlaista toimintaa eri-ikäisille ihmisille. Parkanon settlementti on Suomen Settlementtiliiton jäsen, joka on sivistys- ja sosiaalista työtä tekevä kansalaisjärjestö sekä settlementtiyhdistysten keskusjärjestö. Settlementtikeskus Parkanopirtti toimii vapaaehtoistoiminnan keskuksena, jonka kautta välitetään, koulutetaan ja perehdytetään vapaaehtoisia tukemaan ikäihmisten osallisuutta ja edistämään heidän hyvinvointiaan.

Parkanopirtti järjestää monimuotoista ikäihmisten vertaistoimintaa, se toimii osoitteessa Parkanontie 48 A ja on avoinna ma-to 10–14 ja pe 10–13. Puh. 040 542 2399, sähköposti parkanon.settlementti@ippnet.fi, www.parkanonsettlementti.fi.

Muistikerho muistisairauteen sairastuneille ja heidän läheisilleen. Kerho kokoontuu Parkanossa Palvelukeskus Rantakodon Mummon kammarissa kuukauden ensimmäisenä maanantaina klo 13–15.

Lisätietoja: Arja Grönfors, puh. 0400 952 556, arja.gronfors@gmail.com

Parkanon muistikahvila on avoinna kerran kuukaudessa Rantakodolla (alkaen syksyllä 2022, koronatilanteen salliessa). Muistikahvilassa on tarjolla kahvia, mukavaa yhdessäoloa ja virkistystä! Kahvila on tarkoitettu kaikille Parkanolaisille muistiasioista kiinnostuneille.

Lisätietoja: Arja Grönfors, puh. 0400 952 556, arja.gronfors@gmail.com tai Kristina Uotila, puh. 044 730 5270, kristina.uotila@pirkanmaanmuistiyhdistys.fi

Kihniön muistikahvila Veteraanitalon kokoustilassa (Kihniöntie 66), kokoontuminen kuukauden ensimmäisenä maanantaina klo 13–15.

Lisätietoja: Piritta Koskiniemi, puh. 050 320 6748, piritta.koskiniemi@gmail.com tai Kristina Uotila, puh. 044 730 5270, kristina.uotila@pirkanmaanmuistiyhdistys.fi

Muistikahvilan kokoontumisista kausittain ilmoitetaan paikallislehdessä.

Järjestöjen yhteystietoja:

Aivoliiton Pirkanmaan AVH-yhdistys / Parkanon aluekerho

– pj. Heli Sampakoski, Terveystalonkuja 5, 39700 Parkano, puh. 040 523 5035

Parkanon-Kihniön Reumayhdistys ry.

– pj. Kaija Järvenmäki, Asemankatu 19, 39700 Parkano, puh. 040 587 8712,

kkk.jarvenmaki@luukku.com

– vpj. ja jäsenasiat Kari Lahtinen 044 545 9535

– siht. Riitta Mustajärvi 040 839 1236

Parkanon-Kihniön Sydänyhdistys ry.

– pj. Sirkka Wiinamäki, Järvisuomentie 783, 39820 Kihniö, puh. 050 364 4847,

sirkka.wiinamaki@gmail.com

– siht. Marja Kangasniemi, Vaskiperäntie 217, 39660 Lapinneva, puh. 040 077 9655,

marja.kangasniemi@ippnet.fi

Parkanon Seudun Diabetesyhdistys

– pj. Leena Westerlund, Tuulihaukankuja 5, 39700 Parkano, puh. 045 690 2677,

westerlundin.leena@gmail.com

– siht. Hannele Peltola, Silorannantie 245, 39700 Parkano, puh. 050 321 4426,

hannele.peltola.245@gmail.com

Parkanon Seudun Hengitysyhdistys ry

– pj. Marjatta Rintala, Laholuomantie 433/50, 39620 Kovesjoki, puh. 040 834 2654,

marjatta.rintala@ippnet.fi

– siht. Anja Peltonen, Satakunnankatu 5 A 6, 39700 Parkano, puh. 040 574 4223

anjalleviesti@gmail.com

Parkanon seudun mielenterveysyhdistys Toivo ry

- pj. Kaija Järvenmäki, puh. 040 5878 712, kkk.jarvenmaki@luukku.com
- siht. Marja-Riitta Niemensivu, Jokitörmänkatu 12, 39700 Parkano, puh. 044 542 2222, marja-riittaniemensivu@ippnet.fi
- toimitilat: Majakka Parkanontie 48 B, 39700 Parkano, puh. 045 216 9489

Parkanon Seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

- pj. Anneli Humala, Parkanontie 41 A 7, 39700 Parkano, puh. 040 701 9450, anneli.humala49@gmail.com
- [Parkanon seudun omaishoitajat ja läheiset | Facebook](#)

Ylä-Satakunnan Kuuloyhdistys ry

- pj. Asko Reentie, Yliskyläntie 541-19, 39700 Parkano, puh. 040 543 5663
- siht. Matti Taanila, puh. 050 320 2386, taanila.matti@gmail.com

5.5 Vapaaehtoistoiminta

Vapaaehtoistyöhön voi ilmoittautua Setlementtikeskus Parkanopirtille. Vapaaehtoistoiminnalla olet osa arvokasta ja yhteiskunnallisesti tärkeää työtä. Lisäksi saat juttuseuraa sekä uusia ystäviä ja tuttavuuksia.

