

PALVELUOPAS

LOPEN ELÄKE- IKÄISILLE



31.3.2011

Säilytä opas!
Sisältää paljon hyödyllistä tietoa

Sisällysluettelo

Lukijalle	4
Lopen kunnan vanhusneuvosto	5
Koti- ja tukipalvelut	6
Kotipalvelu	6
Päiväkeskus.....	7
Ateriapalvelu.....	8
Saunapalvelu.....	8
Kauppa- ja asiointipalvelu.....	9
Pyykkipalvelu / pesulapalvelu.....	9
Siivouspalvelu.....	9
Turvapalvelu	10
Muistisairaiden seudullinen palveluneuvonta	10
Asumispalvelut	11
Ikäihmisten palveluasunnot	11
Palveluasuminen	12
Ryhmäasunto Lintukoti.....	12
Ryhmäasunto Kotomäki	12
Tehostettu palveluasuminen.....	13
Hoivakoti Salmela	13
Virkeää ikää -tilaisuudet	14
Vanhainkoti.....	15
Kuntosalitoiminta	16
Taloudelliset tuet ja korvaukset	17
Kelan etuudet.....	17
Eläkkeensaajan hoitotuki	17
Eläkkeensaajan asumistuki.....	18
Matkakulut.....	18
Lääkekustannusten lisäkorvaus.....	18
Takuueläke.....	19
Toimeentulotuki.....	19
Omaishoidontuki.....	19
Kotitaloustyön verovähennys.....	21
Asunnon muutos- ja korjaustyöt	21
Kuljetustuki	22
Terveyspalvelut	23
Riihimäen seudun terveyskeskuksen kuntayhtymä / Lopen terveysasema.....	23
Vastaanotto	23
Kirkonkylän alue.....	23
Etelä-Loppi.....	23
Itä-Loppi	24
Länsi-Loppi.....	24

	3
Päivystysvastaanotto	24
Hammashuolto.....	24
Fysioterapia ja apuvälinelainausta	24
Potilasosasto	25
Kotisairaanhoidon	25
Mielenterveyspalvelut.....	26
Laboratorio.....	26
Potilasasiainmies.....	26
Kanta-Hämeen keskussairaala Riihimäen yksikkö.....	27
Sairaalaan hakeutuminen.....	27
Päivystys	27
Neuvontapalvelut	28
Ikäpiste.....	28
Sosiaaliamies.....	28
Yleinen edunvalvonta	29
Yhteis palvelupiste Rosamunda	29
Poliisi.....	29
Yhdistykset ja järjestöt	30
SPR Riihimäen seudun omaishoitajat ja läheiset ry.....	30
Eläkeläisjärjestöjä	30
Toimintakeskus Koivumäki, Riihimäen seudun A-kilta ry.	30
Lopen opisto.....	31
Seurakunnan vanhustyö.....	31
Yksityiset hoiva- ja siivouspalveluyrittäjät	33
Yksityiset asumispalvelut.....	34
Kirjasto	35
Hautaus toimisto.....	35
Taksipalveluita Lopen alueella.....	35
Kunnon ylläpitäminen	36

Lukijalle

Tähän oppaaseen on koottu mahdollisimman kattavasti tietoa Lopen kunnan asukkaille tarkoitetuista ikäihmisten palveluista ja yleisistä etuuksista. Kunnan omien palveluiden lisäksi oppaassa on myös seurakunnan, yhdistysten ja yksityisten palveluntuottajien yhteystietoja sekä tietoa heidän toiminnastaan Lopen alueella.



Lopen kunnan vanhusneuvosto

Vanhusneuvoston tehtävänä on toimia yhdyssiteenä, keskustelufoorumina ja aloitteen tekijänä vanhus- ja eläkeläisväestön toimeentuloturvaa ja elinolojen kehitystä koskevilla asioilla.

Lopen Eläkeläiset Ry
Sirkka Toivonen
puh. 050 549 6219, 0400 576 909

Eläkeliiton Lopen Yhdistys
Aulis Hutri
puh. 040 841 4039

Vilho Tuomi
puh. 040 826 0652

Elis Väänänen
puh. 044 995 8140
elis.vaananen(at)suomi24.fi

Lopen Eläkkeensaajat ry
Maija-Liisa Rintaluoma

Lopen Kansalliset Seniorit Ry
Ritva Heikkilä
puh. 040 574 3601
ritvaheikkila(at)gmail.com

Heimo Turpeinen
puh. 050 565 8369
heimo_turpeinen(at)kolumbus.fi

Riitta Nylund
puh. 0400 809 298
riittanylund(at)gmail.com

Puheenjohtaja
Marianna Rautiainen
Oronjantie 13 12640 Jokiniemi
puh. (09) 7747 4216, 040 545 4958
marianna.rautiainen(at)vasemmistoliitto.fi

Sihteeri
Eeva Pyhälampi
Hoivakoti Salmela, Kotorinne 4, 12700 Loppi
puh. (019) 758 6078, 040 330 6078
eeva.pyhalampi(at)loppi.fi

Sihteeri, varalla
Pirjo Semi
Kotipalvelu, Opintie 3, 12700 Loppi
(019) 758 6134, 040 330 6143

Koti- ja tukipalvelut

Koti- ja tukipalveluiden tarkoituksena on toimia kotona asumisen tukena. Palveluiden tarve kartoitetaan aina yksilöllisesti. Kotipalvelunohjaaja tekee yhdessä kotihoidon tiimin kanssa palvelutarpeen arvioinnin, jonka pohjalta laaditaan hoito- ja palvelusuunnitelma asiakkaalle.

Kotipalvelu

Kotipalvelun tarkoitus on toimia tukena ja apuna silloin, kun asiakkaan toimintakyky on iän, sairauden tai vamman takia alentunut. Kotipalvelu tukee päivittäisissä toimissa ja jokaiselle asiakkaalle laaditaan hoito- ja palvelusuunnitelma. Kotipalvelussa toteutetaan kuntouttavaa työtä, joka tarkoittaa asiakkaan liikkumis- ja toimintakyvyn, itsenäisen selviytymisen, omatoimisuuden ja elämänhallinnan tukemista. Säännöllisestä kotipalvelusta peritään tuloihin ja hoitoaikaan perustuva kuukausimaksu. Tilapäisestä kotipalvelusta peritään kiinteä kertamaksu perusturvalautakunnan vahvistaman hinnaston mukaisesti.

Kotipalvelu toimii Lopen kunnan alueella kolmeen alueeseen jaettuna. Kotipalvelu tekee yhteistyötä kotisairaanhoidon kanssa ja toimimme samoissa tiloissa. Kotihoidon toimisto sijaitsee Palvelukeskus Eedilässä.

Lisätietoja kotipalvelunohjaajalta puh. (019) 758 6143 tai 040 330 6143

Kotihoito tiimi 1 puh. 040 330 6131

Kotihoito tiimi 2 puh. 040 330 6132

Kotihoito tiimi 3 puh. 040 330 6134



Päiväkeskus

Päiväkeskustoiminta tarjoaa kotona asuville ikäihmisille virkistystoimintaa ja tukee kotona selviytymistä. Päiväkeskuksessa järjestetään erilaista toimintaa. Keskiviikkoisin luetaan Lopen lehteä ja joka päivä on mahdollisuus käyttää ohjatusti kuntosalia.

Päiväkeskuksessa on myös mahdollista saunoa.

Päiväkeskuspäivään sisältyy aamupala, lounas ja kahvi. Päiväkeskukseen voi tulla joko omalla kyydillä, tai taksikuljetuksella.

Päiväkeskus toimii Palvelukeskus Eedilän tiloissa ja on avoinna ti-pe klo 7.30-15.30.

Ensimmäinen käyntikerta on maksuton tutustumiskäynti.

