

# PALVELUOPAS IKÄÄNTYNEILLE



**IKÄNEUVO**

**040 733 3949**

arkisin  
klo 8.30 - 16.00



**IKÄNEUVO**

**040 733 3949**

**arkisin**

**klo 8.30 - 16.00**

Puhelinneuvonnasta saat tietoa

- kuntasi palveluista kotihoidosta palveluasumiseen
- yksityisistä palveluista
- asumisesta
- kotiin saatavista palveluista
- liikkumisesta
- taloudellisista etuuksista ja muista raha-asioista
- liikuntapalveluista
- harrastusmahdollisuuksista
- eläkeläisjärjestöistä

Puhelu, myös jonotus, maksaa paikallispuhelumaksun (pvm) tai matkapuhelumaksun (mpm) verran. Matkapuhelumaksun määrä riippuu soittajan operaattorinsa kanssa tekemästä sopimuksesta.

# Sisällysluettelo

1. AIKUISPOLIKLINIKKA.....	4
2. APUVÄLINEPALVELUT.....	4
3. ASUNNON KORJAUSAVUSTUKSET JA -NEUVONTA .....	5
4. KOTITALOUSTYÖN VEROVÄHENNYS .....	5
5. TALOUS- JA VELKANEUVONTA.....	5
6. KUULON HUOLTO .....	6
7. KIRJASTOJEN KOTIINKULJETUSPALVELU .....	6
8. VAPAAEHTOISTOIMINTA .....	6
9. SOSIAALIPALVELUT .....	6
10. EDUNVALVONTA .....	7
11. MAKSUKATTO.....	7
12. LYHYTAIKAISHOITO.....	8
13. IKÄPISTE/ LÄHITORI .....	8
14. OMAISHOITO .....	9
15. KELAN ETUUDET .....	10
16. KUNTOUTUS, LIIKUNTARYHMÄT .....	12
17. KOTIHOITO .....	13
18. TERVEYSPALVELUT .....	17
19. PALVELULIIKENNE, KANGASALA .....	21
20. PALVELULIIKENNE, PÄLKÄNE .....	22

## 1. AIKUISPOLIKLINIKKA (ent. psykiatrian poliklinikka, ent. MTT)

Mielenterveysasioissa hoito käynnistyy omalla hoitavalla lääkäriä, jonka arvion perusteella laaditaan tarvittaessa lähete aikuispoliklinikalle. Läheteet käsitellään moniammatillisessa työryhmässä. Aikuispoliklinikan käynnit ovat maksuttomia.

Kangasalan aikuispoliklinikka  
Myllystenpohjantie 2, 36200 Kangasala  
Toimisto avoinna ma -pe klo 8 -15.00  
puh. 03 5655 4050

Sivuvastaanotot:

Pälkäneen terveysasema  
Keskustie 3  
puh. 03 5655 4050

Luopioisten terveysasema  
Pereentie  
puh. 03 5655 4050

## 2. APUVÄLINEPALVELUT

Terveyskeskus lainaa lyhytaikaiseen käyttöön liikkumista ja päivittäisiä toimintoja helpottavia apuvälineitä (rollaattorit, suihkutuolit, wc korokkeet ym.).  
Apuvälinepalvelu on maksutonta, eikä vaadi lähetettä.

Apuvälinetarpeen ollessa pysyvä / pitkäaikainen, tehdään tarvearvio ja yksilöllisen harkinnan mukainen päätös apuvälineen myöntämisestä. Yksilölliset apuvälineet ja tuet (esim. proteesit) edellyttävät kuntoutussuunnitelman perusteella tehdyn voimassa olevan maksusitoumuksen.

Kangasalan keskusterveysasema  
Herttualantie 28, 36200 Kangasala  
Avoimma ma - ti ja to - pe klo 8 -11, ke klo 13 - 16  
Puhelinaika ma - pe klo 12 – 13  
puh. 050 430 8569

### 3. ASUNNON KORJAUSAVUSTUKSET JA -NEUVONTA

ARA myöntää avustuksia ikääntyneiden tai vammaisten henkilöiden asuntojen korjauksiin (hakijan tai ruokakunnan yhden henkilön tulee olla 65 vuotta täyttänyt tai vammainen), esteettömyysavustuksia sekä avustuksia hissien rakentamiseksi kerrostaloihin. Avustuksissa on tulorajat sekä rajoituksia varallisuuden määrälle. Avustuksissa on jatkuva hakuaika.

Korjausneuvontaa tarjoaa Vanhustyön keskusliitto ja se on suunnattu +65-vuotiaille henkilöille.

Vanhustyön Keskusliitto

Pirkka-Hämeen korjausneuvoja Voitto Niska

puh. 0400 649 199

### 4. KOTITALOUSTYÖN VEROVÄHENNYS

Kotitalousvähennyksen saa henkilö, joka maksaa omaan tai vanhempiansa asunnossa tai vapaa -ajan asunnossa tehdystä työstä ulkopuoliselle työntekijälle palkkaa tai työkorvausta. Vähennykseen oikeuttavia töitä voivat olla kotitalous, hoiva- tai hoitotyöt, piha-alueen tai puutarhan hoito ja puhtaanapito sekä asunnon kunnossapito -tai perusparannustyöt. Vähennysoikeus ei koske tarvikkeita ja laitteita, vaan ainoastaan työn osuutta.

Kotitalousvähennyksen omavastuu vuonna 2019 on 100 euroa ja vähennyksen enimmäismäärä on 2400 euroa vuodessa. Vähennys on henkilökohtainen, joten puoliso voi saada vähennystä yhteensä 4800 euroa vuodessa.

Lisätietoja kotitalousvähennyksestä: Verohallinnon palvelunumero, 020 697 026

### 5. TALOUS- JA VELKANEUVONTA

Talous- ja velkaneuvonta on lakisääteinen, asiakkaalle maksuton palvelu.

Neuvojat auttavat velkatilanteen kartoittamisessa, kertovat erilaisista tukipalveluista ja velkojen järjestelymahdollisuuksista. He neuvottelevat myös tarvittaessa velkojien kanssa maksuaikatauluista ja velkojen järjestelyistä sekä laativat tuomioistuimelle tehtävän velkajärjestelyhakemuksen ja maksuohjelman.

