

KAUNIAISTEN KAUPUNGIN IKÄIHMISTEN PALVELUOPAS 2006

(2008 päivitetty webbiversio)



SISÄLLYS

Apuvälineet.....	2
Asumistuki	2
Asunnon muutostyöt	2
Ateriapalvelu	2
Diabetesneuvonta / ajanvaraus	3
Fysioterapia	3
Hammashoito	3
Hammaslääkäripäivystys	3
Hoitotarvikkeet	3
Hoivakoti Villa Anemone.....	4
INVA-paikoitus (vammanaisen pysäköintilupa)	4
Joukkoliikenne (YTV)	4
Järjestötoiminta ja sen kautta saatava palvelu	4
Kansalaisopisto	5
Kansaneläkelaitos	5
Kirjastopalvelut	5
Kotihoito	6
Kuljetuspalvelu	6
Kylvetyspalvelu.....	6
Laboratorio	6
Laitoshoito	7
Liikunta	7
Lyhytaikainen laitoshoito, intervallihoito.....	7
Lääkinnällinen kuntoutus	8
Lääkärin vastaanotto terveyskeskuksessa	8
Mielenterveyspalvelut	8
Omaishoidon tuki	8
Palveluasuminen	8
Palvelukeskus	9
Palvelulinja	9
Potilasasiamies	9
Puheterapia	9
Päivystys iltaisin, öisin ja viikonloppuisin	10
Rintamaveteraanit	10
Rokotukset	11
Ryhmäkoti	11
Saattaja-apu	11
Sairaalahoito	11
Seniorineuvola	12
Siivouspalvelut sekä muu koti- ja vanhusapu	12
Sosiaaliasiamies.....	12
Sosiaali- ja kriisipäivystys	12
Sosiaalitoimisto	12
Terveysneuvonta 10023	13
Terveysasema	13
Turvapuhelin	13
Vammaisneuvosto	14
Vanhainkotihoito	14
Vanhusneuvosto	14
Vuokra-asunnot	14

Hyvä kauniaislainen ikäihminen

Uudenlaisen kannen alla on tuttu Kauniaisten kaupungin ikäihmisten kaksikielinen palveluopas joka julkaistaan nyt seitsemännen kerran. Opas on jälleen tarkistettu, siihen on tehty tarpeelliset muutokset ja lisäykset ja on nyt tässä vuoden 2006 versiona.

Tämän oppaan tarkoituksena on esitellä mahdollisimman kattavasti ja selkeästi kaikki ne palvelut, jotka kaupunki on ikäihmisille järjestänyt. Toivomme, että te oppaassa olevien yhteystietojen ja -henkilöiden avulla löydätte helposti tarvitsemanne palvelun tai toiminnan.

Tämä opas on aiempien vuosien tapaan jälleen jaettu postitse kaikille vuonna 1941 ja sitä ennen syntyneille kauniaislaisille ja sitä on saatavana myös kaupungintalolla, kirjastossa, terveyskeskuksessa ja Villa Bredassa. Toivomme, että te oppaan käyttäjänä annatte palautetta ja esitätte mahdollisia parannus- ja korjausehdotuksia taas seuraavan vuoden opasta tai sen nettiversiota varten. Palautetta ottaa vastaan palvelukeskuksen johtaja Marianne Ehnström, Villa Breda, Bredantie 16, puh. 505 6457.

Opas on luettavissa myös Internetissä Kauniaisten kaupungin sivuilla osoitteessa: www.kauniainen.fi/palveluopas.htm (HUOM. www-versio päivitetään jatkuvasti.)

APUVÄLINEET

Apuvälineitä tarvitaan silloin kun vamma tai sairaus rajoittavat jokapäiväistä elämää. Tavallisimpia liikkumista ja päivittäisiä toimintoja helpottavia apuvälineitä ovat kävelykepit ja rullaattorit.

Apuvälineitä voi lainata terveysaseman fysioterapiasta ja lainausaika on korkeintaan 6 kuukautta. Asiantuntija arvioi apuvälineen tarpeen ja fysioterapia huolehtii apuvälineiden sovituksesta ja käytön opetuksesta sekä huollosta ja kunnostuksesta.

Lisätietoja antaa terveysaseman fysioterapia, **puhelin 505 6381 ma-pe klo 12-13.**

Terveysasema, Asematie 19.

ASUMISTUKI

Eläkkeensaajien asumistukea voivat hakea Kelalta pienituloiset 65 vuotta täyttäneet henkilöt. Asumistukea maksetaan sekä vuokra-asunnossa että omistusasunnossa asuville. Tuen määrä riippuu mm. eläkkeensaajan tuloista, omaisuudesta ja asumiskustannuksista. Lisätietoja saa Kansaneläkelaitokselta, **puh. 020-434 8311 (vaihe).**

Kela, Kauniaistentie 3, Kauniainen (Kauppakeskus Grani, 3. krs.)

ASUNNON MUUTOSTYÖT

Vaikeavammaisilla on mahdollisuus saada korvausta sellaisiin vakinaisessa asunnossa tehtäviin välttämättömiin muutostöihin, jotka henkilö sairautensa tai vammansa vuoksi tarvitsee selviytyäkseen päivittäisistä toiminnoista kotiloissa mahdollisimman pitkään. Muutostyön tarvetta saattavat liikuntavamman ohella aiheuttaa myös näkö- tai keuhkovamma. Tällaisia välttämättömiä muutostöitä voivat olla esim. kynnysten poisto, pesutilojen muutokset ja tarvittavien apuvälineiden asentaminen.

