



IKÄIHMISTEN PALVELUOPAS



Päivitetty 4/2016



Kauniaisten kaupunki
Grankulla stad

Ambulanssi / sairaankuljetus

Yleinen hälytysnumero 112

Anemone, ks. Villa Anemone

Apteekki

Kauniaisten Apteekki, Kirkkotie 15. Avoimma ma-to klo 9-20, pe 9-18, la 9-16. Kesäaikaan 1.6.-31.8. ma-to klo 9-19, pe 9-18, la 9-14
Puh. (09) 505 1331.

Lähimmät päivystävät apteekit:

Sellon apteekki, avoinna ma-pe klo 8.30-21, la 9-18, su 12-18.

Tapiolan apteekki, avoinna ma-pe klo 8-21, la 9-18, su 10-18.

Helsingin Yliopiston apteekki, Mannerheimintie 96, aina avoinna.

Apuvälineet

Apuvälineillä voidaan helpottaa elämistä, jos vamma, sairaus tai ikääntyminen heikentävät toimintakykyä. Apuvälinelainaamosta voi maksutta lainata tarvittavia apuvälineitä kuten pyörätuolin, rollaattorin, kepit, kyynärsauvat, suihkutuolin, WC-korottajan tms. Apuvälinelainausta toimii terveyskeskuksessa fysioterapian yhteydessä, Asematie 19. Puh. (09) 5056 381, arkisin klo 12-13.

Asiakasmaksukatto

Kun terveydenhoidon asiakasmaksuja on kertynyt vuoden aikana vähintään 612,62 €, saa avohoidon palvelut pääsääntöisesti maksutta ja lyhytaikaisesta laitoshoidosta peritään alennettu hoitopäivämaksu. Maksukaton laskemisessa mukaan otettavia asiakasmaksuja ovat terveyskeskuslääkärin käyntimaksut ja vuosimaksu, sairaalan poliklinikkakäynnit ja päiväkirurgia, yksilökohtainen fysioterapia ja kuntoutushoito, lyhytaikainen laitoshoido sekä yö- ja päivähoito. Terveyspalveluiden käyttäjän pitää itse seurata maksukaton

täyttymistä ja hakea vapaakorttia tositteiden perusteella. Vapaakorttia haetaan sieltä missä maksukatto täyttyy, esim. Jorvin sairaalasta tai terveyskeskuksen vuodeosastolta. Lääkekustannuksilla on oma vuosittainen maksukatto, ks. lääkemaksukatto.

Asumistuki

Kela korvaa osan pienituloisten eläkeläisten asumiskuluista maksamalla heille eläkkeensaajan asumistukea. Asumistuen määräytymiseen vaikuttavat asumismenot, perhesuhteet sekä eläkkeensaajan ja puolison bruttotulot ja omaisuus. Asumistukea voi hakea lomakkeella, jonka saa Kelan toimistosta tai Kelan nettisivuilta www.kela.fi.

Asunnon muutostyöt

Vammaiset ja ikääntyneet henkilöt voivat saada avustuksia asunnon välttämättömään korjaamiseen ja tarvittavien apuvälineiden asentamiseen.

Esimerkiksi kynnyksen poisto ja pesutilojen muutokset voivat helpottaa kotona asumista. Lähempiä tietoja antavat sosiaalityöntekijät, puh. (09) 50561 (vaihde) ja fysioterapian ajanvaraus arkisin klo 12–13 puh. (09) 5056 381.

Ateriapalvelu

Kotihoidon tukipalveluna voi saada ateriapalvelun arkisin omaan kotiin. Ateria toimitetaan keskuskeittiöstä lämpölaatikossa. Lisätietoja kotihoidon ohjaajalta, puh. (09) 5056 461 (klo 8–10).

Ks. myös lounasruokailu.

Auttavat puhelimet

Espoon sosiaali- ja kriisipäivystys:

Päivystyksellinen kriisiapu erityisesti traumaattisten kriisien uhreille sekä äkillisissä perhe- ja parisuhdekriiseissä. Puhelimitse annetaan

ohjausta ja neuvontaa kaiken ikäisille myös mielenterveyteen, päihteidenkäyttöön ja elämänhallintaan liittyvissä vaikeuksissa, ns. kehityskriiseissä ja muutuskriiseissä. Puh. (09) 8164 2439 (24h)

Suomen mielenterveysseuran valtakunnallinen kriisipuhelin

Valtakunnallinen kriisipuhelin tarjoaa välitöntä keskusteluapua kriiseissä oleville ja heidän läheisilleen. Puhelimeen voi soittaa nimettömänä. Siihen vastaavat kriisityöntekijät ja koulutetut vapaaehtoiset tukihenkilöt.