Vapaaehtoistoimijana sosiaali- ja terveystieteiden asiakkaille voit toimia avustajana tai seurana hyvin monenlaisissa tehtävissä, kuten ulkoiluystävänä ikäihmisten palvelukeskuksissa, kotihoidon asiakkaiden parissa ja terveyskeskuksen vuodeosastolla. Vapaaehtoinen voi myös toimia virike- ja liikuntahetkien vertaisohjaajana tai keskusteluseurana ikäihmisille. Vapaaehtoistoimija ei voi tehdä palkkatyöhön verrattavaa ammattihenkilön työtä.

Setlementtikeskus Parkanopirtiltä voit toimia vapaaehtoisena esimerkiksi ulkoiluseurana ja asiointiapuna, saattajana esimerkiksi lääkäriin, kirkkoon, teatteriin tai torille, toimia juttelukaverina ja esimerkiksi lehtien lukijana. Voit toimia avustajana retkillä, leireillä tai erilaisissa tapahtumissa, voit toimia vertaistoimijana niin pari- kuin ryhmätoiminnassa sekä toimit setlementtitoiminnan tunnetuksi tekijänä.

Lisätiedot:

Setlementtikeskus Parkanopirtti puh. 040 542 2399.

5.6 Vanhusneuvosto

Vanhusneuvostojen toiminta on määritelty vanhuspalvelulaissa lakisääteiseksi 1.1.2014 alkaen. Lain mukaan kunnan on asetettava ikääntyneen väestön osallisuus- ja vaikuttamismahdollisuuksien turvaamiseksi vanhusneuvosto ja huolehdittava sen toimintaedellytyksistä kunnassa. Vanhusneuvosto on otettava mukaan kunnan niiden toimintojen suunnitteluun, joilla on merkitystä ikääntyneiden kuntalaisten hyvinvointiin, osallisuuteen, elinympäristöön, asumiseen, liikkumiseen, päivittäisistä toiminnoista suoriutumiseen ja iäkkäiden tarvitsemiin palveluihin. Vanhusneuvostolla ei ole asioiden hoitamisessa itsenäistä päätösvaltaa, mutta se voi tehdä erilaisia esityksiä ja aloitteita sekä antaa pyydettyä lausuntoja ikäihmisiä koskevissa asioissa. Parkanolla ja Kihniöllä on kummallakin omat vanhusneuvostonsa ja niiden jäsenet edustavat paikallisia järjestöjä.

6 Asuminen

6.1 Asunnon muutostyöt

Hengitysliiton maksuton sisäilma- ja korjausneuvonta auttaa kosteus- ja homevaurioihin, ilmanvaihto-ongelmiin, remontoimiseen ja muihin sisäilma-asioihin liittyvissä kysymyksissä ma – to klo 9–13, puh. 020 757 5181.

ARA myöntää avustusta yli 65-vuotiaille tai vammaisille henkilöille heidän omakotitalonsa tai omistamansa asunnon korjaamiseen. Avustusta myönnetään vain ympärivuotisessa käytössä olevan kodin korjauksiin, ei esimerkiksi mökin korjaamiseen.

Avustus on tarkoitettu parantamaan iäkkäiden ja vammaisten henkilöiden mahdollisuuksia kotona asumiseen. Ohjeita avustuksen hakemiseksi sekä hakemuslomakkeita voi tiedustella ARA:sta, puh. 029 525 0818, tai osoitteesta korjausavustus@ara.fi.

6.2 Ikäihmisten vuokra-asunnot

Parkanon vuokrakodit Oy: isännöinti Janne Hietanen, Suomen Lakitilitoimisto Oy. Käyntiosoite: Parkanontie 60, 39700 Parkano, 2 krs. (Kukkakaupan yläkerta, sisäänkäynti torin puoleisesta päädyistä.) Asiakaspalveluaika klo 12.00–15.30, puhelinpalveluaika klo 12.00–15.30, puh. 044 741 5647, sähköposti: isannointi@lakitilitoimisto.fi.