Kangasalan ja Pälkäneen yhteistoiminta-alueen talous- ja velkaneuvonnasta vastaa Pirkanmaan oikeusaputoimisto, Tampereen talous- ja velkaneuvonta. Häkiläpolku 1 (2krs), 33100 Tampere, puh 029 56 60760

Vastaanotto Kangasalla torstaisin (vain ajanvarauksella)

Kuohunharjuntie 9, Kangasala, käynti Vapaa-aikatoimiston ovesta

## 6. KUULON HUOLTO

Ensimmäinen käynti edellyttää lääkärin lähetteen.

Suomen Kuulostudio Oy  
Suvantokatu 10 A, Tampere  
Ajanvaraus -ja tiedusteluajat, puh. 03 253 3622

## 7. KIRJASTOJEN KOTIINKULJETUSPALVELU

Asiakkaan ennalta esittämien toiveiden mukaan:  
kirjoja, äänikirjoja, musiikkia, elokuvia.

Kangasala:  
osastonjohtaja Leena Mäkiö puh.050 411 6041

Pälkäne: puh. 040 356 3661

## 8. VAPAAEHTOISTOIMINTA

Jalmarin Koto

Voit itse toimia ystävänä tai pyytää itsellesi ystävää esim. juttuseuraksi, ulkoiluseuraksi, saattamisavuksi, omaishoitajan tueksi, avustajaksi eri tilaisuuksiin tai muuten seuraksi.

Lisätiedot puh. 0400 356 686 (ti ja to klo 9-15)

## 9. SOSIAALIPALVELUT

Täydentävä ja ehkäisevä toimeentulotuki,  
ajanvaraus ja neuvonta ma - pe klo 9 - 11  
Kangasala puh. 03 5655 4050  
Pälkäne puh. 050 315 2833

Vanhustyön sosiaalityöntekijä  
Puhelinaika klo 9 – 10  
puh. 050 550 9742

## 10. EDUNVALVONTA

Edunvalvoja voidaan nimetä henkilölle, joka ei pysty itse hoitamaan omia taloudellisia asioitaan. Maistraatti selvittää hakemuksen tai ilmoituksen perusteella, tarvitseeko henkilö edunvalvontaa.

Henkilö voi hakea itse itselleen edunvalvojaa, jolloin edunvalvojaksi voidaan Maistraatin toimesta määrätä hakijan itse ehdottama henkilö, tai yleinen edunvalvoja.

Mikäli hakija ei kykene ymmärtämään, mitä edunvalvojan määrääminen hänen kannaltaan merkitsee, päätöksen edunvalvojan määräämisestä tekee Käräjäoikeus. Päätöksen asiassa tekee käräjäoikeus myös silloin, kun hakemus edunvalvojan määräämiseksi on tullut muulta kuin henkilöltä itseltään.

Pirkanmaan oikeusaputoimisto, yleinen edunvalvonta/ Tampereen toimipaikka,  
Hämeenkatu 24 B, 33200 Tampere  
puh. 029 56 52730  
[pirkanmaa.edunvalvonta@oikeus.fi](mailto:pirkanmaa.edunvalvonta@oikeus.fi)

### Edunvalvontavaltuutus

Edunvalvontavaltuutuksella voi vielä täysissä voimissaan ollessaan määrätä, kenelle uskoo asioiden hoidon silloin, kun ei itse siihen enää kykene. Myös valtuutuksen vahvistaa maistraatti siinä vaiheessa, kun valtuuttaja on menettänyt toimintakykynsä. Lain tarkoituksena on ollut vahvistaa itsemääräämisoikeutta ja vähentää yleiseen edunvalvontaan tulevien määrää. Maistraatti ei valvo valtuutetun toimintaa, ellei edunvalvontavaltakirjassa ole niin määrätty.

Lisätietoja saa Lähitori Jalmarin Kodosta, Ikäpisteistä, IKÄNEUVOsta ja sosiaalityöntekijöiltä.

## 11. MAKSUKATTO

Kunnallisen terveydenhuollon asiakasmaksuissa on 683 euron maksukatto (vuonna 2019) kalenterivuotta kohti. Maksukaton täytyttyä asiakas saa avohoidon palvelut pääsääntöisesti maksutta. Lyhytaikaisen laitoshoidon hoitopäivämaksu alenee 17,60 euroon maksukaton saavuttamisen jälkeen. Maksukattoon lasketaan mukaan terveystieteiden keskuksen avosairaanhoidon lääkäripalvelut, fysioterapia, sarjahoito, sairaalan poliklinikkamaksut, päiväkirurgian maksu, lyhytaikaisen laitoshoidon maksut niin terveydenhuollon kuin sosiaalihuollon laitoksissa sekä kuntoutushoidon maksut. Maksukattoon ei lasketa mukaan esimerkiksi hammashoidosta, sairaankuljetuksesta tai lääkärintodistuksista aiheutuneita kuluja.

Myöskään erikoismaksuluokan lisämaksut, yksityislääkärin läheteellä tehtävät laboratorio -ja kuvantamistutkimukset (esim. röntgen -, ultraääni -tai magneettikuvat) ja tulosidonnaiset maksut eivät kartuta maksukattoa (esim. kotihoidon maksut).

Terveyspalvelujen käyttäjän on itse seurattava maksukaton täyttymistä. Tätä varten hän saa terveyskeskuksesta seurantakortin. Alkuperäiset maksukuitit on kuitenkin säilytettävä, sillä se on esitettävä tarvittaessa ennen kuin asiakas saa todistuksen maksukaton täyttymisestä. Todistuksen antaa terveyskeskus tai muu julkinen terveydenhuolto.

Lisätiedot, Vanhuspalveluiden sosiaalityöntekijä Salla Laiho, puh. 050 550 9742

## 12. LYHYTAIKAISHOITO

Kangasalla ja Pälkäneellä on ikäihmiselle mahdollista järjestää lyhytaikaisia hoitajaksoja, mikäli sillä voidaan tukea kotona pärjäämistä tai omaisen tarvitsee tukea ikäihmisen hoitamisessa. Lyhytaikaishoitoa tarjoavat Kangasalla Rekola, Kuhmalahdella Pentorinne ja Pälkäneellä Kukkiakoto. Lyhytaikaishoito jaksoa haetaan hakemuskaavakkeella.