Puh. 01019 5202 (ma-pe klo 9-06, la 15-06, su 15-22)

Rikosuhripäivystys

Rikoksen tai rikosyrityksen kohteeksi tai rikoksen todistajaksi joutuneet saavat neuvoja ja ohjausta rikosasioihin liittyen.

Puh. 0203 16116 (ma-ti klo 13-21 ja ke-pe 17-21)

Seurakuntien auttavat puhelimet:

Evangelisluterilaisen kirkon palveleva puhelin

01019-0071 suomenkielisille su-to klo 18-01, pe ja la 18-03 ja

01019-0072 ruotsinkielisille joka ilta klo 20-24.

Helsingin ortodoksisen seurakunnan auttava

puhelin puh. (09) 5845 9642 (ti, pe ja la klo 18-22)

Diabetesneuvonta

Diabeteshoitajat toimivat terveyskeskuksessa. Suomenkielistä diabetesneuvontaa parittomilla viikoilla tiistaisin klo 12-13 numerossa (09) 5056 603. Ruotsinkielistä diabetesneuvontaa parillisilla viikoilla torstaisin klo 12-13 numerossa 09-5056 603.

Diakonia

Kauniaisten suomalainen seurakunta, diakonia puh. 050-301 7028.

Voit halutessasi pyytää diakoniatyöntekijää myös kotikäynnille.

Kauniaisten ruotsinkielinen seurakunta, diakonia

puh. 050-4393 208.

Edunvalvonta

Maistraatti tai kärjäoikeus järjestää tarvittaessa edunvalvojan henkilölle, joka ei itse kykene valvomaan etuaan tai oikeuksiaan. Edunvalvoja on päämiehensä luottohenkilö. Edunvalvojaksi voidaan määrätä esim. lähiomainen, luotettu ystävä tai virkamies–edunvalvoja. Lisätietoja Espoon maistraatista, puh. 071 87 31351.

Jos haluaa ennakoida tilannetta jossa voi tarvita edunvalvontaa, voi tehdä etukäteen edunvalvontavaltuutuksen. Tällöin asiakas itse valtuuttaa tietyn henkilön edunvalvojakseen ja edunvalvonta astuu voimaan kun edunvalvontatarve ilmenee. Edunvalvontavaltuutuksella on selkeät muotosäännökset kuten testamentilla. Valtuutus tulee tehdä kirjallisena ja sen todistaa kaksi esteetöntä todistajaa. Laadinnan avuksi suositellaan asiantuntija–apua. Lisätietoja Espoon edunvalvontayksikkö, Itätuulentie 1 (Tapiola), toimisto on avoinna virka–aikana klo 8.00 – 16.15. Puh. vaihde 029 565 2300, sähköpostiosoite lansi–uusimaa.edunvalvonta(at)oikeus.fi

Eläkeläisjärjestöt

Kauniaisten Suomalaiset Seniorit ry. Monenlaista toimintaa nykyisille (ja entisille) kauniaislaisille eläkeläisjäsenille, mm. tiistaitapaamisia, matkoja, retkiä, teatterikäyntejä. Lisätietoja netissä kssry.fi (Huom! Nettiosoitteen eteen ei tule tunnusta ”www”)

Grankulla svenska pensionärer rf. Monenlaista ruotsinkielistä toimintaa kauniaislaisille eläkeläisille, mm. tiistaitapaamisia, juhlia, retkiä, teatterikäyntejä, harrastusryhmiä. Lisätietoja netissä grankulla.sfpension. (Huom! Nettiosoitteen eteen ei tule tunnusta ”www”)

Ensiapu

Ks. päivystys

Yleinen hätänumero, mm. sairaankuljetus puh. 112.

Fysioterapia

Yksilölliseen fysioterapiaan hakeudutaan oman terveyskeskuksen lääkärin, HUS:n tai Jorvin läheteellä. Ryhmiin sekä ohjaus- ja neuvontakäynnille voi tulla ilman lääkärin lähetettä fysioterapian ajanvarauksen kautta. Fysioterapian ryhmistä ilmoitetaan Kaunis Granissa syys- ja kevätlukukauden alussa.

Toimintaterapiapalveluista voi tiedustella fysioterapiasta.

Fysioterapian yhteydessä toimii apuvälinelainaamo.

Fysioterapian ajanvaraus arkisin klo 12–13

puh. (09) 5056 381

Granin Lähiapu ry.