Lähempiä tietoja antavat sosiaalityöntekijät, **puh. 505 6244, 505 6241 ja 505 6266 klo 13-14.**

Myös valtio myöntää kunnille varoja eläkeläisten asuntojen korjaustoimintaan. Avustukset ovat tulosidonnaisia ja lähempiä tietoja niistä antaa rakennustarkastaja, **puh. 505 6211.**

Katso myös **Rintamaveteraanit**

ATERIAPALVELU

Katso myös **Palvelukeskus**



Ateriapalvelu toimii Villa Bredassa viitenä päivänä viikossa eli ma-pe klo 11-13.30. Lounaan hinta on 5,70 euroa. Kaunialainen eläkeläinen voi halutessaan tuoda myös omaisensa ruokailemaan palvelukeskukseen. Vierasaterian hinta on 6,70 euroa ja sen maksavat myös muiden kuntien eläkeläiset. Lounaslippuja myydään Villa Bredan infossa arkisin klo 11-12.30.

Lounaslista löytyy internetissä osoitteessa:

www.kauniainen.fi/sosiaali/vanhushuolto/bredalounaat.htm

Villa Breda, Bredantie 16, puh. 505 6455

Kotihoidon tukipalveluna voi tarvittaessa saada kotiin kuljetetun aterian, jonka hinta on 6 euroa. Aterian kotiin kuljetuksen myöntää kotihoidon ohjaaja, **puh. 505 6461 varmimmin klo 8-10 . Kotihoito, Asematie 19**

DIABETESNEUVONTA / AJANVARAUS

Diabeteshoitaja **puh. 505 6462** ma, ti, to klo 12-12.30.

FYSIOTERAPIA

Fysioterapiapalveluihin tarvitaan lähete oman terveyskeskuksen lääkäriltä tai esim. Jorvin sairaalan tai HUSin lääkäriltä. Hoidosta peritään 6 euroa käyntikerralta. Fysioterapian henkilökunta antaa yksilöllistä hoitoa, ohjausta ja neuvontaa sekä tekee tarvittaessa kotikäyntejä. KaunisGranissa ilmoitettavat ohjatut ryhmät ovat maksuttomia. Omatoiminen kuntosaliharjoittelu lääkärin läheteellä maksaa 2 euroa/kerta, rintamaveteraanit maksutta. Lisätietoja, **puh. 505 6381 klo 12-13**.

Terveysasema, Asematie 19

Katso myös **Lääkinnällinen kuntoutus**

HAMMASHOITO



Terveysaseman hammashoito palvelee kaikkia kuntalaisia, mutta hoitoon pääsyä porrastetaan tarvittaessa lääketieteellisen kiireellisuuden perusteella.

Kiireellistä ensiapuluonteista hoitoa annetaan terveysaseman hammashoitolassa kaikille kuntalaisille.

Ajanvaraus ja tiedustelut arkisin **puh. 505 6379 klo 8.00-15**

Terveysasema, Asematie 19

Katso myös **Rintamaveteraanit**

HAMMASLÄÄKÄRIPÄIVYSTYS

Arkisin, katso **Hammashoito**.

Viikonloppuisin ja pyhäpäivinä Puolarmetsän sairaalan hammashoitola, klo 11-13, ei ajanvarausta, (**puh. 816 4011**)

Yksityisistä päivystyspalveluista saa tietoja puhelinluettelon keltaisilta sivuilta tai apteekeista myytävästä hammaslääkäriluettelosta.

HOITOTARVIKKEET

Hoitotarvikkeita saavat korvauksetta lääkärin määräyksestä mm. diabetesta sairastavat sekä katetreja, avanne- tai virtsapusseja tarvitsevat.

Katso **Kotihoito**, **puh. 505 6462 klo 12-13**.

HOIVAKOTI VILLA ANEMONE

Tammikummun yhteydessä toimiva 20-paikkainen hoivakoti Villa Anemone tarjoaa asumis-, tilapäis- ja päivähoitopalveluja dementoituville.
Lisätietoja antaa osastonhoitaja **puh. 505 6528**.

INVA-PAIKOITUS (vamman pysäköintilupa)



Poliisi myöntää vamman pysäköintiluvan. Hakemukseen tarvitaan pysäköintilupaan tarkoitettu lääkärintodistus ja 2 passikuvaa. Pysäköintilupa maksaa 18 € ja hakemus on jätettävä henkilökohtaisesti poliisiviranomaiselle.

JOUKKOLIIKENNE (YTV)

Eläkeläisten matkakortti myönnetään Kauniaisissa vakituisesti asuville joko täyttä tai vähennettyä kansaneläkettä saaville eläkeläisille. Matkakortilla voi ostaa lippuja Espoon- ja Kauniaisten sisäisessä liikenteessä alennusryhmä 1 (25 %) ja seutuliikenteessä alennusryhmä 2 (50 %)

Matkakortin hakemuslomakkeen saa Kauniaisten kaupungintalolta arkisin **klo 8.00 – 15.00** tai iltavahtimestarilta **tiistai- keskiviikko ja torstai-iltaisin klo 17.00-19.30**. Matkakortti maksaa 8 euroa.

Tarvittavat todistukset matkakorttia hankittaessa ja uusittaessa:

- Kortin käyttäjän valokuvallinen henkilöllisyyden osoittava virallinen todistus (virallinen henkilökortti, passi, ajokortti, kuvallinen kela-kortti)
- Kelan antama todistus matkakortin hakemuslomakkeeseen kansaneläkkeen saamisesta.