Joka toinen maanantai päiväkeskuksessa kokoontuu muistisairaiden ryhmä.

Päiväkeskuskäynnistä, kuljetuksesta ja saunapalvelusta veloitetaan kiinteä kertamaksu perusturvalautakunnan vahvistaman hinnaston mukaisesti.

Lisätietoa ja tilaukset:

Kotipalvelunohjaaja puh. (019) 758 6143, 040 330 6143

Päiväkeskusohjaaja puh. 050 313 7704



Ateriapalvelu

Monipuolinen ja terveellinen ruoka on tärkeä osa hyvinvointia.

Ateriapalvelua on mahdollista saada kotiin kuljetettuna kirkonkylälle ma-su ja muille alueille ma-pe (jolloin perjantaina voidaan kuljettaa kaksi kylmää ateriaa viikonlopuksi.).

Ateria valmistetaan ja pakataan lämpölaatikoon Keskuskeittiö Kasarissa ja se sisältää ruoan, salaatin ja jälkiruoan. Kuljetuksesta huolehtii taksi. Jos asiakas ei pääse avaamaan ovea, voi hän tarvittaessa luovuttaa kuljettajalle avaimen, jolloin ateria kuljetetaan sisään asti.



Palvelukeskus Eedilän ruokasalissa on mahdollisuus sopimuksesta aterioida päivittäin. Lounas sisältää lämpimän ruoan, leivän, ruokajuoman ja jälkiruoan.

Ateriasta veloitetaan vuosittain määritettävä ateriahinta.

Lisätietoa ja tilaukset:

Kotipalvelunohjaaja puh. (019) 758 6143

Keittiö Kasari puh. (019) 758 6161

Saunapalvelu

Saunapalvelua on mahdollisuus saada silloin, kun kotona ei ole peseytymismahdollisuutta tai tarvitsee apua peseytymisessä. Saunapalvelua järjestetään Uotilantien saunalla, Kotorinteen saunalla ja päiväkeskuksen yhteydessä. Saunapalveluun saa tarvittaessa taksikuljetuksen. Palveluun sisältyy mehu. Asiakas tuo omat pesuvälineet mukanaan. Saunapalvelusta ja kuljetuksesta veloitetaan kiinteä kertamaksu perusturvalauta-kunnan vahvistaman hinnaston mukaisesti.

Lisätietoa ja tilaukset:

Kotipalvelunohjaaja puh. (019) 758 6143

Kauppa- ja asiointipalvelu

Kauppapalvelu on tarkoitettu asiakkaille, joilla ei ole mahdollisuutta käydä kaupassa. Kauppapalvelu toteutetaan yhteistyössä K-kaupan kanssa, jonne asiakas avaa tilin. Kauppapalvelua on mahdollisuus saada kerran viikossa. Kauppapalvelusta veloitetaan asiointipalvelumaksu. Kauppias laskuttaa ostokset tilin kautta.

Asiointipalvelua on esimerkiksi pyykkipussin vienti pesulapalveluihin, apteekkiasiat tai muu vastaava asiointi. Asiointipalvelusta veloitetaan asiointipalvelumaksu.

Lisätietoa ja tilaukset:

Kotipalvelunohjaaja puh. (019) 758 6143

Pyykkipalvelu / pesulapalvelu

Pyykkipalvelua voi saada palveluntarpeen mukaan ja siitä sovitaan aina erikseen hoito- ja palvelusuunnitelmaa tehdessä. Jos asiakkaalla ei ole omaa pesukonetta voidaan pyykki toimittaa käsityökauppa Sinikelloon, josta se lähtee pesulaan pestäväksi. Tällöin palvelusta veloitetaan asiointipalvelumaksu sekä pesulahinnaston mukainen maksu.

Lisätietoa ja tilaukset:

kotipalvelunohjaaja puh. (019) 758 6143

Pantex pesula, Forssa puh. (03) 4246 3700

Siivouspalvelu

Siivouspalvelua on mahdollisuus saada ainoastaan sotainvalideille.
(haitta-aste vähintään 20 %).

Asiakas voi itse ostaa yksityiseltä palveluntuottajalta siivouspalvelua.

Tästä oppaasta löydät yhteystietoja heille.

Lisätietoja:

Kotipalvelunohjaaja puh. (019) 758 6143

Turvapalvelu

Turvapuhelimen voi vuokrata kotona selviytymisen tueksi ja turvallisuutta lisäämään. Turvapuhelimen saa Lopen kunnan kautta ja ne vuokrataan Suomen Ensiapupalvelu Oy:ltä. Kotipalvelunohjaaja tilaa ja asentaa turvapuhelimen asiakkaalle. Suomen Ensiapupalvelu Oy laskuttaa turvapuhelinvuokran asiakkaalta, joka on 18 euroa kuukaudessa. Kaikki turvapuhelinhälytykset menevät Suomen Ensiapupalvelu Oy:lle, josta he sitten ottavat yhteyttä asiakkaan kanssa sovittuun paikkaan. Turvapuhelin kytketään omaan puhelimeen ja hälytys tehdään ranteessa olevalla painikkeella. Asennus 20 euroa/kerta. Hälytyskäynnistä laskutetaan 20 euroa/kerta.

Lisätietoa ja tilaukset:

Kotipalvelunohjaaja puh.(019) 758 6143

Muistisairaiden seudullinen palveluneuvonta

Muistisairaiden palveluneuvojan työn tavoitteena on antaa muistisairaalle ja hänen läheisilleen asiakaslähtöistä ja kotona asumista turvaavaa tukea.

Muistisairaiden palveluneuvoja antaa tietoa muistisairauksista, toimii muistisairaana ja hänen läheistensä tukena ja auttaa tarvittavan avun ja tuen hakemisessa.

Palveluneuvoja tekee kotikäynneillä muistitestauksia ja ohjaa tarvittaessa jatkotutkimuksiin. Tarvittaessa palveluneuvoja tekee konsultointikäyntejä hoitohenkilökunnan kanssa. Jokainen kysymys on kysymyksen arvoinen, pienikin asia voi olla iso taakka, kun sitä yksin pohtii.

Muistisairaiden palveluneuvoja tekee kotikäyntejä Hausjärvelle, Riihimäelle ja Lopelle. Palvelu on maksutonta edellä mainittujen kuntien asukkaille ja heidän omaisilleen.

Muistisairaiden palveluneuvoja

Saara Bitter

tavattavissa Lopella maanantaisin klo 8-11

Lopen terveystalo Lopenpaja

Pajatie 1, 12700 Loppi

Puh. (019) 758 4434 tai 050 388 8505

saara.bitter(at)riihimaki.fi

Asumispalvelut

Kerran viikossa kokoontuva SAS-yhteistyöryhmä tekee esitykset asukasvalinnoista palvelu- ja ryhmäasuntoihin ja ikäihmisten asuntoihin sekä laitospaikoille. SAS-ryhmä selvittää ja järjestää vanhuksille ja pitkäaikaissairaille asuntoja ja hoitoa sovitellen eri vaihtoehtoja. Ryhmään kuuluvat terveyskeskuksesta terveyskeskuslääkäri, osastonhoitaja, kotisairaanhoidtaja ja fysioterapeutti sekä Palvelukeskus Eedilästä kotipalvelunohjaaja, sairaanhoitaja, vanhustenhuollonjohtaja ja -sosiaalityöntekijä.

Asuntohakemuksia saa kotipalvelunohjaajalta, kunnan asuntotoimistosta ja kunnan internet-sivuilta. Kotipalvelunohjaajalle osoitetut hakemukset lähetetään osoitteella: Kotipalvelu, Opintie 3, 12700 Loppi.

Lisätietoja kotipalvelunohjaajalta puh. (019) 758 6143 ja vanhustenhuollon johtajalta puh. (019) 758 6150.