Lisätietoa IKÄNEUVVO, puh. 040 733 3949

## 13. IKÄPISTE/ LÄHITORI

Kangasalan Lähitori Jalmarin Koto

Lähitori on matalan kynnyksen kohtaamispaikka ikäihmisille sekä vammaisille ja omaistaan tai läheistään hoitaville. Saat kasvokkain neuvontaa ja ohjausta, kohtaat muita ikäihmisiä, voit löytää tekemistä vapaaehtoistyöntekijänä, osallistua ryhmätoimintaan, osallistua Lähitorin tapahtumiin (seuraa Kangasalan Sanomien viikkopäiväriä) lisäksi mahdollisuus henkilökohtaiseen tapaamiseen mm. terveyden, toimintakyvyn ja palvelutarpeen arviointiin asiantuntijoiden kanssa.

Kaikille avoin Teemakahvila aina torstaisin klo 14.15 jumppa, kahvi-, ja seurusteluhetki sekä eri yhdistysten tuottama ohjelmahetki. Lähitorilla myös muita tapahtumia, ryhmiä, tilaisuuksia ja suuhygienistin ja terveydenhoitajan vastaanottoja.

Lisätiedot Tanja Pitkäniitty puh. 044 4134 261



## Jalmarin Kamhari

Ikäihmisten kotoinen kohtaamispaikka maanantaisin klo 10 – 13. Kammarissa mm. kahvitellaan, vietetään leppoisesti aikaa yhdessä, välillä yhteistä viriketoimintaa, erilaisia esitelmiä tms.

Lisätiedot Kirsi-Leena Jaatinen puh. 044 4134 263

## Pälkäne ja Luopioinen

Ikäpiste on tarkoitettu kaikille Pälkäneläisille ikäihmisille. Ikäpisteestä saa tietoa ikääntyneille tarjolla olevista palveluista ja etuuksista ja tarvittaessa apua hakemusten täyttämässä. Ikäpisteeseen voi myös poiketa, vaikka vain lukemaan lehtiä, seurustelemaan muiden ikäihmisten kanssa ja nauttimaan kupin kahvia. Joka kerta Ikäpisteillä on kaikille avoin maksuton jumppatuokio sekä mahdollisesti muuta järjestettyä ohjelmaa. Seuraa paikallislehden Lautakunnat - palstaa keskiviikkoisin.

### Luopioinen

Luopioisten Seuratalo

Seuratie 1, 36760 Luopioinen

Avoinna joka toinen keskiviikko klo 9.30 alkaen (parilliset viikot)

### Onkkaala

Perhekeskus Pirtti

Keskustie 1, 36600 Pälkäne

Avoinna tiistaisin klo 9 alkaen

Lisätiedot: Fysioterapeutti Tiina Knuutinen puh. 040 822 2287

## 14. OMAISHOITO

### Omaishoidon tuki

Omaishoidon tuki on kunnan myöntämä, määrärahasidonnainen etuus.

Omaishoidon tukea haetaan hakemuslomakkeella, hakemukseen on hyvä liittää lääkärinlausunto, joka ei ole puolta vuotta vanhempi.

Omaishoidon tuesta säädetään laissa. Kangasalan kaupungin sosiaali- ja terveyslautakunnan hyväksymässä toimintaohjeessa on Kangasalan kriteerit tuen myöntämiselle.

Omaishoidon tuki voi tulla kyseeseen silloin, kun omainen tai läheinen asuu hoidettavan kanssa samassa taloudessa (tai välittömässä läheisyydessä: sama pihapiiri, paritalo, tmv.) ja hoidettava tarvitsee hoitajalta paljon hoitoa,

huolenpitoa, valvontaa ja/tai apua monissa päivittäisissä toiminnoissa. Tällaisia ovat avustaminen esim. liikkumisessa, wc-käynneissä, peseytymisessä, pukeutumisessa, ruokailuissa ja lääkityksestä huolehtimisessa. Omaishoitajan avustamisessa puhutaan jo hoitotyöstä, joka on vaativaa ja fyysisesti ja/tai psyykkisesti raskasta ja sitoo hoitajan pääsääntöisesti kokopäiväisesti. Pelkästään asioiden hoito ja kodinhoito eivät ole riittäviä perusteita omaishoidon tuen myöntämiselle. Hoidettava ei voi asua yksin, eikä pärjää kuin lyhyen aikaa päivästä yksin kotona.

Lisätiedot IKÄNEUVO, puh. 040 733 394

### Jalmarin Kodon omaishoitajatoiminta

Toiminta on suunnattu kaikille omaistaan tai läheistään säännöllisesti hoitaville, jotka itse kokevat tekevänsä omaishoitajan työtä. Toimintaan osallistuminen ei edellytä kunnallisen omaishoidontuen saamista. Toiminnan tavoitteena on tukea omaistaan hoitavia työssään. Toiminta tarjoaa palveluohjausta, neuvontaa, kuntoutusta, tukea, virkistystä, tietoiskuja, luentoja, ryhmätapaamisia, retkiä, ystäviä, "hyvä Omaishoitaja" -kirjeitä ym. päivä kuntoutuksia, jotka sisältävät ohjatun kuntosalin, ruokailun ja hieronnan. Mies omaishoitajille on oma päivä kuntoutusryhmä. Toiminta ei sido eikä velvoita omaistaan hoitavaa!

Lisätiedot puh. 044 4134 261

## 15. KELAN ETUUDET

### Eläkkeensaajan asumistuki

Eläkkeensaajan asumistukea voivat hakea vakinaisesti Suomessa asuvat pienituloiset eläkkeensaajat. Asumistuen määrään vaikuttavat monet asiat, joten sen arvioiminen voi olla vaikeaa. Kelan sivuilla ([www.kela.fi](http://www.kela.fi)) on laskuri, jolla tuen määrää voi arvioida. Myös Kangasalan Lähitorilla ja Pälkäneen Ikäpisteellä autetaan asiassa.