Katso myös **Palvelulinja**

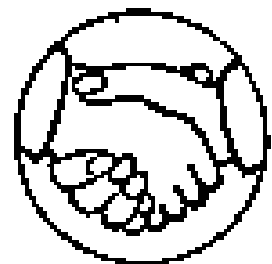
JÄRJESTÖTOIMINTA JA SEN KAUTTA SAATAVA PALVELU

Kotitalouksien siivouspalveluja voi hankkia siivousalan yrityksiltä tai Granin Lähiapu ry:n välityksellä.

Vapaaehtoistoimintaa ja auttamista harjoittaa Kauniaisissa Granin Lähiapu ry., joka toimii useiden kauniaislaisten järjestöjen yhteistyöelimenä. Granin Lähiapu ry. välittää työntekijöitä kotitalouksille esimerkiksi tilapäiseen vanhusapuun, kodinhoitotyöhön, siivoukseen, pihatöihin, seuranpitoon, kävelyttämiseen, saattaja-apuun ym. Avusta peritään 11 – 15 euron korvaus / tunti.

Granin Lähiapu ry puh. 040-518 9281 arkisin klo 8-12 tai puh. 050-411 6289 ma-to klo 18-19

Granin Lähiapu ry. Villa Junghans, Leankuja 4



KANSALAI SOPISTO – elinikäistä oppimista



Kauniaisten kansalaisopisto on kaksikielinen oppilaitos, joka tarjoaa monipuolisia harrastemahdollisuuksia sekä päivä- että ilta-aikaan. Useimmat kurssit on tarkoitettu kaikenikäisille, mutta ohjelmassa on myös erityisesti senioreille suunnattuja kursseja. Esimerkkeinä tällaisista kursseista ovat mm. senioritanssi, senioreiden ruuanlaittokurssi ja eläkeläisten tietokonekurssit. Monet iäkkäämmät opiskelijat osallistuvat kielten, käden taitojen ja taideaineiden päiväkursseille.

Syksyllä ja keväällä ilmestyy joka kotiin jaettava kurssiesite. Ohjelma on myös nähtävissä internetissä osoitteessa www.kauniainen.fi/kansalaisopisto. Suuri osa opetuksesta annetaan opistorakennuksessa, Petrassa, Pohjoinen Suotie 5, mutta opetuspisteitä on myös kaupungin muissa kiinteistöissä. Kanslia on avoinna ma-to klo 9-16, puhelinajat ma-to 9-12 ja 13-15 **puh. 505 6274**.

KANSANELÄKELAITOS

Kansaneläkelaitos antaa neuvoja ja opastaa eläke-etuuksien hakemisessa.

Kansaneläkettä haetaan Kelalta ja täysimääräisenä sitä voi saada kun hakija on saavuttanut 65 vuoden iän. Pienituloiset omistus- tai vuokra-asunnossa asuvat eläkkeensaajat voivat hakea Kelasta asumistukea.

Eläkkeensaajien hoitotukea myönnetään tukemaan sairaan ja vammaisen henkilön kotona asumista ja siellä tapahtuvaa hoitoa sekä korvaamaan sairaudesta tai vammaisuudesta aiheutuneita erityiskustannuksia.

Lisätietoja saa Kansaneläkelaitoksen Kauniaisten toimistosta, **puh. 020-434 8311 (vaihde)**.

KIRJASTOPALVELUT



Kauniaisten kaupunginkirjastosta voi lainata useantyyppistä materiaalia. Kirjastosta saa tietopalvelua, joka tarkoittaa että henkilökunta selvittää asiakkaan jonkun erityisen tiedontarpeen tai antaa vihjeitä tiedonlähteistä, **puh. 505 6400**. Kirjasto järjestää säännöllisin välein Internet-opastusta senioreille. Tarkoista ajankohdista voi tiedustella kirjaston henkilökunnalta.

Kirjaston aukioloajat ovat seuraavat: maanantai, tiistai, torstai 10-20, keskiviikko 13-20, perjantai 10-18, lauantai ja aattopäivät 10-14. Lehtilukusali avataan arkisin kello 8 ja lauantaisin kello 9. Muutoksista aukioloajoissa ilmoitetaan kirjastossa ja kirjaston kotisivuilla, www.kauniainen.fi/kirjasto.

KIRJASTON ERIKOISPALVELUT

Kirjasto tarjoaa ilmaisen kotipalvelukuljetuksen. ”Kirja tulee” -palvelu on tarkoitettu niille liikuntarajoitteisille Kauniaisten asukkaille, jotka eivät vammaan, sairauden tai korkean iän vuoksi pääse kirjastoon. Palvelun voi tilata puhelinnumerosta **505 6405**.

Henkilöille, joilla on vaikeuksia lukea tavallista tekstiä, on tarjolla mm. äänikirjoja sekä isotekstisiä kirjoja.

Äänikirjoja voi lainata myöskin näkövammaisten kirjastosta, Celiasta. Myös Näkövammaisten kirjastosta toimitetaan materiaalia ilmaiseksi asiakkaille kotiin. Lisää informaatiota saa kaupunginkirjastosta tai suoraan Näkövammaisten kirjastosta, suomenkielinen **osasto puh. 2295 2210** ja ruotsinkielinen osasto **puh. 2295 2230**.

Kauniaisten kaupunginkirjasto, Käsityönkatu 4

KOTIHOITO



Kotihoitoa annetaan henkilöille, jotka tarvitsevat apua esimerkiksi sairauden, vamman, ikääntymisen, toimintakyvyn alenemisen tai perhetilanteen johdosta. Tavoitteena on tukea asiakkaita asumaan turvallisesti kotonaan mahdollisimman pitkään. Kotihoidon palvelut ovat maksullisia.

Sotainvalideille, joilla on yli 20 %:n invaliditeetti ovat asiakkaan ja kotihoidon yhteisesti hoito- ja palvelusuunnitelmassa sopimat kotihoidon palvelut maksuttomat.