Ikäihmisten palveluasunnot

Lopella on ikäihmisille vuokrattavana yksiöitä ja kaksioita rivitaloissa Uutilantiellä ja Palvelukeskus Eedilän läheisyydessä sekä asuntoja Lopenpajassa. Kaksiot ovat tarkoitettu kahdelle henkilölle tai pariskunnalle. Asuntoihin on mahdollisuus saada koti- ja tukipalveluita palveluntarpeen mukaan.

Lisätietoja:

Kotipalvelunohjaaja
puh. (019) 758 6143

Vanhustenhuollon johtaja
puh. (019) 758 6150

Vanhustenhuollon sosiaalityöntekijä
Kristiina Urtamo
puh. (019) 758 6151

Palveluasuminen

Ryhmäasunto Lintukoti

Lintukoti sijaitsee Palvelukeskus Eedilän alakerrassa ja on 7- paikkainen ryhmäasunto. Huoneet ovat joko yhden- tai kahden hengen huoneita. Lintukodissa on kotipalvelun henkilökunta ma- su n. klo 7-20, yöhoitoa Lintukodissa ei ole. Vanhainkodin henkilökunta käy kaksi kertaa yössä tarkistuskäynnillä.

Asumisesta maksetaan vuokraa ja kotihoidon maksua, joka määräytyy tulojen mukaan. Lisäksi maksetaan ateriapalvelusta. Muita tukipalveluita on mahdollisuus sopia tarpeen mukaan.

Ryhmäasunto Kotomäki

Kotomäki sijaitsee Palvelukeskus Eedilän läheisyydessä ja on 5- paikkainen ryhmäasunto. Huoneet ovat yhden hengen huoneita. Kotomäessä on kotipalvelun henkilökunta paikalla ma-su n. klo 7-20, yöhoitoa ei Kotomäessä ole. Mäntykodin henkilökunta käy tarkistuskäynnillä yöllä Kotomäessä.

Asumisesta maksetaan vuokraa ja kotihoidon maksua, joka määräytyy tulojen mukaan. Lisäksi maksetaan ateriapalvelusta. Muita tukipalveluita on mahdollisuus sopia tarpeen mukaan.

Lisätietoja: Kotipalvelunohjaaja puh.(019) 758 6143

Tehostettu palveluasuminen

Hoivakoti Salmela



Hoivakoti Salmela on maaliskuussa 2003 avattu 12-paikkainen ympärivuorokautista hoitoa tarjoava tehostetun palveluasumisen yksikkö. Henkilökuntaa yksikössä on sairaanhoitaja ja 6 lähihoitajaa.

Salmelan tarkoituksena on tarjota turvallinen ja kodinomainen asumisvaihtoehto. Kaikki huoneet ovat yhden hengen huoneita, joissa on omat wc- ja pesutilat. Jokainen asukas saa kalustaa huoneensa mieleisekseen ja tutunomaiseksi omilla huonekaluilla ja koriste-esineillä.

Hoivakoti Salmelassa toteutetaan yksilöllistä ja kuntouttavaa hoitotyötä. Halujen ja kykyjensä mukaan asukkaat voivat osallistua erilaisiin arkiaskareisiin, kuten pöytien pyyhittämiseen, pyykin viikkaamiseen, kukkapenkin perkuuseen jne. Myös erilaista virike-toimintaa ja vierailuita talon ulkopuolelle pyritään järjestämään mahdollisuuksien mukaan.

Hoivakoti Salmelan toimintaa ohjaavat seuraavat arvot:

kodinomaisuus

yksilöllisyys

omatoimisuuden tukeminen

turvallisuus

oikeudenmukaisuus

yhteistyö

keskinäinen arvonnanto

Asumisesta maksetaan vuokraa ja hoitomaksua, joka määräytyy tulojen mukaan. SAS-ryhmä, jossa on sekä terveydenhuollon, että sosiaalipuolen edustus päättää asukasvalinnoista.

Yhteystiedot:

Hoivakoti Salmela

Kotorinne 4

12700 LOPPI

Sairaanhoidaja Eeva Pyhälampi

puh. (019) 758 6078, 040 330 6078

[eeva.pyhalampi\(at\)loppi.fi](mailto:eeva.pyhalampi(at)loppi.fi)

Virkeää ikää -tilaisuudet

Eedilässä noin kahden kuukauden välein

- tietoa, valistusta ja virkistystä
- seuraa lehti-ilmoituksia



Vanhainkoti



Vanhainkodin tarkoituksena on tarjota turvallinen ympäristö vanhuksille, jotka tarvitsevat jatkuvaa ja ympärivuorokautista yksilöllistä huolenpitoa, hoitoa ja kuntoutusta.

Jokaisella asukkaalla on kaksi omahoitajaa, jotka perehtyvät asukkaan asioihin ja omaisten kanssa yhteistyössä tehtyyn hoitosuunnitelmaan.

Vanhainkodissa on kaksi osastoa (35 hoitopaikkaa) sekä pienyksikkö Kuusikoti (6 hoitopaikkaa), joka on tarkoitettu lähinnä muistihäiriöisten hoitopaikaksi.

Vanhainkodissa on varattu paikkoja pitkäaikaiseen ja lyhytaikaiseen hoitoon.

Lyhytaikainen hoito on tarkoitettu vanhuksille, jotka tarvitsevat kotihoidon tueksi vanhainkodin tarjoamaa hoitoa ja kuntoutusta.

Vanhainkodissa on 1-2 hengen huoneita. Asukkaat sisustavat huoneensa kodinomaiseksi ja yksilölliseksi.

Vanhainkodin paikoista päättää sas- työryhmä, joka kokoontuu kerran viikossa.

Tiedustelut:

Lyhytaikaisista hoitajaksoista voi tiedustella

Vanhustenhuollonjohtajalta puh. (019) 758 6150 tai 040 330 6150

Vastaava sairaanhoitaja Aila Suni puh. (019) 758 6157 (osasto 1)

Kuntosalitoiminta

Palvelukeskus Eedilän kuntosalilla on mahdollisuus kaikilla halukkailla kohentaa kuntoa. Kuntosalilla on turvalliset ja ikäihmisille suunnatut laitteet, joihin saa opastusta kuntohoitajalta.

Lisätietoja kuntosalitoiminnasta:

Kuntohoitaja Merja Nummela, palvelukeskus Eedilä puh. (019) 758 6152



Taloudelliset tuet ja korvaukset

Tarvittaessa lomakkeiden täyttämässä ja tukiasioissa auttaa vanhustenhuollon sosiaalityöntekijä, puh. (019) 758 6151

Kelan etuudet

Kela
Temppelikatu 9 A
11100 RIIHIMÄKI

Kelalla on käytössä valtakunnalliset palvelunumerot ma-pe klo 8-18. Palvelunumeroissa sinua opastaa asiaan perehtynyt palveluneuvoja.

Kunnantalon yhteispalvelupiste Rosamundasta saa Kelan esitteitä, lomakkeita, palautuskuoria ja sinne voi myös jättää hakemuksia.

Kelan korvausten ja tukien suuruudet löytyvät Kelan omista esitteistä.

Eläkkeensaajan hoitotuki

Eläkettä saavan hoitotuki on tarkoitettu tukemaan sairaan tai vammaisen eläkkeensaajan kotona asumista ja siellä tapahtuvaa hoitoa. Lisäksi se korvaa sairaudesta tai vammaisuudesta aiheutuvia erityiskustannuksia.