### Eläkettä saavan hoitotuki

Ikäihminen voi saada hoitotukea, jos toimintakyky heikkenee sairauden tai vammaisuuden vuoksi, ja kestää yhtäjaksoisesti vähintään vuoden ajan. Toimintakyvyn katsotaan heikentyneen silloin, kun et kykene huolehtimaan omista arkisista asioista itsenäisesti (kuten peseytyminen, pukeutuminen, lääkehoito, kaupassa käynti, asioiden hoito, kodinhoito tms.) ja tarvitset apua, ohjausta tai valvontaa omaiselta, tuttavalta tai ulkopuoliselta työntekijältä (esim. kotihoito,

yksityinen firma). Hoitotukea voi saada myös silloin, kun sairaudesta tai vammasta aiheutuu jatkuvia erityiskustannuksia.

Hoitotukea haetaan Kelan lomakkeella ja hakemukseen tarvitaan lääkärinlausunto liitteeksi. Apua hakemuksen täyttöön tarvittaessa saa Kangasalan Lähitorilta ja Pälkäneen Ikäpisteeltä. Myös aikuisneuvolan terveydenhoitajat auttavat asiassa.

KELA

[www.kela.fi](http://www.kela.fi)

eläkettä saavan hoitotuki

puh. 020 692 211

## Lääkekorvaukset

Lääkkeistä saa korvausta sen jälkeen, kun alkuomavastuusi 50 euroa on täyttynyt kalenterivuodessa. Itse maksettu osuus korvattavista reseptivalmisteista kerryttää lääkkeiden vuosiomavastuuta. Myös alkuomavastuu kerryttää vuosiomavastuuta. Vuonna 2019 vuosiomavastuu on 572 euroa. Jos vuosiomavastuusi ylittyy, on oikeus lisäkorvaukseen. Tällöin loppuvuoden ajan jokaisesta korvattavasta valmisteesta maksetaan 2,50 euron omavastuu.

Asiakas saa lisäkorvauksen suoraan apteekista, kun apteekki tarkistaa hänen oikeutensa lisäkorvaukseen Kelan suorakorvaustietojen kyselypalvelusta.

## Takuueläke

Takuueläkettä voi hakea Kelasta. Takuueläkkeen suuruuteen vaikuttavat kaikki muut eläkkeet Suomesta ja ulkomailta. Takuueläkettä eivät pienennä eläkettä saavan hoitotuki, rintamalisät eikä eläkkeen lapsikorotus. Ansiotulot, pääomatulot ja omaisuus eivät myöskään vaikuta sen määrään. Takuueläke on verotettavaa tuloa.

## Toimeentulotuki

Toimeentulotuki on viimesijainen taloudellinen tuki, jonka tarkoituksena on turvata henkilön ja perheen toimeentulo ja edistää itsenäistä selviytymistä.

Jokaisella on velvollisuus kykynsä mukaan pitää huolta itsestään ja omasta sekä puolisonsa elatuksesta. Ensisijaisia iäkkäiden tuloja ovat eläkkeet, asumis- ja hoitotuet tai vastaavat etuudet.

Elämässä saattaa kuitenkin tulla tilanteita, jolloin muodostuu yllättäviä menoja, joiden myötä syntyy oikeus toimeentulotukeen. Tällaisia menoja voivat olla esimerkiksi laitoshoidot, muut terveydenhuollon menot (silmälasit, hammashoito) tai lääkekulut.

Toimeentulotuki  
puh. 020 692 20

## KELA-taksi

Kela taksilla voi tehdä kaikki matkat terveydenhuollon toimipisteisiin, eli terveyskeskuksiin, sairaaloihin, hammashoitolaan, kuntoutukseen jne - MIKÄLI ET PYSTY KÄYTTÄMÄÄN MUITA JULKISIA KULKUVÄLINEITÄ. Matkaa varten on hyvä pyytää taksimatka-todistus terveydenhuollon toimipisteestä, esim. soittamalla.

Kela taksin voi tilata esim. jo edeltävänä päivänä, kun matkan ajankohdan tietää. Matkan pituudesta riippumatta, matkasta maksetaan omavastuu osuus 25,00€/yhdensuuntainen matka (vuonna 2019).

Kun matkoja on tehnyt kalenterivuoden aikana niin paljon, että maksukatto täyttyy (300€ vuonna 2019), toimittaa Kela asiakkaalle tiedon maksukaton täyttymisestä ja kortin, joka oikeuttaa kulkemaan tällaisia KELA-MATKOJA loppuvuoden ilmaiseksi.

KELA  
puh. 020 692 204

Kela- taksin tilaus  
puh. 0800 98811

## 16. KUNTOUTUS, LIIKUNTARYHMÄT

### Geriatrinen kuntoutus

Vanhuspalveluiden järjestämää, ikäihmisille suunnattua ryhmäkuntoutusta, jonka painopisteenä on ennaltaehkäisy ja kotona asumisen tukeminen voima- ja tasapainoharjoittelun keinoin. Geriatrisen kuntoutuksen ryhmät ovat avoimia kaikille ikäihmisille, lääkärin lähetettä ei tarvita.

Lisätietoa ja ilmoittautuminen:

Kangasala: Päivi Heikkilä, puh. 050 380 3342

Pälkäne: Tiina Knuutinen puh. 040 822 2287 tai  
Heikki Karjalainen puh. 040 356 8689

### Jalmarin Koto

Allas, asahi ja kuntosaliryhmät kangasalalaisille eläkeläisille.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen fysioterapeutti Mikko Kivimäki puh. 044 413 4262.

Omatoiminen, ilman ohjausta, kaikille eläkeläisille avoin kuntosali vuoro maanantaisin klo 11.00-12.30, keskiviikkoisin klo 12.30-14.00 ja perjantaisin klo 11.00-12.30. Kertamaksu 3,50€ (2019) maksetaan tullessa ruokatuvan kassalle.

## Liikuntatoimi

Liikuntatoimi järjestää ikääntyneille erilaisia liikuntaryhmiä mm. vesijumppaa ja kuntosaliryhmiä.