Kotihoidon kautta saatavia tukipalveluja ovat kotiin kuljetettu ateria, turvapalvelu, sosiaalihuoltolain mukainen kuljetustuki sekä saunotus- ja pyykkipalvelu.

Tiedustelut kotihoidon ohjaaja, **puh. 505 6461 klo 8 - 10** tai osastonhoitaja/sairaanhoido **puh. 505 6462 varmimmin klo 9-10.**

Terveysasema, kotihoito, Asematie 19

KULJETUSPALVELU

Niille eläkeläisille, jotka eivät pysty käyttämään julkisia kulkuvälineitä sairauden tai muun liikkumista vaikeuttavan syyn vuoksi voi kaupunki myöntää sosiaalihuoltolain mukaista kuljetustukea (kaupunkikortti). Tukea voidaan myöntää niille, joiden bruttotulot eivät ylitä 1.500 euroa/kuukaudessa. Kuljetuspalvelutukea haetaan siihen tarkoitettulla lomakkeella kotihoidon ohjaajalta ja siihen tarvitaan myös lääkärinlausunto. Hakemuslomakkeita saa kotihoidon ohjaajalta ja terveyskeskuksesta. Kotihoidon ohjaajan tavoittaa varmimmin **klo 8-10 puh. 5056 461.**

Vaikeavammaisten kuljetuspalvelusta saa tietoja sosiaalityöntekijöiltä, **puh. 505 6244, 505 6241 ja 505 6266 klo 13-14.**

Villa Bredan kuljetuspalvelu auttaa niitä eläkeläisiä, jotka eivät omin avuin pääse palvelukeskukseen aterioimaan tai harrastamaan. Edestakaisesta kuljetuksesta peritään 2 euroa. Kuljetuspalvelusta voi tiedustella Villa Bredan infosta, **puh. 505 6455.**

Katso myös **Palvelulinja**

KYLVETYSPALVELU

Katso **Kotihoito**

LABORATORIO (HUSLAB)



Näytteenotto ilman ajanvarausta ma - pe 8.00-14.30.

Tiedustelut **puh 5056365**, Osastonhoitaja puh. 050 5517678

Näytteenotto tapahtuu ilman ajanvarausta, lukuunottamatta rasisututkimuksia. Laboratoriossa otetaan terveysaseman vastaanotolta, neuvoloista, kotisairaanhoidosta ja kouluterveydenhuollosta määrättyjä näytteitä.

Terveysasema, Asematie 19

LAITOSHOITO

Kaupungin omat laitokset ovat terveysaseman sairaala Tammikumpu, hoivakoti Villa Anemone sekä Villa Bredan vanhainkoti.

Tammikummun potilaista osa on pitkäaikaista hoitoa ja huolenpitoa vaativia potilaita. Osastolla hoidetaan myös akuutteja yleislääketieteen potilaita, muista sairaaloista siirtyviä jatkohoitopotilaita sekä saattohoitopotilaita. Hoitotyö on kuntouttavaa ja potilaan voimavaroja ylläpitävää.

Keväällä 2003 Tammikummun yhteyteen valmistunut hoivakoti Villa Anemone tarjoaa asuin-, tilapäis- ja päivähoitopalveluja dementoituville.

Villa Bredan vanhainkodissa annetaan hoitoa niille jotka eivät omaisten ja/tai kotihoidon avun tai muiden tukitoimien avulla selviydy kotona, mutta eivät kuitenkaan tarvitse sairaalahoitoa.

Tiedustelut Tammikummun osastonhoitaja **puh. 505 6502**, Villa Anemonen osastonhoitaja **puh. 505 6528** ja Villa Bredan vanhainkodin osastonhoitaja, **puh. 505 6458**.

**Terveysaseman sairaala Tammikumpu ja hoivakoti Villa Anemone, Lippajärventie 1
Villa Bredan vanhainkoti, Bredantie 16**

LIIKUNTA

Kaupungin liikuntatoimi järjestää eläkeikäisille runsaasti erilaisia liikuntamuotoja, joista kukin pystyy valitsemaan omalle kunnolleen, toiveilleen ja taipumuksilleen sopivan. Valikoimassa on ohjattua kuntosaliharjoittelua, kuntovoimistelua, ohjattua sauvakävelyä, vesivoimistelua ja vesiaerobicia. Ryhmiä ohjataan kaksikielisesti ja osallistumismaksu peritään lukukausittain. Tarkempia tietoja antaa liikunnanohjaaja **puh. 505 6322**.

Villa Bredan liikuntasalissa järjestetään ohjattua erilaisille käyttäjäryhmille tarkoitettua liikuntaa iloksi ja kunnon kohenekseksi. Talossa on biljardipöytä sekä kuntopyörä ja pihamaalla voi pelata erilaisia pallo- ym. pelejä. Tarkempia tietoja talon harraste- ja viriketoiminnasta saa seuraamalla ilmoittelua Villa Bredassa, tiedotepalsta Kaunis Granissa tai Villa Bredassa toimivalta toiminnanohjaajalta, **puh. 505 6452** sekä Villa Bredan infosta, **puh. 505 6455**.



Villa Breda, Bredantie 16

LYHYTAIKAINEN LAITOSHOITO, INTERVALLIHOITO

Lyhytaikaista laitoshoidoa tai intervallihoidoa voidaan järjestää kotona asuvalle vanhukselle, joka tilapäisesti tai jaksottain tarvitsee hoitopaikkaa kunnon heikkenemisen tai hoitavan omaisen loman vuoksi.