Hoitotuen saamiseen vaikuttaa myös toimintakyky. Toimintakyvyn tulee olla heikentynyt sairauden tai vammaisuuden vuoksi yhtäjaksoisesti vähintään vuoden ajan. Toimintakyvyn katsotaan olevan heikentynyt, kun sairaus tai vamma heikentää kykyä

- ◆ huolehtia itsestään (esim. peseytyä tai pukeutua)
- ◆ tehdä välttämättömiä kotitaloustöitä tai
- ◆ asioida kodin ulkopuolella.

Lisäksi sairauden tai vamman pitää aiheuttaa säännöllistä

- ◆ avuntarvetta
- ◆ ohjauksen tai valvonnan tarvetta tai
- ◆ jatkuvia erityiskustannuksia

Hoitotukea maksetaan kolmeen ryhmään porrastettuna, tuen saamiseen ei vaikuta tulot eikä omaisuus. Hoitotuki on verotonta tuloa. Tukihakemukseen liitteeksi tarvitaan lääkärinlausunto c.

Lisätietoja Kelasta puh. 020 692 211 (valtakunnallinen palvelunumero)

Eläkkeensaajan asumistuki

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

Eläkkeensaajan asumistuen määräytymiseen vaikuttavat

- ◆ asumismenot
- ◆ perhesuhteet sekä
- ◆ eläkkeensaajan ja puolison bruttotulot ja omaisuus.

Lisätietoja Kelasta puh. 020 692 202 (valtakunnallinen palvelunumero)

Matkakulut

Voit saada korvausta julkiseen tai yksityiseen sairaanhoitoon liittyvistä matkoista. Kela korvaa myös kuntoutukseen tehtyjä matkoja, kun kuntoutus perustuu Kelan tai julkisen terveydenhuollon kuntoutuspäätökseen. Kela ei korvaa erikseen tehtyä lääkkeiden hakumatkaa apteekkiin.

Kela korvaa omavastuuden ylittävät matkakustannukset.

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

Matkalasku Kelaan tehdään, vaikka yhdensuuntaisen matkan kustannukset eivät ylittäisi omavastuuta, koska kaikki haetut matkakustannukset kerryttävät omavastuukattoa.

Lisätietoja kelasta puh. 020 692 204 (valtakunnallinen palvelunumero)

Lääkekustannusten lisäkorvaus

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

Lisätietoja Kelasta puh. 020 692 204 (valtakunnallinen palvelunumero)

Takuueläke

Laki takuueläkkeestä on tullut voimaan 1.3.2011. Takuueläke korottaa Suomessa asuvalle maksettavan vähimmäiseläkkeen 687,74 euroon. Takuueläkettä voidaan maksaa vain, jos hakijan kaikki eläkkeet ennen verotusta ovat yhteensä alle 687,74 euroa kuukaudessa. Takuueläkettä pitää hakea. Hakemuksen voi tehdä soittamalla Kelaan numeroon 020 692 202 tai hakea takuueläkettä suullisesti Kelan toimistossa.

Toimeentulotuki

Toimeentulotuki on toimeentuloturvaa täydentävä viimesijainen etuus. Toimeentulotuen avulla turvataan henkilön ja perheen ihmisarvoisen elämän kannalta välttämätön toimeentulo silloin, kun ensisijaiset tulot ja varallisuus eivät riitä kohtuullisiin elinkustannuksiin tai niiden saaminen viivästyy. Toimeentulotuki on tarkoitettu tilapäiseksi ja yksilölliseksi avuksi.

Lisätietoja:

Lopen sosiaalitoimisto, Yhdystie 5, 12700 Loppi

Sosiaalityöntekijöiden puhelinaika, ma-pe klo 11.00-12.00

puh. (019) 758 6000.

Omaishoidontuki

Omaishoidon tuki on vanhuksen, vammaisen tai sairaan henkilön hoidon ja huolenpidon järjestämistä kotiloissa omaisen tai muun hoidettavalle läheisen henkilön avulla.

Tuen myöntämisen edellytykset (Laki omaishoidon tuesta 937/2005 § 3).

Kunta voi myöntää omaishoidon tukea, jos:

- ◆ henkilö alentuneen toimintakyvyn, sairauden, vamman tai muun vastaavanlaisen syyn vuoksi tarvitsee kotiloissa hoitoa tai muuta huolenpitoa
- ◆ hoidettavan omainen tai muu huollettavalle läheinen henkilö on valmis vastaamaan hoidosta ja huolenpidosta tarpeellisten palveluiden avulla
- ◆ hoitajan terveys ja toimintakyky vastaavat omaishoidon asettamia vaatimuksia
- ◆ omaishoito yhdessä muiden tarvittavien sosiaali- ja terveydenhuollon palveluiden kanssa on hoidettavan hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden kannalta riittävää
- ◆ hoidettavan koti on terveydellisiltä ja muilta olosuhteiltaan siellä annettavalle hoidolle sopiva
- ◆ tuen määräämisen arvioidaan olevan hoidettavan edun mukaista

Omaishoidon tukea järjestetään siihen talousarviossa varattujen määrärahojen puitteissa. Koska omaishoidon tukeen varattu määräraha on rajallinen, tukea myönnetään hakijoista ensisijaisesti eniten avun tarpeessa oleville.

Tuen myöntäminen perustuu hoidon sitovuuteen ja vaativuuteen ja hoidettavan toimintakykyyn. Omaishoidon tukea voidaan myöntää omaishoitolaissa määriteltyjen myöntämisedellytysten täyttyessä ja jos hoito on erityisen sitovaa ja vaativaa, hoito on ympärivuorokautista tai jatkuvaa päivittäin tai tuki korvaa laitoshoidon tai palveluasumisen.

Hoito voidaan katsoa ympärivuorokautiseksi ja sitovaksi vaikka hoidettava viettää säännöllisesti vähäisen osan vuorokaudesta (noin 5-7 tuntia) käyttäen kotinsa ulkopuolella järjestettyjä sosiaali- ja terveystalouksia taikka saa kuntoutusta tai opetusta. Hoidon vaativuutta, sitovuutta ja hoidettavan toimintakykyä mitataan vanhustenhuollon sosiaalityöntekijän tekemän kotikäynnin aikana haastattelua, havainnointia ja toimintakykymittareita RAVA ja MMSE hyväksi käyttäen.

Omaishoidon tuki koostuu hoitopalkkiosta, hoidettavalle annettavista palveluista ja omaishoitajalle annettavista tarvitsemistaan sosiaalipalveluista. Hoidettavan on oltava kotona vähintään neljätoista (14) vuorokautta kuukaudessa, jotta oikeus omaishoidon tukeen säilyy. Hoitopalkkio on korvausta omaishoitajan antamasta hoidosta ja huolenpidosta. Palkkio on hoitajalle verotettavaa tuloa.

Allekirjoitetun hakemuksen liitteenä tulee olla lääkärin C-lausunto, joka ei saa olla puolta vuotta (6 kk) vanhempi.

Omaishoitajan vapaa:

Omaishoitajalla on oikeus pitää vapaata vähintään 3 vuorokautta sellaista kalenterikuukautta kohti, jonka aikana hän on yhtäjaksoisesti tai vähäisin keskeytyksin sidottu hoitoon ympärivuorokautisesti tai jatkuvasti päivittäin. Vähäistä keskeytystä suuremmaksi katsotaan yli kahden (2) vuorokauden pituiset keskeytykset kuukautta kohti. Lakisääteinen vapaa ei vähennä hoitopalkkion määrää. Omaishoitaja voi pitää kertyneet vapaapäivänsä säännöllisesti kuukausittain tai säästää vapaapäiviä ja pitää vapaata kalenterivuoden aikana. Kunta voi järjestää kotona hoitavien tukemiseksi hoidettavalle hoitajaksoja Palvelukeskus Eedilän vanhainkodissa tai terveyskeskuksen Lopen vuodeosastolla. Hoitajan vapaapäivän ajaksi on myös mahdollista saada kodinhoitajan palveluapua kotiin tai hoidettava voi olla Palvelukeskus Eedilän päiväkeskuksessa.