Kangasalan kaupunki

Liikunnanohjaajat

Outi Munnukka puh. 040 133 6479

Jarno Schutskoff puh. 050 309 4545

Pälkäneen kunta

Liikuntasihteeri Petri Ketola puh. 040 580 8270

## Kangasalan kaupungin terveystakeskus

Terveystakeskuksen kuntoutuksella on erilaisia kuntoutusryhmiä, joihin ohjaututaan vain fysioterapeutin vastaanoton kautta ja lähettämänä.

Fysioterapeuttien ajanvaraus

Keskusterveystasema, Herttualantie 28. Kangasala

puhelinaika ma – pe klo 7.30 – 8.00 ja 11.30 – 12.00

puh. 040 1336 426

## 17. KOTIHOITO

Kotihoidon palveluita saa alentuneen toimintakyvyn, rasittuneisuuden, sairauden, vamman tai muun vastaavan syyn perusteella. Tavoitteena on auttaa ja tukea selviytymään jokapäiväisissä elämän toiminnoissa, jotta ikääntyneet voisivat asua kotonaan mahdollisimman pitkään. Arvion palvelutarpeesta tekee asiakasohjaaja.

Kotihoito voi olla joko tilapäistä tai jatkuvaa ja säännöllistä. Tilapäisistä käynneistä peritään kertamaksu. Säännöllisestä kotihoidosta tehdään hoito- ja palvelusuunnitelma ja avusta perittävän kuukausimaksun suuruus perustuu avun tarpeeseen sekä perheen tuloihin ja kokoon.

Muita palveluita, jotka helpottavat kotona asumista ovat kotihoidon tukipalvelut, lyhytaikaishoito sekä päivätoimintapäivät päiväkeskuksissa.

Lisätietoa IKÄNEUVO,

puh. 040 733 3949

## Palvelutarpeen arviointi

Muissa kuin kiireellisissä tapauksissa kunta on lain mukaan velvollinen järjestämään 75 vuotta täyttäneille pääsyn sosiaalipalveluiden tarpeen arviointiin viimeistään seitsemäntenä arkipäivänä. Kiireellisissä tilanteissa palveluiden tarve on arvioitava välittömästi. Palvelutarpeen arviointi ei vielä luo edellytyksiä itse palveluihin, vaan siinä kartoitetaan mahdollinen avun tarve.

Palveluiden tarpeen arvioinnista voi ottaa yhteyttä asianomainen, laillinen edustaja, omainen tai muu henkilö tai viranomainen.

Palvelutarpeen arviointi mahdollistaa nopean puuttumisen ikääntyneiden toimintakyvyn heikkenemiseen, pystytään tukemaan toimintakyvyn säilymistä ja paranemista, ehkäistään palvelutarpeiden kasvua sekä kohdistamaan palvelut oikein.

Lisätietoa IKÄNEUVO  
puh. 040 733 3949

## KOTIHOIDON TUKIPALVELUT Lisätietoa IKÄNEUVO, puh. 040 733 3949

### Ateriapalvelu

Ateriat on mahdollista saada kotiin kuljetettuna sairauden, vamman tai muun syyn perusteella.

Aterian hinta on kotiin kuljetettuna tällä hetkellä (vuonna 2019) 7,00€/ateria.

Jalmarin Kodolla on ateriointi mahdollisuus joka päivä, myös viikonloppuisin!  
Lounas tarjolla kello 11.00 - 13.00 päivittäin.

Hinnasto:

Kangasalalainen eläkeläinen: Lounas 6,50€ / Keittolounas 4,80€

Kaikki muut: Lounas 8,00€ / Keittolounas 5,90€

Aterioita voi ostaa myös kotiin vietäväksi (otathan omat astiat mukaan).

Jalmarin Kodon keittiö  
puh.044 4134 255

Pälkäneen alueen ateriointipalvelu:

Palvelukeskus Kukkiakoto  
Vohlisaarentie 1, 36760 Luopioinen  
Lounas klo 11.00 – 12.30, ilmoitettava edellisenä päivänä  
puh. 050 315 2824,

Palvelutalo Kanerva  
Nuohoojantie 14, 36600 Pälkäne  
Lounas klo 12.00, ilmoitettava edellisenä päivänä  
Puh. 040 830 8448

## Päivätoiminta

Päiväkeskustoimintaa järjestetään Kangasalla Jalmarin Kodossa, Pentorinteessä Kuhmalahdella, Kanervassa Pälkäneellä ja Kukkiakodossa Luopioisissa.

Toiminnan tavoitteena on tukea asiakkaan kotona asumisen edellytyksiä tarjoamalla virkistävä ja toiminnallinen päivä kerran viikossa yhdessä toisten seurassa. Toimintaan haetaan erillisellä päiväkeskus hakemuksella.

Päivä sisältää aamupalan, lounaan, päiväkahvit, yhteistä kuntouttavaa toimintaa ja mukavaa yhdessä oloa. Tarvittaessa päivään sisältyy avustettu pesumahdollisuus. Pesumahdollisuus perustuu asiakkaan tarpeeseen ja ryhmän tilanteeseen. Päiväkeskusk maksu on Kangasalan kaupungin sosiaalipalveluiden mukainen maksu 18€/kerta (v. 2019). Mahdollisen kuljetuksen omavastuu on 3,30€ /suunta (v. 2019).

Lisätietoa IKÄNEUVO, puh. 040 733 3949

Tilapäinen päiväkeskustoiminta Jalmarin Kodolla, omaishoidon tueksi  
Omaishoidettavalla on mahdollisuus käydä satunnaisesti mukana päivätoiminnassa, samalla omaistaan hoitavalle omaa aikaa asioiden hoitamiseksi tai leppäämiseen. Päästäkseen mukaan ei tarvitse kuulua omaishoidon tuen piiriin.

Vakituisesti päivätoiminnassa mukana oleva omainen voi aina hyödyntää MYÖS tilapäistä päivätoimintaa- vakituisen lisäksi!

Päiväkeskusk maksu on Kangasalan kaupungin sosiaalipalveluiden mukainen maksu 18€/ kerta (2019). Tilapäiseen päivätoimintaan kuljetuksesta huolehtii omainen tai muu läheinen. Toiveista ja yksityiskohdista sovitaan henkilökohtaisesti ja mukaan saattaa päästä jo vaikka samana päivänä! Tilapäinen päiväkeskuspäivä alkaa klo 8.30 tai sovittu myöhemmin ja päättyy klo 14.30.