Tiedustelut Villa Bredan vanhainkodin osastonhoitaja **puh. 505 6458** ja Tammikummun osastonhoitaja **puh. 505 6502** sekä Villa Anemonen osastonhoitaja **puh. 505 6528**.

LÄÄKINNÄLLINEN KUNTOUTUS

Lääkinnällisen kuntoutuksen avulla ylläpidetään ja parannetaan asiakkaan toimintakykyä. Kuntoutustarpeen arvioi hoitava lääkäri terveysasemalla tai sairaalassa.

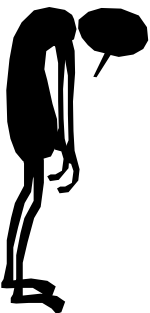
Lääkinnällistä kuntoutusta ovat mm. kuntoutustutkimus, -ohjaus sekä sopeutumisvalmennus. Kuntoutuspalveluja varten tarvitaan aina lääkärin lähete. Lisätietoja saa terveysaseman fysioterapiayksiköstä, **puh. 505 6381 klo 12-13.**

Terveysasema, Asematie 19

LÄÄKÄRIN VASTAANOTTO TERVEYSASEMALLA

Katso **Terveysasema**

MIELENTERVEYSPALVELUT



Mielenterveysongelmiin saa apua terveysasemalta. Potilaat, joilla on vaikeampia mielenterveyteen liittyviä ongelmia, ohjataan lääkärin läheteellä psykiatriseen erikoissairaanhoidon. Lisätietoja saa numerosta **505 6600**. Terveysaseman psykologi antaa kriisi- ja keskusteluterapiaa **puh 505 6356 ma, ke, to klo 11.00-11.30.**

Psykiatrian sairaanhoitajan **puhelinaika maanantaisin 9.00-9.30, puh. 5056643.**

Terveysasema, Asematie 19

OMAISHOIDON TUKEA

Omaishoidon tuki käsittää rahallisen tuen ja palvelut. Rahallinen tuki maksetaan omaiselle tai läheiselle joka sitoutuu hoitamaan vanhusta, vammaista tai pitkäaikaissairasta kotona. Tuessa on neljä eri maksuluokkaa riippuen hoidon sitovuudesta ja raskaudesta. Hoitajan ja kaupungin välille tehtävään omaishoidon sopimukseen voidaan lisäksi liittää maksuttomia kotihoitoa tukevia palveluja. Neuvoja ja lisätietoja antavat kotihoidon ohjaaja **puh. 505 6461 klo 8 - 10**, kotihoidon osastonhoitaja **puh. 505 6462 klo 9 - 10** ja sosiaalityöntekijä **puh. 505 6244 klo 13-14 (lapset)**. Hakemuslomakkeita on saatavissa sosiaalitoimistosta, terveysaseman vastaanotosta ja kotihoidon toimistosta.

PALVELUASUMINEN Katso Ryhmäkoti

PALVELUKESKUS

Villa Bredan palvelukeskuksessa on arkisin mahdollisuus ateriointiin klo 11- 13.30, erilaisiin harrastuksiin sekä ohjelmallisiin tapahtumiin. Askartelun tiloissa on eläkeläisten käytettävissä myös tietokone, jossa on Internet -yhteys. Palvelukeskuksen ohjelmista saa tarkempaa tietoa Kaunis Grani-lehden välityksellä ja puhelimitse toiminnanohjaajalta **505 6452** tai infosta **505 6455**.

Kuljetuspalvelua palvelukeskukseen voi tiedustella infosta **puh. 505 6455**. Info on auki klo 9-13. Palvelukeskuksen johtajan tavoittaa numerosta **505 6457**.

Villa Bredassa toimivat itsenäisinä yrittäjinä kampaaja **puh. 505 5076**, jalkojenhoitaja **puh. 505 3438** sekä hieroja, tiedustelut **puh. 505 6455**. Yrittäjät ottavat vastaan pääasiassa eläkeläisasiakkaita.

Villa Breda, Bredantie 16

PALVELULINJA

Kaupungin palvelulinja liikennöi keskustan - Gallträskin - Kasavuoren reitillä. Vuoroja ajetaan arkisin kaksi kumpaankin suuntaan klo 11 ja 13 välisenä aikana ja reitin päätepysäkki on kirjaston luona. Linjan pääkohteina ovat keskusta, Villa Breda ja uimahalli. Auto pysähtyy reitin varrella asiakkaan toivomuksen mukaisesti ja voi pyynnöstä poiketa linjalta enintään noin 300 metriä mikäli asiasta sovitaan kuljettajan kanssa esimerkiksi edellisenä päivänä tai puhelimitse klo 10.45 alkaen **puh. 050-3255 539**. Aikatauluja ja reittikarttoja on saatavana kirjastosta, kaupungintalolta, Villa Bredasta ja terveysasemalta.

Linjalla matkustaminen on maksutonta.

Tiedustelut **puh 050-3255 539** arkisin klo **10.45** alkaen.



POTILASASIAMIES

Kaupungin terveydenhuoltopalvelujen asiakkaat voivat ottaa yhteyttä potilasasiamieheen hoitoa, kohtelua ja tietosuojaa koskevissa asioissa. Potilasasiamieheen voi ottaa yhteyttä myös potilaan omainen, asioiden hoitaja tai henkilökunta.

Potilasasiamiehen tavoittaa **puh.050-3612655** puh.aika. mieluiten tiistaisin klo **17-19** tai sähköpostilla: eija.barlund-toivonen@luukku.com.

PUHETERAPIA

Puheterapiaan pääsee terveyskeskuksen lääkärin läheteellä. Puheterapeutin tavoittaa maanantaisin **puh. 505 6355** klo **10.30-11.30** ja torstaisin klo **12-13**.