Lisätietoja ja lomakkeita saa:

Vanhustenhuollon sosiaalityöntekijä

Kristiina Urtamo, Perusturva,

Yhdystie 5, 12700 Loppi, puh. 040 330 6151 tai (019) 758 6151.

sähköposti [kristiina.urtamo\(at\)loppi.fi](mailto:kristiina.urtamo(at)loppi.fi)

Kodinhoitaja Hilikka Lähde (omaishoidon vapaapäivät) puh. 040 330 6142

Kotitaloustyön verovähennys

Kotona teetetyt työn kustannukset voi osittain vähentää verosta. Kotitalousvähennyksen saa henkilö, joka maksaa asunnossaan tehdystä tavanomaisesta kotitalous-, hoiva- ja hoitotyöstä tai asuntonsa kunnossapidosta taikka perusparannuksesta palkkaa tai työkorvausta. Puolisoista täyden vähennyksen voi saada kumpikin erikseen. Vähentää saa 60 % arvonlisäverollisesta työkorvauksesta, jos työ on ostettu ennakkoperintärekisteriin merkityltä veronalaista toimintaa harjoittavalta yrittäjältä tai yritykseltä. Kotitalousvähennyksen enimmäismäärä vuonna 2010 on 3000 euroa vuodessa. Vähennyksen omavastuu on 100 euroa. Vähennys on henkilökohtainen.

Lisätietoja:

Kanta-Hämeen verotoimisto

Riihimäen toimipiste, avoinna ma-ti klo 9-15

Temppelikatu 10

11100 Riihimäki

Puhelin (019) 830 4700

Faksi (019) 830 4728

Asunnon muutos- ja korjaustyöt

Kunnan kautta voi hakea valtion korjaus- ja energia-avustuksia. Avustuksia voidaan myöntää ympärivuotisessa asuinkäytössä olevien asuinrakennusten tai asuntojen korjaukseen. Hakuaika päättyy vuosittain huhtikuussa.

Lisätietoja ja hakemuslomakkeita:

Asuntosihtööri Eija Kuokkanen ([eija.kuokkanen\(at\)loppi.fi](mailto:eija.kuokkanen(at)loppi.fi))

puh. (019) 758 6013 tai 040 330 6013

Yhdystie 5, 12700 Loppi

Kuljetustuki

Sosiaalihuoltolain mukainen kuljetuspalvelu voidaan myöntää, jos henkilöllä on vammautumisen, sairauksien ja ikääntymisen vuoksi huomattavia liikkumisvaikeuksia.

Kuljetuspalvelu perustuu tarveharkintaan, perusturvalautakunnan käytettävissä olevaan määrärahaan sekä hakijan tuloihin ja varallisuuteen. Asuntoa, jossa asiakas asuu, ei oteta huomioon säästöinä eikä varallisuutena. Vähintään 20 % sotainvalideja tulo- ja varallisuusrajat eivät koske.

Kuljetuspalveluna myönnetään enintään kahdeksan yhdensuuntaista matkaa kuukaudessa asiointimatkoihin. Kuljetuspalvelu myönnetään taksimatkoina. Maksuvälineenä käytetään x-card - taksikorttia. Matkoista peritään omavastuuosuus muilta paitsi vähintään 20 % sotainvalideilta. Omavastuu noudattaa julkisen liikenteen kertamaksua. Kuljetuspalvelua voi käyttää Lopen kunnan alueella. Poikkeuksena vähintään 20 % sotainvalidit, joille myönnetään harkinnan mukaan enintään 18 yhdensuuntaista matkaa kuukaudessa oman ja naapurikuntien alueella.

Sosiaalihuoltolain mukaista kuljetuspalvelua haetaan kirjallisella hakemuksella sosiaalitoimistosta. Hakemuksen liitteenä tulee olla lääkärinlausunto tai muu hyväksyttävä selvitys hakijan huomattavista liikkumisvaikeuksista. Ne hakijat, joita koskevat myös tulo- ja varallisuusrajat, ovat velvollisia toimittamaan hakemuksen yhteydessä tarvittavat tiedot tuloistaan ja kaikista talletuksista (viimeinen tiliote/tiliotteet) sekä tiedot varallisuudestaan (todistus viimeksi vahvistetusta verotuksesta). Sosiaalihuoltolaki 20 § ja 21 § sekä asetuksen 9 §:n 2 kohta.

Lisätietoja ja hakemuksia:

Sosiaalipalvelusihteeri Leena Aalto
puh. (019) 758 6056
Kotipalvelunohjaaja Pirjo Semi
puh. (019) 758 6143, 040 330 6143

Terveyspalvelut



RIIHIMÄEN SEUDUN
TERVEYSKESKUKSEN
KUNTAYHTYMÄ

Riihimäen seudun terveyskeskuksen kuntayhtymä / Lopen terveysasema

Kuntayhtymän toimenpitein ylläpidetään ja edistetään yksilön ja ympäristön terveyttä ja toimintakykyä sekä ehkäistään ja vähennetään terveydellisiä ongelmia ja niiden haittavaikutuksia. Toimintaa toteutetaan aluevastuisesti ja jäsenkuntien määräämien taloudellisten rajojen puitteissa.

Lopella toiminta toteutetaan vastaanotoilla, potilasosastolla ja kotisairaanhoidossa. Loppi on jaettu neljään vastuualueeseen ja jokaisella alueella on oma sairaanhoitaja, joka vastaa kaikkiin terveydellisiin kysymyksiin.

Terveysasema, Harjutie 9
avoinna ma - to 8.00 - 16.00, pe 8.00 - 15.00

Vastaanotto

Potilastoimisto puh. (019) 758 5870
avoinna ma klo 8.00 - 12.00, ke klo 8.00 - 12.00 ja pe klo 13.00 - 15.00

Ilman ajanvarausta ma - pe (päivystysluonteinen hoito)
Sairaanhoitajan vastaanotto klo 9.00- 14.00
ja päivystävän lääkärin vastaanotto klo 10.00 - 11.30 sekä 12.00 - 14.00
Potilastoimistoon ei tarvitse erikseen ottaa yhteyttä, vaan vastaanotolle voi tulla ja ottaa vuoronumeron, jolla kutsutaan sisään ja sairaanhoitaja ohjaa tarvittaessa lääkärille.

Kirkonkylän alue

Ajanvaraus ja puhelinneuvonta
ma - pe klo 8.30 - 9.30 ja 13.00 - 14.30 puh. (019) 758 5860

Etelä-Loppi

Ajanvaraus ja puhelinneuvonta
ma - pe klo 8.30 - 9.30 ja 13.00 - 14.30 puh. (019) 758 5950

Itä-Loppi

Ajanvaraus ja puhelinneuvonta
ma - pe klo 8.30 - 9.30 ja 13.00 - 14.30 puh. (019) 758 5940

Länsi-Loppi

Länsi-Lopen asukkaat voivat valita haluamansa alueen palvelut

Päivystysvastaanotto

Toimii pääterveysasemalla Riihimäellä iltaisin klo 16-22 ja viikonloppuisin klo 8-22. Tiedustelut ja neuvonta puh. (019) 758 5630. Yöaikaan päivystysvastaanotto on Kanta-Hämeen keskussairaalan Riihimäen yksikössä, puh. (019) 744 5320. Päivystysvastaanotto on tarkoitettu vain äkillisiä, kiireellisiä sairastapauksia varten. Ambulanssi tilataan yleisestä hätänumerosta 112.

Hammashuolto

Kaikilla kunnan asukkailla on mahdollisuus saada kunnallista hammashoitoa. Hammashoitoloiden keskitetty ajanvaraus puh. (019) 758 5650

Lopen hammashoitola toimii terveystalo Lopenpajassa, osoite Pajatie 1.