Lisätiedot ja tilapäisestä päiväkeskuspäivästä sopiminen p. 044 413 4267 (ark klo 8-15).

## Kylvetyspalvelu

Mikäli omassa kodissa peseytyminen on mahdotonta, on mahdollista saada kylvetyspalvelua Pähkinäkalliossa Kangasalla, Pälkäneen alueella Kanervassa tai

Luopioisissa Kukkia Kodolla. Kylvetyspalvelun hinta on vuonna 2019 7,00€/kerta + mikäli tarvitsee palveluun edestakaisen kuljetuksen, kuljetuksen kanssa hinnaksi tulee 13,60€/kerta (3,30€/yhdensuuntainen matka).

### Sosiaalihuoltolain mukainen kuljetuspalvelu

Palvelu on tarkoitettu lähinnä yli 65-vuotiaille, joilla on pitkäaikaisia, suuria vaikeuksia liikkumisessa ja vaikeuksia käyttää julkisia kulkuvälineitä. Matkoja voidaan myöntää enintään 8 yhdensuuntaista matkaa kuukaudessa.

Myönnettyistä matkoista enintään 2 yhdensuuntaista matkaa voidaan tehdä rajanaapurikuntiin.

Kuljetuspalvelun yhdensuuntaisesta matkasta peritään linja-autotaksan mukainen maksu.

### Vaatehuoltopalvelu (Pälkäne)

Palvelukeskus Kukkiakoto, pesula  
Vohlisaarentie 1, 36760 Luopioinen

## YKSITYISTEN PALVELUN TUOTTAJIEN TUKIPALVELUT

### Kauppapalvelu

Kauppapalvelua tarjoavat yksityiset palveluntuottajat. Kauppatavarat toimitetaan asiakkaalle kotiin kerran viikossa. Kauppapalvelu sisältää ruokatilausten vastaanoton, tavaroiden keräilyn ja kuljetuksen asiakkaalle

Senioriateria Oy:n kauppakassi, puh. 045 858 2773

OSUUSKUNTA TALOUSHALTIA, puh. 045 317 6951

Siivous-, asiointi -ja koti/pihatyöpalvelut

Arvonlisäverottomia kotihoidon tukipalveluita tarjoavat palveluntuottajat on rekisteröity joko Aluehallintoviraston tai kunnan rekisteriin. Päivitetty lista yksityisistä kotihoidon tukipalveluiden tuottajista löytyy Kangasalan kaupungin kotisivuilta ([www.kangasala.fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/ikaantyneiden-palvelut/tukea-ja-apua-kotiin/tukipalvelut/](http://www.kangasala.fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/ikaantyneiden-palvelut/tukea-ja-apua-kotiin/tukipalvelut/)). Tiedot palveluntuottajista on saatavilla myös Jalmarin Kodon Lähitorilta, Pälkäneen Ikäpisteistä ja Ikäneuvosta.



## Turvapalvelut

Turvapalveluita tarjoavat yksityiset palveluntuottajat.

Turvapuhelin on tarkoitettu turvaamaan ikääntyneen, vammaisen tai pitkäaikaissairaana kotona asumista. Turvapuhelin voidaan asentaa langattomana tai lankapuhelinliittymään. Rannepainikkeella voi hälyttää apua ympäri vuorokauden. Turvapuhelimeen on mahdollista yhdistää erilaisia lisälaitteita mm. paikantava ranneke, ovihälytin, liesivahti. Turvapuhelinlaitteita tarjoavia yrityksiä on useita.

Turvapuhelinpalvelua tarjoaa mm.

STELLA OY, lisätietoa ja tilaukset,  
Hämeen Ensiapupalvelut Oy,

puh. 010 4088 117 (Kangasala, Pälkäne)  
puh. 0400 137 768 (Kangasala)

## 18. TERVEYSPALVELUT

### Hammaslääkäri

Ajanvaraus kaikkiin hammashoitoloihin puh. 03 5655 4023

ma – pe klo 8 -15

Nettiajanvarauksen (<https://kangasala.terveytesi.fi>) kautta voi varata ajan hampaan tai paikan kiireettömän lohkeaman hoitoon. Palvelussa voi varata ja peruuttaa ajan, aikojen siirto tapahtuu keskitetyn ajanvarauksen kautta.

Hammaslääkäripäivystyksen ajanvaraus

Arkipäivisin klo 8 -15 puh. 03 5655 4023

Arki – iltaisin, viikonloppuisin ja juhlapyhinä, Acuta, Teiskontie 35, Tampere  
Ajanvaraus, puh. (03) 5657 0115

### Lääkärin ajanvarausvastaanotto

OmaAseman lääkärin ja hoitajan vastaanottojen ajanvaraus tapahtuu soittamalla OmaAsemien numeroihin. Tuttu OmaAseman hoitaja vastaa puhelimeen ajanvaraus- ym. asioissa ma – pe klo 8 – 9.30 ja 13 - 14, muina aikoina on keskitetty puhelinpalvelu.

Ajanvaraus numeroissa on takaisinsoittopalvelu. Jätähän siis takaisinsoittopyynnön, jos ajanvaraus numerossa on ruuhkaa.  
OmaAsemien asiakaspalvelu avoinna klo 8 - 15.

Keskusterveysasema, Herttualantie 28, 36200 Kangasala  
Vaihde: Kangasalan kunta 03 5655 3000, avoinna ma-pe klo 8-15

- o Kangasala Keskustan alueen OmaAsema puh. 03 5655 4012
- o Kangasala Eteläisen alueen OmaAsema puh. 03 5655 4014
- o Suoraman OmaAsema puh. 03 5655 4013

Ruutanan OmaAsema, Leppätie 3, 36110 Ruutana puh. 03 5655 4011

Sahalahden OmaAsema, Kurvishöllintie 8, 36420 Sahalahti puh. 03 5655 4016

Vatialan OmaAsema, Junatie 1, 36240 Kangasala puh. 03 5655 4015

Pälkäneen OmaAsema, Keskustie 3, 36600 Pälkäne puh. 03 5655 4018

Luopioisten OmaAsema, Pereentie 3, 36760 Luopioinen puh. 03 5655 4019

## Ensihoito, Päivystysvastaanotto, Ensiapu

Päivystysvastaanotto on tarkoitettu kiireellistä lääkärinhoitoa tarvitseville. Vastaanotto tapahtuu ilman ajanvarausta arkisin maanantaista torstaihin klo 8 – 21, perjantaisin ja arkipyhien aattona klo 8 –16. Potilaat hoidetaan sairauden kiireellisyyden vaatimassa järjestyksessä. Päivystyskäynneistä peritään maksuasetuksen mukaiset korvaukset.