PÄIVYSTYS ILTAISIN, ÖISIN JA VIIKONLOPPUISIN

Oman terveysaseman ollessa suljettuna voivat kauniaislaiset ottaa yhteyttä äkillisissä sairaustapauksissa Jorvin sairaalan tai Puolarmetsän sairaalan terveyskeskuspäivystykseen.



Jorvin sairaalan terveyskeskuspäivystys on avoinna arkisin klo 16-08 välisenä aikana sekä lauantaisin, sunnuntaisin ja pyhäpäivinä ympäri vuorokauden. **Puh. 861 6300.**

Puolarmetsän sairaalan päivystys on avoinna ma-pe klo 16-21. Viikonloppuina ja pyhäpäivisin klo 9-21. **Puh. 8164 2412.**

Jorvin sairaalan päivystyksessä arkisin klo 20-08 sekä lauantaisin, sunnuntaisin ja pyhäpäivinä peritään kaikilta 18 vuotta täyttäneiltä 25,60 euron päivystyskäyntimaksu. Muina aikoina riittää normaali vuosimaksu. Puolarmetsän sairaalassa peritään viikonloppuisin 18 euron käyntimaksu kaikilta 18 vuotta täyttäneiltä.

Katso myös **Terveyspalvelujen neuvonta 10023**

RINTAMAVETERAANIT



Rintamaveteraaneille hammashuoltopalvelut ovat maksuttomia lukuun ottamatta hammasteknisiä kuluja, jotka peritään täysimääräisinä.

Rintamaveteraanikuntoutukseen voi hakea ympäri vuoden lääkärin lähetteellä. Vuoden alussa asiasta ilmoitetaan KaunisGrani-lehdessä. Lisätietoja saa terveysasemalta **puh. 505 6382.**

Rintamaveteraaneille on mahdollisuus maksutta käydä terveysaseman lääkinnällisessä harjoitteluterapiassa (kuntosalitoimintaa). Lääkintävoimistelija suunnittelee harjoitusohjelman omatoimiseen harjoitteluun. Lääkärin lähete tarvitaan. Ajanvaraus **puh. 5056 381 klo 12 – 13.**

Rintamaveteraanit on vapautettu terveysasemamaksusta.

Rintamaveteraaneille korvataan jalkahoidosta enintään 30 euroa/hoitokerta kolmesti vuodessa. Lisätietoja saa terveysasemalta **puh. 505 6382.**

Ylimääräistä rintamalisää saavat voivat saada avustusta silmälasien hankintaan joka toinen vuosi enintään 179 euroa/asiakas ja rintamatunnuksen omaavat 90 euroa/asiakas.

Lisätietoja saa sosiaalitoimistosta, **puh. 505 6443.**

Rintamaveteraanit saavat pysäköidä ilmaiseksi Espoon kaupungin sekä Jorvin sairaalan pysäköintialueilla erillisellä veteraaniluvalla, jota voi hakea Espoon kaupungin yhteispuhelinpalvelusta sekä pysäköinninvalvonnan toimistosta. Lupa on maksuton.

Lisätietoja saa Espoon pysäköinninvalvonnan toimistosta **puh. 8162 5017, 8162 5025.**

Rintamaveteraanit pääsevät kaupungin uimahalliin maksutta.

Rintamaveteraanit voivat saada valtion korjausavustusta asunnon perusparannukseen ja korjaukseen. Lisätietoja saa rakennustarkastajalta **puh. 505 6211.**

Rintamaveteraanit saavat Kauniaisten hautausmaalta ilmaisen hautapaikan ja kaupunki vastaa myös haudan kaivauskustannuksista sekä veteraanin että hänen puolisonsa osalta.

Rintamaveteraanit voivat saada seudullisen liikenteen vapaalipun.

Seudullinen vapaalippu on myönnetty 1.1.2002 alkaen rintamaveteraaneille ja työvelvollisille, joilla on rintamasotilas-, rintamapalvelus- tai rintamatunnus sekä miinanraivaustehtäviin osallistuneille henkilöille, joilla on sota-arkiston antama todistus miinanraivaustehtäviin osallistumisesta tai Kela-kortti, jossa on MR-tunnus. Seudullinen vapaalippu oikeuttaa matkustamaan maksutta Espoon, Kauniaisten, Helsingin ja Vantaan joukkoliikenteessä. Vapaalipun voi hakea Kauniaisten kaupungintalosta, lähempiä tietoja **puh. 505 6215**.

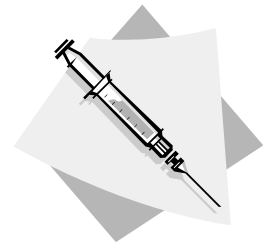
Rintamaveteraanien matkakortin voi tilata puhelimitse (puh. 505 6215), tai **noutaa kaupungintalolta, Kauniaistentie 10**. Hakijan tulee esittää:

- henkilötodistus
- rintamasotilas-, rintamapalvelus- tai rintamatunnus tai kuvallinen Kela-kortti, jossa on R-tunnus

Iltavahtimestari tekee matkakortteja **tiistaisin, keskiviikkoisin ja torstaisin klo 17.00-19.30**.

ROKOTUKSET

Aikuisille annettavia rokotuksia saa terveysaseman vastaanotolla perjantaisin klo 8-9 ilman ajanvarausta. Tiedustelut **puh. 505 6357 klo 12-13**.