Päivystys lauantaisin

klo 10-12, ei ajanvarausta, päivystyspaikka on vuoroin Riihimäki, Hyvinkää ja Nurmijärvi. Päivystyspaikan ja yhteystiedot saa tietää puh. (019) 758 5650. Päivystys on vain kiireellistä hammashoitoa tarvitseville.

Fysioterapia ja apuvälinelainaus

Lopen terveysasemalla toimii fysioterapian ja apuvälinelainauksen sivupiste. Fysioterapian tarkoitus on ylläpitää ja parantaa eri ikäisten ihmisten toimintakykyä sekä ehkäistä sen alenemista fysioterapeuttisin menetelmin. Yksilöllisiin tutkimus- ja hoitokäynteihin fysioterapiaosastolle tarvitaan oman terveyskeskuslääkärin lähete. Neuvontaan ja ohjaukseen voi tulla myös ilman lääkärin lähetettä. Fysioterapiassa on erilaisia ryhmiä pitkäaikaissairaille, liikuntarajoitteisille sekä vanhuksille. Ryhmistä saa lisätietoa fysioterapian ajanvarauksesta.

Lisätietoja:

puh. (019) 758 5869

ajanvaraus ma-pe klo 12-13

Apuvälinelainausta:

Fysioterapiavastaanottojen yhteydessä toimivat apuvälinelainaamot. Lainattavia välineitä ovat liikkumisen apuvälineet (sauvat, kävelytelineet, pyörätuolit) sekä päivittäisiin toimintoihin (peseytyminen, wc, ruokailu, pukeutuminen) liittyvät apuvälineet. Apuvälinetarpeen arvioimiseksi tehdään tarvittaessa kotikäynti.

Lisätietoja: puh. (019) 758 5869, ma-pe klo 12-13

Potilasosasto

Terveyskeskusosastojen tehtävänä on tarjota perusterveydenhuoltoon kuuluvia sairaalapalveluita. Lopen terveysaseman potilasosasto on 30- paikkainen. Potilasosastolla tutkitaan, hoidetaan ja kuntoutetaan potilaita yksilöllisen hoitosuunnitelman mukaisesti. Osastohoito tukee kotihoidossa olevien potilaiden selviytymistä mahdollisimman pitkään kotona. Osastolla omahoitaja vastaa hoidon toteuttamisesta ja jatkohoidon järjestämisestä. Tarvittaessa järjestetään kotiin kotihoidon palveluita. Potilasosastolle tullaan hoitoon omalääkärin tai erikoissairaanhoidon läheteellä.

Vierailuajat klo 13-19

Kanslia puh. (019) 758 5880

Potilaspuhelin puh. (019) 758 5883

Osastonhoitaja puh. (019) 758 5884

Kotisairaanhoido

Kotisairaanhoidosta voit saada terveyden- ja sairaanhoidollista apua. Kotiin annettavan hoidon tavoitteena on tukea potilaiden omatoimisuutta, toimintakykyä ja kotona selviytymistä mahdollisimman pitkään.

Kotisairaanhoidon asiakkaaksi tullaan lääkärin lähettämänä.

Jokaiselle asiakkaalle tehdään hoito- ja palvelusuunnitelma. Kotisairaanhoido toimii yhteistyössä kunnan kotipalvelun kanssa kolmeen alueeseen jaettuna Lopen alueella.

Kotikäyntipyynnöt, neuvonta ja tiedustelut:

Ma-pe klo 12-13:30 puh. (019) 758 5888

Mielenterveyspalvelut

Lopella toimii psykiatrinen sairaanhoitaja, joka auttaa mielenterveydellisissä asioissa.

Tiedustelut:

puhelinaika klo 8 - 8.30 ja 12.30 - 13

puh. (019) 758 5871 tai 040 330 5871

Laboratorio

Laboratorio tutkimuksiin tarvitaan lähete terveyskeskuksesta tai jatkolähete muusta sairaanhoitolaitoksesta. Ajan voi varata oman alueen vastaanotolta. Jotkut tutkimukset vaativat esivalmisteluja kuten ravinnotta oloa, lepoa tms. Tutkimusten luotettavuuden kannalta on tärkeätä, että toimitte saamienne ohjeiden mukaan.

Aukiolo:

ma, ti klo 8:00 - 15:00

ke, to klo 7:30 - 15:00

pe klo 8:00 - 14:00

Potilasasiamies

- neuvoo ja ohjaa liittyen potilaan oikeuksiin
- ohjaa ja tarvittaessa avustaa asioiden vireille saattamisessa
 - potilasvahinkoasioissa
 - hoitoon ja kohteluun liittyvissä asioissa

Riihimäen seudun terveyskeskus ky:n potilasasiamiehenä toimii

Sosiaalityöntekijä Päivi Jokinen, puh. aika ma-to klo 10:00-11:00 puh. (019) 758 5735

Sosiaalityöntekijä Sinikka Kankaanpää, puh. aika pe klo 10:00-11:30 puh. (019) 758 5735

Riihimäen pääterveysasema

Kallionkatu 10 - 16 B

11100 Riihimäki

Kanta-Hämeen keskussairaala Riihimäen yksikkö

Kontiontie 77
PL 140, 11101 Riihimäki

Keskus avoinna ma-pe klo 7-21, la-su klo 9-21
puh. (019) 74451



Kanta-Hämeen keskussairaalaan kuuluvan Riihimäen yksikön tehtävänä on edistää Riihimäen seudun väestön terveyttä ja toimintakykyä järjestämällä alueen väestön tarvitsemia erikoissairaanhoidon palveluita.

Erikoissairaanhoidossa hoidon lähtökohtia ovat:

- ◆ Kokonaisvaltainen hoito suunnitellaan potilaan tarpeet huomioon ottaen
- ◆ Tutkimus ja hoito on moniammatillista lääkäreiden ja hoitohenkilöstön yhteistyötä. Tarvittaessa on käytettävissä fysioterapeutin, sosiaalityöntekijän, toimintaterapeutin ja psykologin palvelut.
- ◆ Erikoisalat toimivat yhteistyössä muiden erikoisalojen sekä muiden sosiaali- ja terveydenhuollon yksiköiden kanssa.
- ◆ Jatkohoito suunnitellaan yhdessä potilaan ja hänen omaistensa kanssa.

Sairaalaan hakeutuminen

Riihimäen yksikköön hoitoon hakeudutaan lääkärin läheteellä.

Psykiatriseen hoitoon hakeudutaan pääsääntöisesti lääkärin läheteellä. Kiireellisissä tapauksissa voi ottaa yhteyttä virka-aikana klo 8-11 psykiatrian poliklinikalle, puh. (019) 744 5410.

Päivystys

Riihimäen yksikössä toimii päivystys ympäri vuorokauden. Kiireellisissä tapauksissa voi päivystykseen tulla ilman lähetettä (esim. kova rintakipu, jolloin ambulanssin käyttö tarpeen).

Yöaikaan klo 22-08 on sairaalan päivystyspoliklinikka alueen ainoa päivystyspaikka, puh. (019) 744 5320.

Neuvontapalvelut

Ikäpiste

Ikäpiste on palvelu- ja neuvontapiste, joka on tarkoitettu yli 65-vuotiaille loppilaisille ja heidän läheisilleen. Ikäpisteen tarkoituksena on tukea itsenäistä toimintakykyä ja hyvinvointia.

Selvitetään yhdessä keskustellen mm.