Keskusterveysasema, Herttualantie 28, Kangasala, (03) 5655 4025

## Yöpäivystys

Valkeakosken aluesairaalan yhteispäivystys  
Salonkatu 24, Valkeakoski, puh. 03 3116 7260  
arkisin maanantaista torstaihin klo 21 – 8, perjantaista klo 16 alkaen maanantaihin klo 8 asti. Lisäksi arkipyhinä aattoillasta klo 16 seuraavaan arkiamuun klo 8.

## Laboratorio

Laboratoriotutkimukseen tulo edellyttää terveystieteiden keskuksen lääkärin lähetettä. Laboratoriot palvelevat ainoastaan ajanvarauksella. Yksityislääkärin läheteellä

tulevilta peritään vahvistetun taksan mukainen maksu. Ajanvaraus laboratorioon osoitteessa (24h) <http://www.fimlab.fi> tai puh. 010 808 515 arkisin klo 7 - 18.

Keskusterveysasema, Herttualantie 28, Kangasala  
Ma – pe klo 7.30 – 15. Marevan-lääkitystä käyttävät voivat tulla INR-kontrolliin ilman ajanvarausta ma-to klo 12.00 - 13.30.

Sahalahden terveysasema, Kurvis-Höllin tie 8, ma 7.15 - 14.00

Päivystyspotilaat vuoronumerolla ma 7.15 - 14.00.

Pälkäneen terveysasema, Keskustie 3, ma, ke ja pe klo 7.15 – 13.

Luopioisten terveysasema, Pereentie 3, ti ja to klo 8 – 12.

## Röntgen

Röntgenissä tehdään sekä perusröntgentutkimuksia että ultraäänitutkimuksia. Tutkimuksiin tarvitaan aina lääkärin lähete. Terveyskeskuslääkärin läheteellä kuvaukset ovat maksuttomia potilaalle. Yksityislääkärin läheteellä kuvaukset ovat aina maksullisia.

Röntgenyksikkö toimii ainoastaan ajanvarauksella. Hammaskuvaukseen aika varataan suun terveyspalvelujen ajanvarausnumerosta 03 565 54023. Muihin kuvauksiin/ tutkimuksiin aika varataan OmaAseman ajanvarausnumerosta.

Kangasalan keskusterveysasema Herttualantie 28, 36200 Kangasala

Aukioloajat ma-pe klo 8.00–15.30

## Diabeteshoitaja

Diabeteshoitajan vastaa alueensa insuliinihoitoisten diabeetikkojen hoidon ohjauksesta (tablettihoitoisten diabeetikoiden hoidon ohjauksesta vastaa OmaAseman terveydenhoitaja).

Diabeteshoitajan vastaanotot vain ajanvarauksella. Käynnit ovat maksullisia, 9.30 €/käynti (sairaanhoidolliset käynnit 3 kertaa vuodessa).

Vastaanottoaikoja voi varata myös OmaAsemilta.

Diabeteshoitajan yhteystiedot:

Keskusterveysasema: alueet Keskusta, Suorama, Sahalahti ja Vatiala

Jella Repo/sij. Susanna Lehtimäki

Herttualantie 28, 36200 KANGASALA

puh. 040 1336 254 (ma-ke ja pe klo 8-8.30)

Keskusterveysasema: Eteläinen alue  
Pirjo Lehtisalo  
Herttualantie 28, 36200 KANGASALA  
puh. 050 5011 543

Ruutanan terveysasema: Ruutanan alue  
Hanna Pulkkinen  
Leppätie 3, 36610 RUUTANA  
puh. 050 4152 243

Pälkäneen terveysasema: alueet Pälkäne, Luopioinen  
Sari Nousiainen  
Keskustie 3, 36760 PÄLKÄNE  
puh. 050 4152 256 (ma-pe klo 9-9.30)

## Muistihoitaja

Muistihoitajan vastaanotto on suunnattu ikäihmisille. Muistihoitajalle voi varata ajan laajempaa kartoitusta varten, jos kokee muistiongelmia. Muistisairauden toteamisen jälkeen hoidon seuranta jatkuu yhteistyössä muistihoitajan kanssa. Muistihoitajan vastaanotolla saat yksilöllistä ohjausta ja neuvontaa sairaudesta, palveluista ja etuuksista. Muistihoitaja toimii yhteistyössä ikäihmisiin erikoistuneen lääkärin kanssa.

Muistisairaiden läheisille ja omaisille järjestetään ensitietopäiviä sairaudesta kaksi kertaa vuodessa. Vertaistukiryhmätoimintaa järjestetään kerran kuukaudessa omaisille ja sairastuneille. Näistä saat lisätietoa muistihoitajalta. Muistihoitajan vastaanotto on ajanvarauksella.

Kangasalan muistihoitaja on Riikka Mattila, p. 050 4308 563, parhaiten tavoitettavissa ma-pe klo 8-9.  
Kangasalan sosiaali- ja terveyskeskuksessa keskusneuvolan tiloissa  
Herttualantie 28, 36200 Kangasala.

Pälkäneen alueen muistihoitaja on Hanna-Mari Rantanen, p. 050 4152 270, parhaiten tavoitettavissa ma-pe klo 9-9.30.  
Pälkäneen ja Luopioisten terveysasemalla.

## Hoitotarvikejakelu

Maksuttomiin hoitotarvikkeisiin on oikeutettu henkilö, jolla on lääketieteellisin perustein todettu pitkäaikainen sairaus, joka on kestänyt vähintään kolme

kuukautta. Hoitotarvikkeiden jakelu voidaan aloittaa myös välittömästi, mikäli henkilön hoidon tarve on pitkäkestoinen tai tarve on pysyvä (esim. avanne). Hoitotarvikejakelun piiriin eivät kuulu lääkkeet eivätkä hoitavat sidetarvikkeet.