RYHMÄKOTI

Kauniaisten kaupungilla on yksi eläkeläisten ryhmäkoti, joka on kuuden eläkeläisen koti. Se sijaitsee uudessa palvelukoti Villa Apollossa. Ryhmäkoti on tarkoitettu vanhuksille, jotka tarvitsevat runsaasti apua päivittäisissä toimissa, mutta eivät kuitenkaan ympärivuorokautista tai sairaalahoitoa. Ryhmäkodissa asukkailla on oma huone, jonka he kalustavat itse, huoneen yhteydessä omat WC- ja peseytymistilat sekä kaikille yhteinen tila oleskelua ja ruokailuja varten. Asukkailta peritään maksuna vuokra, ateriamaksu, perusmaksu, mahdollinen turvapuhelinmaksu sekä yksilöllinen palvelumaksu, joka kattaa jokapäiväisen hoidon ja hoivan. Ryhmäkodin hoidosta sekä sen asukkaista huolehtii kotihoidon henkilökunta.

Kotihoidon ohjaaja, **puh. 505 6461** klo 8 –10 ja osastonhoitaja **puh. 505 6462** klo 9 –10 antavat lisätietoja ryhmäkodista.

SAATTAJA-APU

Katso myös **Järjestötoiminta ja sen kautta saatava palvelu**

SAIRAALAOITO

Sairaalahoitoa annetaan terveysaseman yleislääkärijohtoisessa 30-paikkaisessa Tammikummun sairaalassa sekä erikoislääkärijohtoisessa Jorvin sairaalassa. Joidenkin sairauksien hoito on keskitetty mm. HUSiin ja Tammiharjun sairaalaan.



Katso myös **Laitoshoito**

SENIORINEUVOLA

Seniorineuvolan tavoitteena on ikäihmisten toimintakyvyn ylläpitäminen ja omatoimisuuden turvaaminen mahdollisimman pitkään. Seniorineuvola kutsuu kaikki uudet 65-vuotta täyttäneet seniorit vapaa-ehtoiseen terveystarkastukseen. Seniorineuvolassa terveystarkastusten tavoitteena on selvittää asiakkaan terveydentila ja elämäntilanne, antaa terveysneuvontaa. Tämän lisäksi selvitetään asiakkaan mahdollisesti tarvitsemaa tukea tai apua ja ohjataan hänet tarvitsemiensa palvelujen piiriin.

Terveystarkastus sisältää haastattelun, terveydenhoitajan tutkimuksen sekä tarvittaessa laboratoriotutkimuksia.

Terveystarkastus suoritetaan asiakkaan toivomusten perusteella joko terveysaseman vastaanotolla (Asematie 19) tai asiakkaan kotona.

Ajanvaraus ja tiedustelut numerosta **505 6496 ma-pe klo 12-13.**

SIIVOUSPALVELUT SEKÄ MUU KOTI- JA VANHUSAPU

Katso **Järjestötoiminta ja sen kautta saatava palvelu**



SOSIAALIASIAMIES

Sosiaalihuollon asiakkaat voivat kääntyä sosiaaliasiamiehen puoleen asiakkaan oikeuksia ja velvollisuuksia, kohtelua ja tietosuojaa koskevissa kysymyksissä. Sosiaaliasiamies voi auttaa myös asiakkaan kohtelua koskevan muistutuksen tekemisessä sosiaalihuollon johtavalle viranhaltijalle.

Kauniaisten kaupungin sosiaaliasiamiehen tavoittaa kaupungin vaihteen kautta, **puh. 50561.**

SOSIAALI- JA KRIISIPÄIVYSTYS

Sosiaali- ja kriisipäivystys on kauniaislaisten käytettävissä arkisin virka-ajan ulkopuolella klo 15-8 ja viikonloppuisin ja pyhinä 24 h / vrk. Sosiaali- ja kriisipäivystykseen voi ottaa yhteyttä äkillisessä kriisitilanteessa, joka voi liittyä esim. uupumukseen, menetyksiin, onnettomuuksiin, parisuhdeongelmiin, eroon, perheväkivaltaan, mielenterveysongelmiin ym.

Sosiaali- ja kriisipäivystys toimii Jorvin sairaalan ensiapupäivystyksen yhteydessä osoitteessa **Turuntie 150, Espoo, puh. 8164 2439.**

SOSIAALITOIMISTO

Sosiaalityön tehtäviä varten on kolme sosiaalityöntekijää, jotka tavoittaa **puhelinaikana 13.00 – 14.00 numeroista 505 6244, 505 6241 ja 505 6266 (ma-to).** He hoitavat sosiaalityötoimistossa mm. toimeentuloturva, vammaispalvelua (esim. vaikeavammaisten kuljetuspalvelut, saattajapalvelu, asunnon muutostyöt, henkilökohtainen avustaja) ja päihdehuoltoa koskevia asioita. Sosiaalityötoimisto sijaitsee kaupungintalolla.

Kaupungintalo, Kauniaistentie 10

Katso myös **Sosiaaliasiamies ja Potilasasiamies.**

TERVEYSNEUVONTA 10023



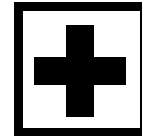
Terveysneuvonnan puhelimeen (09) 10023 vastaa joka päivä 24 tuntia terveydenhuollon ammattilainen ja antaa luottamuksellisesti tietoja terveyspalveluista ja sairauksien hoito-ohjeita sekä yleistä sosiaali- ja terveyspalvelujen neuvontaa.

TERVEYSASEMA

Terveysasema on avoinna maanantaisin klo 8-18 ja muina arkipäivinä klo 8-16. Kesä- ja jouluaikoina ei iltavastaanottoja ole. Terveysasemalla on lääkäreiden ja hoitohenkilökunnan vastaanotot, joihin on ajanvaraus. Ajanvaraus **puh. 505 6600**.