- omista voimavaroista ja pärjäämiskeinoista
- tarjolla olevista tukimuodoista ja palveluista
- tukien hakemisesta
- ravitsemuksesta
- liikunnasta
- tapaturmien ehkäisystä
- muista terveydentilaan liittyvistä asioista
- asumisesta
- yksinäisyydestä
- elämän muutostilanteisiin liittyvistä asioista

Ikäpiste on avoinna keskiviikkoisin klo 9 - 15. Voit soittaa tai tulla käymään ilman ajanvarausta. Palvelu on maksutonta.

Yhteystiedot:

Eeva Pyhälampi

terveydenhoitaja, sairaanhoitaja

puh. 050 573 3738

Terveystalo Lopenpaja, huone 128

Pajatie 1, 12700 Loppi

Sosiaaliasiamies

Neuvoo asiakasta sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista annetun lain soveltamisessa. Avustaa asiakasta muistutuksen tekemisessä. Tiedottaa asiakkaan oikeuksista. Toimii muutenkin asiakkaan oikeuksien edistämiseksi ja toteutumiseksi. Seuraa asiakkaiden oikeuksien ja aseman kehitystä kunnassa ja antaa siitä selvityksen vuosittain kunnanhallitukselle. Sosiaaliasiamies on YTM Satu Loippo. Sosiaaliasiamiespalvelun tuottaa Sosiaalialan osaamiskeskus Pikassos Oy. Palvelu on asiakkaille maksutonta.

Yhteystiedot:

Satu Loippo

Sosiaaliamies

Pikassos Oy

Wetterhoffinkatu 4, 7.krs.

13100 Hämeenlinna

satu.loippo(at)pikassos.fi

puh. (03) 621 2908

ma klo 12-15, ti - to klo 9-12,

perjantaina ei puhelinaikaa

Yleinen edunvalvonta

Holhousviranomaisena toimii maistraatti. Maistraatti järjestää tarvittaessa edunvalvojan henkilölle, joka ei kykene itse valvomaan etujaan ja hoitamaan asioitaan. Edunvalvojaksi voidaan määrätä tehtävään sopiva henkilö, joka antaa tähän suostumuksensa. Edunvalvoja voi olla sairaan tai vanhuksen lähiomainen tai muu läheinen tai kunnan yleinen edunvalvoja. Maistraatti valvoo edunvalvojen toimintaa.

Yleinen edunvalvoja toimii Hyvinkään oikeusaputoimistossa.

3. yleinen edunvalvoja Sanna Råglund

Käyntiosoite: Martinkatu 5, 05800 Hyvinkää

Postiosoite: PL 81 05801 Hyvinkää

puh. 010 365 2523, puhelinaika ma-pe klo 9.30-11.30

Yhteispalvelupiste Rosamunda

Lopen kunnantalo

Yhdystie 5, 12700 Loppi

Puh. (019) 758 6006

fax. (019) 758 6021

Avoinna:

ma-to 8:30 - 12:00 ja 13:00 - 15:30

pe 8:30 - 12:00 ja 13:00 - 14.30

Rosamundan kautta hoituvat mm. kuntaa koskevien hakemusten ja asiakirjojen nouto ja vastaanotto, kassapalvelut, kopiointipalvelu ja kokoustilavaraukset. Rosamundasta saat erilaisia lomakkeita ja neuvoja.

Poliisi

Riihimäen poliisiasema

Temppelikatu 8, 11100 Riihimäki

puh. 071 873 7900 / lupa-asiat tai

071 873 7921 / rikosilmoitusten vastaanotto

Yhdistykset ja järjestöt

SPR

SPR ystäväpalvelu
Lea Nikulainen
puh. (019) 440 726,
040 586 4645

Riihimäen seudun omaishoitajat ja läheiset ry.

Hämeenkatu 9-15
11100 Riihimäki
puh. (019) 732 752

Eläkeläisjärjestöjä

Eläkeliiton Lopen yhdistys
pj Jorma Ruponen
puh. 0400 862 233

siht. Raimo Salmela
puh. 050 563 5144

Lopen eläkkeensaajat ry
pj. Ritva Nummela
puh. 040 565 9463
r.nummela(at)luukku.com

siht. Irma Niinimäki
puh. 040 541 9743
postiosoite: puheenjohtaja

Lopen kansalliset seniorit ry
pj. Terttu Pietilä
puh. 0400 862 345

siht. Maija-Leena Rajaoja
puh. 045 7730 1667
mlrajaoja(at)elisanet.fi

Lopen eläkeläiset ry
pj. Veikko Vainio
puh. 040 757 0549

siht. Sirkka Salo
puh. 040 762 3213

Toimintakeskus Koivumäki, Riihimäen seudun A-kilta ry.

Jokiniementie 4
12700 Loppi
puh. 0400 948 886, 050 313 2568

Avoinna ma-pe klo 9-15

Toimintaan ovat tervetulleita kaikki, joita päihteetön elämäntapa kiinnostaa, myös läheiset ovat tervetulleita.

Kahvia ja pientä purtavaa edullisesti.

Ruokailu klo12.15, hinta 2.50.

Ryhmätoimintaa ja pelejä, vertaistukea.

Lopen opisto

puh. (019) 758 6032:

Opisto jakaa syksyisin Lopen opiston opinto-ohjelman joka kotiin. Opinto-ohjelma löytyy myös kunnan internet-sivuilta.

Seurakunnan vanhustyö

Jos toivot keskusteluapua, kuuntelijaa erilaisissa elämäntilanteissa, voit kääntyä seurakunnan työntekijän tai diakoniatyöstä vastaavan teologin puoleen.

Diakonissa Auli Kovalainen
puh. (019) 426 4150 tai 050 383 3480.
etunimi.sukunimi@evl.fi

Diakoni Katri Joukamo
puh. (019) 426 4151 tai 050 537 6074.
etunimi.sukunimi@evl.fi

Diakoniatyöstä vastaava teologi/kirkkoherra
Tuomas Hynynen
puh. (019) 426 4100 tai 040 411 0101
etunimi.sukunimi@evl.fi

Lopen diakoniatyö:
Keskusteluapu, vastaanotto diakoniatuimistossa keskiviikkoisin klo 10.30-11.30,
kotikäynnit ja avustusasiat.

Diakoniatyön kerhotoiminta:

- Kontaktikahvilan toiminta to klo 12-15 Lopen Kuntalassa yhdessä sosiaalitoimen ja psykiatrian sairaanhoitajan kanssa. Lisätietoja löydät Lopen lehden seurapalstalta.
- Vanhemman väen kerhotoiminta seurakunnassa:
(Lisätietoja Lopen lehden seurakuntauutisissa, internetissä ja kerhoissa)

Kirkonkylän kerhot:

Käsityö-olo-rupattelupiiri: Kotikammari Toivola (Kauppatie 14)
TORSTAISIN klo 12 (tarkista lehdestä, mitkä torstait)

Vanhustentalon kerho: Vanhustentalon kerhohuone (Uotilantie 2)
KE klo 12:30-14 kerran kuukaudessa.

Vanhemman väen ATK-kerho: Srk:n kirkkoherranviraston nuortentila (Pilpalantie 3)
MA klo 12 kerran kuukaudessa.

Rukousryhmä: Srk:n kirkkoherranviraston nuortentila (Pilpalantie 3)
TI klo 12:30-14:30 kerran kuukaudessa.

Launosten kerho: Apajan nuortentila (Pajakuja 1) TI klo 12 kerran kuukaudessa.

Läyliäisten kerho: Keidas (Saunatie 3) KE klo 12 kerran kuukaudessa.

Pilpalan kerho: Pilpalan liitontalo (Rautakoskentie 2078)
MA klo 12:30-14 kerran kuukaudessa.

Sajaniemen kerho: Sajaniemen vanha koulu (Sajatie 413)
TI klo 12.30-14 kerran kuukaudessa.