#### Tarvikkeiden tilaus ja tarvikemuutokset

Puhelimitse tiistaisin klo 8-11.30 puh. 050 4152 295 tai sähköpostilla [hoitotarviketilaus@kangasala.fi](mailto:hoitotarviketilaus@kangasala.fi). Sähköpostilla tilattaessa tulee käyttää asiakastunnusta, jonka saa OmaAsemalta tai hoitotarvikejakelusta.

Tilaus tulee tehdä vähintään 1-2 viikkoa ennen tarvikkeiden tarvetta tuotteiden pitkien toimitusaikojen takia

Vaippojen ja katetrien jakelussa on käytössä valmistajien kotiinkuljetuspalvelu, muutoksissa asioidaan puh. 050 4152 295.

#### Tarvikkeiden nouto

Tarvikkeet voi noutaa keskitetyn hoitotarvikejakelun tarvikejakelukaapista itselle sopivana aikana. Kaappi sijaitsee Kangasalan keskusterveysasemalla kuntoutuskäytävällä, käynti alapihalla kuntoutuksen ulko-ovesta, avoimma ma-to klo 7.30–17.00 ja pe klo 7.30–16.00.

Tarvikkeet on noudettavissa Sahalahden terveysasemalta tiistai-iltapäivästä alkaen, Pälkäneen ja Luopioisten terveysasemilta tarvikkeet on noudettavissa keskiviikkoiltapäivästä alkaen.

## 19. PALVELULIIKENNE, KANGASALA

Palveluliikenne on kaikille avointa, mutta erityisesti liikkumisrajoitteisille, esimerkiksi ikäihmisille suunnattua joukkoliikennettä. Palveluliikenne tarjoaa joustavia kulkuyhteyksiä kaupungin eri alueilta keskustan palveluihin. Palveluliikennettä hoidetaan kahdella pikkubussilla, joiden toiminta-alueet ja -ajat vaihtelevat eri päivinä kaupungin eri alueilla. Palveluliikenteen liikennöitsijänä toimivat Sirpan bussimatkat.

Palvelubussiin voi nousta pysäkeiltä sekä kaikkialta reitin varrelta, missä auton on mahdollista pysähtyä. Tarvittaessa kuljettaja auttaa palvelubussiin nousemisessa ja poistumisessa. Matkan hinta on 3-4 eur. Tilaukset tehdään soittamalla suoraan autoon arkisin kello 9-15 mielellään edellisenä päivänä ennen matkaa.

Lisätietoja matkustamisesta antavat palvelubussien kuljettajat.

Palvelubussi 1, puh: 050 598 3258

Maanantai: Vatiala → Nattari → Suorama  
Tiistai: Asemantie  
Keskiviikko: Saarikylät Haavisto  
Perjantai: Kuohenmaa → Saarenmaa

Palvelubussi 2, puh: 050 598 3259

Maanantai: Ihari → Raikku  
Tiistai: Mäyränkylä → Ponsantie  
Keskiviikko: Ruutana  
Torstai: Säynäjärvi → Lihasula → Suinula  
Perjantai: Asema

#### KUHMALAHDEN ASIOINTILIIKENNE

Asiointiliikennettä ajaa Raution taksi puh. 040 566 5747.  
Matkasta peritään linja-auto taksan mukainen maksu.

#### SAHALAHDEN ASIOINTILIIKENNE

Asiointiliikennettä ajaa Jorma Urkon taksi puh. 0400 893 337 tai 0400 440 052.  
Matkasta peritään linja-autotaksan mukainen maksu.

## 20. PALVELULIIKENNE, PÄLKÄNE

Kaikille avoimessa palveluliikenteessä ajetaan tietyt ennalta määrätyt reitit tiettyinä päivinä ja osittain kutsuohjattuna. Kuljettaja avustaa tarvittaessa matkustajia autoon nousussa ja siitä poistumisessa. Tarvittaessa ja tilattaessa asiakas noudetaan kyytiin kotoa ja viedään takaisin kotiin. Palveluliikenteestä peritään reiteillä 2-5 matkustajilta linja-auto taksan mukainen maksu. Reitillä 1 matkan hinta on 3 euroa/suunta.

#### Reitti 1 Myttäälä - Onkkaala palveluliikenne

Reitti ajetaan maanantaisin Myttäälän ja Onkkaalan sekä Palvelutalon väliä, asiakkaan tilauksesta edellisenä päivänä ajetaan Seitsyentien/Perkiöntien lenkki. Tarvittaessa taksi ajaa myös Attendo Satumetsän hoivakotiin.

Kyyti tilataan edellisenä päivänä: Taksi Mikko Helenius, puh. 0400 739 880.

## Reitti 2 Laitikkala - Onkkaala palveluliikenne

Reitti ajetaan keskiviikkoisin Laitikkalan ja Onkkaalan väliä, asiakkaan tilauksesta edellisenä päivänä haetaan asiakas myös Vuolijoelta.

Reittiä ajaa Taksi Mikko Helenius, puh. 0400 739 880

## Reitti 3 Aitoo - Puutikkala palveluliikenne

Reitti ajetaan torstaisin Aitoon, Puutikkalan ja Luopioisten kirkonkylän väliä.

Kyyti tilataan edellisenä päivänä: Taksi Mikko Helenius, puh. 0400 739 880

## Reitti 4 Ämmätsä - Kyynärö palveluliikenne

Ajetaan torstaisin Ämmätsän, Kyynärön ja Luopioisten kirkonkylän väliä.

Kyyti tilataan edellisenä päivänä: Taksi Kari Saarinen, puh. 0400 237 239.

## Koululais- ja asiointikuljetus

9.8. - 21.12.2018 sekä 7.1. - 31.5.2019

Sappee- Ohveno – Salmentaka – Luikala – Pohjalahti – Kirpu - Onkkaala

Ajetaan koulupäivinä, aamulla yksi vuoro ja iltapäivällä takaisin kaksi vuoroa, maanantaista perjantaihin.

Reittiä hoitaa Hämebus Oy, puh. 044 564 2937