Terveyskeskuslääkärien puhelinnumerot ja -ajat ovat seuraavat:

Ralf Holm	5056 601	ke	kl. 12-12.30
Bengt Juslin	5056 520	ma, ti ja to	kl. 12-12.30
Salla Maria Koivuranta	5056 602	ti ja to	kl. 10-10.30



Muiksi ajoiksi voi hoitajilta varata numerosta 505 6600 puhelinajan jolloin lääkäri soittaa potilaalle.

Päivystysvastaanotto äkillisesti sairastuneita varten on ma-to klo 8-9.30 ja 14-15.30 sekä pe ja aattona klo 8-9.30 ja 13-15. Erittäin kiireellisissä tapauksissa myös muina aikoina on mahdollista saada palveluja. Yhteydenotto etukäteen on kuitenkin suotava.

Hoitohenkilökunnan vastaanotolla voi mittauttaa verenpaineen, poistattaa ompeleet, saada haavahoitoja, injektioita, rokotuksia, astmanneuvontaa ym. hoitotoimenpiteitä. **Lisätietoja numerosta 505 6600.**

Terveysaseman ollessa suljettuna toimii Jorvin terveyskeskuspäivystys. Puolarmetsän päivystys toimii arkisin klo 16.00-21.00 ja viikonloppuisin klo 9.00-21.00.

Katso **PÄIVYSTYS**

Laboratoriopalvelut. **Kts. LABORATORIO**

Röntgenpalvelut ostetaan HUS röntgenistä. Kuvauksiin tarvitaan aina terveyskeskuslääkärin lähete.

Terveysasema, Asematie 19

Katso myös **TERVEYSPALVELUJEN NEUVONTA 10023**

TURVAPUHELIN

Tarvittaessa voi kotiin saada käyttöön turvapuhelimen, jonka avulla voi ympäri vuorokauden hälyttää apua Esperin hälytyskeskuksesta. Turvapalvelu on tarkoitettu ensisijaisesti yksin asuville vanhuksille, vammaisille ja pitkäaikaissairaille, joilla äkillinen sairaanhoidollinen tai muu avun tarve on ilmeinen. Asiakkaalta peritään turvapuhelimen käytöstä bruttotuloihin perustuva kuukausimaksu. Mikäli bruttotulot ylittävät 2000 euroa



kuukaudessa, ei turvapuhelinta voida kaupungin kustannuksella myöntää. Turvapuhelimen hakulomakkeita on saatavissa kotihoidon ohjaajalta **puh. 505 6461 varmimmin klo 8-10**.

Turvapuhelimen palvelun voi ostaa myös yksityisesti. Tiedustelut esim. **Oy Esperia Ab puh. 010 4088 117** ja **Vanhustyön Keskusliitto puh. 09-350 8600 (vaihe)**.

VAMMAISNEUVOSTO

Kauniaisissa toimii sosiaali- ja terveyslautakunnan alaisuudessa Vammaisneuvosto ja sen tehtävänä on edistää ja seurata kunnallishallinnon eri aloilla tapahtuvaa toimintaa vammaisten henkilöiden kannalta. Vammaisneuvoston jäsenenä on vammaisjärjestöjen ja kaupungin eri toimialojen edustajia. Yhdyshenkilönä on sosiaalityöntekijä, **puh. 505 6266 klo 13-14**.

VANHAINKOTIHOITO

Villa Bredan vanhainkoti on 18-paikkainen kahdessa kerroksessa toimiva koti niille vanhuk- sille, jotka eivät omaisten ja/tai kotihoidon turvin enää selviydy kotiloissa vaan tarvitsevat ympärivuorokautista hoitoa ja hoivaa. Vanhainkoti toimii palvelukeskuksen yhteydessä. Vanhainkodissa on yksi intervalli- tai lyhytaikaishoitoon tarkoitettu paikka. Lisätietoja antaa osastonhoitaja **puh. 505 6458**.

Villa Breda, Bredantie 16

Katso myös **laitoshoito** ja **lyhytaikainen laitoshoito**

VANHUSNEUVOSTO

Kauniaisten Vanhusneuvosto toimii sosiaali- ja terveyslautakunnan alaisuudessa ja on kau- pungin ja sen alueella asuvien vanhusten ja siellä toimivien vanhus- ja eläkeläisjärjestöjen 9-jäseninen yhteistoimintaelin. Sen jäsenenä on eläkeläisjärjestöjen ja kaupungin eri toimi- alojen edustajia sekä eläkeläinen, joka ei edusta eläkeläisjärjestöjä. Yhdyshenkilönä ja van- husneuvoston sihteerinä toimii palvelukeskuksen johtaja **puh. 505 6457**.

VUOKRA-ASUNNOT

Kaupungilla on yhteensä 60 eläkeläisten vuokra-asuntoa, joiden koot vaihtelevat 28 – 80 m² välillä. Asunnot sijaitsevat pääosin Palokunnan- kuja 4:ssä ja Palokunnantie 5:ssä sekä Palokunnantie 7:ssä sijaitsevassa Villa Apollossa. Osa asunnoista on suunniteltu inva-asunnoiksi, jolloin niissä asuminen on mahdollista myös niille eläkeläisille, jotka päivittäisissä toimissaan ovat riippuvaisia apuvälineiden käytöstä. Villa Apollon asukas- valinnassa noudatetaan sosiaali- ja terveyslautakunnan määrittämiä va- lintaperusteita. Vuokra-asuntoja haetaan asuntohakemuslomakkeella ja niitä saa kaupungintalolta tai Villa Bredasta. Lomake palautetaan Villa Bredaan ja sieltä saa myös lähempiä tietoja asunnoista palvelukeskuksen johtajalta **puh. 505 6457**.

Villa Breda, Bredantie 16