Vojakkalan kerho: Vojakkalan "kahvio" (Vojakkalantie 56)
MA klo 13-14:30 kerran kuukaudessa.

- Vanhemman väen retkipäivä Kesijärven leirikeskukseen (Nikulantie 210)
MA klo 9:30-13:30 kerran kuukaudessa, helmi-kesäkuu ja loka-joulukuu

75- ja 85-vuotiaiden muistaminen

Teihin, jotka täytätte 75- tai 85-vuotta, seurakunnan työntekijä, useimmiten joku papeista, ottaa yhteyttä syntymäpäivänne lähestyessä ja käy onnittelemassa, mikäli niin toivotte. Voitte myös itse tai joku läheisistänne esittää jo etukäteen kirkkoherranvirastoon toivomuksianne onnittelemajankohdasta (esim. jos juhlitte eri päivänä kuin varsinainen syntymäpäivä on tai juhlat ovat jossakin muualla kuin kotona). Jos ette ole tavattavissa merkkipäivänänne, ilmoittakaa siitäkin kirkkoherranvirastoon, niin emme turhaan soittelu puhelimeenne. Kirkkoherranviraston puhelinnumero on (019) 426 4100

70- ja 80-vuotta täyttävien syntymäpäiväjuhlaa vietetään Lopen kirkko-, seurakunta- ja musiikkisaleissa keväällä.

90- ja yli 90-vuotta täyttävien syntymäpäiväjuhlaa vietetään
Palvelukeskus Eedilässä keväällä (Opintie 3).

Yksityiset hoiva- ja siivouspalveluyrittäjät

Sadun KotiApu

Siivoukset, ikkunanpesut, asiointit,
pihatyöt, ym.
Satu Jokela puh. 050 302 0956

Näpsäkkä kotipalvelutyöt

Siivoukset, ikkunanpesut, asiointit,
hiustenleikkaus, ym.
Paula Laukkanen puh. 040 760 6322

Kotoisa

Sairaanhoidon ja perhetyön palvelut
www.kotoisa.net
Anu Alanko puh. 050 501 9419

Turva- ja kriisikoti Sinienkeli

Kotihoitopalveluita sekä hoitotyötä
www.sinienkeli.fi
puh. (019) 751 883, 050 545 1883

Siivouspalvelu Susanna Nieminen

puh. 041 501 9472

Kotipalvelu Terttu Lukana t:mi

Siivoukset, avustaminen, ruuanlaitto,
tekstiilihuolto, ym.
Terttu Lukana puh. 050 531 5561

Hyvinvointikeskus Onnimanni

Koti- ja siivouspalvelut
Erja Voutilainen puh. 040 575 8203

Kotipalvelut Heliks ja Visio

Hoiva- ja kotipalvelut
Heli Sköld puh. 050 574 1708
Arja Matilainen puh.040 726 9103

Niinan kotiapu t:mi

puh. 040 567 5328

Sisustus- ja kotiapu Ah

Anita Hedman
puh. 040 558 0673

Siivous Marleena

Kotisiivoukset
Marja-Leena Kaikkonen
puh. 040 504 2810

Sairaanhoidtopalvelu Minttu

Minna Nordman
Kotiapu, sairaanhoito
puh. 046 810 8607

Kotiapu Merja Tiilikka

Kotisiivoukset, ruoan laitto
(asiakkaan luona), kauppa- ja
asiointikäynnit ja kylvetykset
puh. 050 552 7096

Yksityiset asumispalvelut

Hoivakoti Elämänkaari

Kartanontie 20
12450 Launonen
Puh. (019) 737 905
Anu Blomberg 045 673 2044
Terhi Lilius 045 674 4611
Tuettua ympärivuorokautista asumispalvelua iäkkäille.

Palvelukoti Huvikumpu

Kolme toimipistettä Lopen alueella, Läyliäinen, Sajaniemi ja kirkonkylä.
Toimitusjohtaja Kati Helander puh. 040 571 2534
Vastaava sairaanhoitaja Sirkka Heikkilä, puh. 050 364 2222
Vastaava ohjaaja Teemu Klemm puh. 040 865 8299
Ympärivuorokautista asumispalvelua mielenterveyskuntoutujille ja kehitysvammaisille, joilla on mielenterveysongelmia.

Perhekoti Kurjenmiekka

Ylöstalontie 221
12630 Sajaniemi
Puh. 040 503 9832, (019) 445 980

Lomakoti Ilonpisara

HATUNNIEMENTIE 41
13600 HÄMEENLINNA
Puh. (03) 647 090
Sähköp.: [lomakoti.ilonpisara\(at\)ilonpisara.fi](mailto:lomakoti.ilonpisara(at)ilonpisara.fi)
Asumispalvelua pitkä- tai lyhytaikaisesti

Hopeaniemen palvelukoti

03100 Nummela
Vihti/Uusimaa
vaihde puh. (09) 224 241
Hoivakotipalveluita, kuntoutusta

Palvelukoti Raija

Kappalaisentie 53
12210 Hausjärvi
puh. (019) 785 217

Hoivakoti Mimmilä

Lehtolantie 23
11100 Riihimäki
puh. (019) 721 375
sähköp.[neuvonta\(at\)hoivakotimimmila.com](mailto:neuvonta(at)hoivakotimimmila.com)
Hoitopalvelua ympäri vuorokauden vanhuksille.

Kirjasto

Kauppatie 3, 12700 Loppi

Puh. (019) 758 6320

Fax 01958 6327

[loppi.kirjasto\(at\)loppi.fi](mailto:loppi.kirjasto(at)loppi.fi)

Avoinna:

ma, ti, to, pe klo 12-19, ke klo 10-16

la 1.9.-30.4 klo 10-14

arkkipyhäaattoina klo 10-16

Lehtilukusali avataan klo 10

Kirjastoauto:

Pirjo Maunula

Kirjastoautonkuljettaja-virkailija

puh. 040 330 6326

Hautaustoimisto

Lopen kukkakauppa ja hautaustoimisto

Jokiniementie 2, 12700 Loppi

puh. 019 440 089

Taksipalveluita Lopen alueella

LOPEN TAKSIT

0200 14100

Kaski Reijo

0400 313 957

Mustonen Päivi

0400 387 155

Nurmi Uolevi

0400 202 508

Piironen Toivo

040 572 4363

Tarkkala Ari

0400 548 479

Uotila Sami

0400 851 045

Vainio Niilo

0400 836 042

LIN-CAR

0100 84600

- taksit

- pikkubussit, linja-autot

LÄYLIÄISTEN TAKSIT

Nieminen Aulis

0400 202 588

Suosilta Leena

0500 203 205

Toivonen Jaana

040 738 7521

FORBUS

0400 817 140

- pikkubussit, linja-autot

Kunnon ylläpitäminen

OHJEITA OMAN KUNNON HOITAMISEEN

Toimintakyky on tärkeää hyvässä vanhenemisessa.

Toimintakyvyllä tarkoitetaan selviytymistä jokapäiväisestä elämästä.

Liikunta edistää toimintakykyä ja itsenäistä selviytymistä.

Useimmat fyysisen aktiivisuuden muodot puutarhatöistä kävelyyn ovat hyödyllisiä ja hidastavat vanhenemiseen liittyviä rappeutumismuutoksia.



Liiku säännöllisesti ja riittävän usein - mieluummin vähän kerrallaan päivittäin kuin paljon ja harvoin.

Kestävyyttä ylläpitävää toimintaa:

mm. kävely, uinti, hiihto, pyöräily ja portaiden nousu

Lihaksistoa ja nivelten liikeratoja ylläpitävää toimintaa:

mm. kuntovoimistelu ja kuntosalityöskentely

Nopeutta, ketteryyttä ja reaktiokykyä ylläpitävää toimintaa: mm. tanssi ja pallopelit