Parkanon kaupungin vuokratalot: Parkanon kaupungin vuokratalot Oy omistaa 128 vuokra-asuntoa kerros- ja rivitaloissa eri puolilla Parkanaa. Rauhalan palvelukeskuksen alueella Pentintielle on ensi sijassa veteraaneille tarkoitettuja rivitaloasuntoja. Asuntoja haetaan [asuntohakemuslomakkeella](#), jonka voi toimittaa isännöitsijän toimipaikkaan. Asunnot ovat yleisesti haettavissa. Asuntohakemus on voimassa 4 kk hakemuksen saapumispäivästä. Hakemuksen voi uudistaa ilmoittamalla asiasta isännöitsijälle.

Kihniön kunnan vuokra-asunnot: Kunnalla on useita rivitaloasuntoja Kihniön keskustan alueella. Terveyskeskuksen lähellä Veteraanitaloilla on pääsääntöisesti ikäihmisille suunnattuja asuntoja. Vapaista vuokra-asunnoista voi tiedustella kunnan toimistosihteeriltä, puh. 044 754 1249 tai talous- ja hallintojohtajalta, puh. 044 754 1203. Asuntoja haetaan kunnantalolta saatavalla hakemuksella. Asuntohakemus löytyy myös kunnan nettisivuilta.

6.3 Rantakodon ja Rauhalan alueen rivitalot sekä Iltaruskon vuokra-asunnot

Rantakodon rivitalojen asuntohakemukset toimitetaan Suomen Lakitilitoimisto Oy, Janne Hietaselle. Rivitalot ovat suunnattu kotihoidon runsaiden palveluiden asiakkaille. Rauhalan läheisyydessä sijaitsevien rivitalojen edellytyksenä on kotihoidon runsaat palvelut. Rauhalan rivitaloilla on käytössä intensiivinen kotihoito, jossa kotihoidon avut suunnitellaan yksilökohtaisen tarvearvioinnin perusteella. Hakijoiden hakemukset intensiivisen kotihoidon asiakkaisiksi arvioidaan moniammatillisessa työryhmässä, tiedustelut vanhustyön asiantuntija, puh. 044 786 5342.

Kihniöllä intensiivistä kotihoitoa toteutetaan Iltaruskon rivitaloasunnoilla. Iltaruskon asuntoja voi tiedustella Kihniön vanhustentaloyhdistyksen puheenjohtaja Minna Yli-Kujalalta, puh. 040 526 5328.

Parkanoon valmistui joulukuussa 2020 uusi senioritalo Pappilanpolun vuokratalo, joka on valtion tukema vuokra-asunto kohde (ARA-asunnot). Asuntohakemuksen voi tulostaa Parkanon kaupungin nettisivuilta ja toimittaa, tai lähettää, täytettynä kaupungintalolle. Hakemuksia myös jaetaan kaupungintalon neuvonnasta ja kirjastosta. Kysymyksissä olkaa yhteydessä isännöitsijä Tiina Kyöstiin, puh. 044 786 5611 tai tiina.kyosti@parkano.fi. Hakemukset käsitellään yhteistyössä perusturvan kanssa, jolloin arvioidaan hakijaruokakunnan asunnontarvetta, varallisuutta ja tuloja.

6.4 Ympäri vuorokautinen hoiva

Tehostettuun palveluasumiseen haetaan hakemuksella. Vanhuspalveluiden henkilökunta ohjaa ympärivuorokautiseen hoitoon hakeutuvaa asiakasta tai hänen omaistaan keskustelemaan asiasta vanhustyön asiantuntijan kanssa. Edellytyksenä ympärivuorokautiseen hoivaan on avohuollon vanhuspalveluiden maksimaalinen käyttö palvelutarpeen mukaisesti arvioituna.

Vanhustyön asiantuntija ohjaa ja neuvoo asiakasta ja/tai hänen edustajaansa palvelutarjonnasta, ohjaa mahdollisten etuuksien hakemisessa sekä toimittaa tarvittaessa pitkäaikaispaikkahakemuksen Parkanon ja Kihniön yhteistoiminta-alueen SAS (suunnittele, arvioi, sijoita) -työryhmään. Työryhmä käsittelee yhteistoiminta-alueen ympärivuorokautisen hoivan hakemukset, arvioi hakijan toimintakykyä ja palvelutarvetta RAI-toimintakykymittarilla sekä saatujen selvitysten pohjalta ja antaa asiasta lausunnon viranhaltijalle. Viranhaltija tekee hallintopäätöksen asiassa.



Kuusipuiden hiljaisuudessa mustikanvarpu kääntyy valoa kohti

ja hipaisee kääntyessään kasvinkumppaniaan.

Syntyy päiväkierron ääni. Hetken huuto.

Muistutus pienen ja suuren yhtämitallisesta olemassaolon oikeutuksesta.

Hiljainen huuto: Salme Törmä