Kolmannen sektorin palvelujärjestö, joka täydentää kaupungin hyvinvointipalveluja. Mukana on 11 yhdistystä ja järjestöä. Palveluna mm. kodinhoito- ja siivousapu, vanhus- ja vammaisapu, saattaja- ja asiointiapu. Palvelu on maksullista. Lisätietoja puh. 040-518 9281 (klo 9–13), sähköposti granin.lahiapu.ry@kolumbus.fi .

Kotisivu: www.graninlahiapury.fi

Hammashoito

Ajan hammaslääkärille tai suuhygienistille voi varata terveyskeskuksen hammashoitolan ajanvarauksesta arkisin klo 8–15 puh. (09) 5056 379.

Hammashoidon päivystys:

Arkipäivisin terveysaseman hammashoitolassa. Yhteydenotot aamupäivän aikana puh. (09) 5056 379.

Arki-iltaisin, viikonloppuna ja pyhinä Haartmanin sairaalassa, Meilahdessa. Soita ennen päivystykseen tuloa!
Puh. (09)310 49999 (ma-pe klo 14-21, la-su ja pyhäpäivät klo 8-21)

Harrastus / Kerhotoiminta

Ks. eläkeläisjärjestöt, Villa Breda, kansalaisopisto, seurakunnat.

Hoitomaksu

Pitkäaikaisesta laitoshoidosta peritään maksukyvyn mukainen hoitomaksu. Maksu on enintään 85 % hoidossa olevan nettokuukausituloista. Tuloiksi katsotaan eläke, elinkorot, elatustuki, syytinki sekä pääomasta sekä muusta omaisuudesta saatavat jatkuvat tulot kuten osingot ja vuokratulot.

Kun pitkäaikaishoidossa on pariskunnan enemmän ansaitseva puoliso, hoitomaksu on 42,5 % puolisoiden yhteenlasketuista nettotuloista. Kun hoidossa on vähemmän ansaitseva puoliso, hoitomaksu on 85 % hänen nettotuloistaan. Jos molemmat puoliset ovat pitkäaikaisessa laitoshoidossa, maksua määrättäessä otetaan huomioon molempien tulot erikseen, ja maksu molempien osalta on enintään 85 % kuukausituloista.

Maksu määräytyy kuitenkin aina siten, että potilaan käyttöön jää vähintään 105 euroa kuukaudessa.

Hoitotarvikkeet

Terveyskeskus jakaa kuntalaisille pitkäaikaisten sairauksien omahoidossa tarvittavia hoitotarvikkeita ja -välineitä. Maksuttomia hoitotarvikkeita saa hoitavan lääkärin lähetteen perusteella. Lisätietoja puh. (09) 5056229. Puhelimitse saa henkilökohtaista palvelua ma-to klo 12-13. Sähköposti: hoitotarvikejakelu@kauniainen.fi

Hoitotestamentti ja hoitotahto

Hoitotestamentin ja hoitotahdon avulla henkilö ilmaisee tahtonsa sellaisessa tilanteessa, jossa hän ei itse kykene päätöksentekoon. Hoitotestamentin tai -tahdon voi antaa lähiomaisilleen tai terveydenhuollon työntekijälle sairauskertomukseen liitettäväksi. Oma kappale kannattaa säilyttää muiden tärkeiden paperien joukossa.

Hoitotestamentti on henkilön tahdonilmaus omasta hoidostaan, jos hän vakavan sairauden, onnettomuuden tai vanhuuden heikkouden vuoksi menettää oikeustoimikelpoisuutensa.

Hoitotestamentissa määritellään ne tilat, jolloin luovutaan potilaan elämää lyhytaikaisesti pidentävistä, keinotekoisista elintoimintoja ylläpitävistä hoitotoimista. Hoitotestamenttilomakkeen saa terveyskeskuksen vastaanotosta tai sen voi tulostaa netistä, esim. www.thl.fi

Hoitotahdon avulla muistisairautta sairastava ihminen voi ilmaista omaa hoitoaan koskevan tahdon sellaisen tilanteen varalta, että hän ei itse enää pysty osallistumaan hoitopäätöksen tekemiseen.

Hoitotahdossa voidaan mm. ilmaista suostumus tai kielto tiettyihin hoitotoimenpiteisiin, nimetä sijaispäättäjä hoitoa koskeviin ratkaisuihin sekä esittää toiveita hoivan ja elämänlaadun suhteen. Hoitotahtolomakkeita saa netistä www.muistiliitto.fi
Muistiliiton puh. (09) 6226 200.

Hoivakoti Villa Anemone

ks. Villa Anemone

Hyvinvointia edistävät kotikäynnit

Kauniaisten sosiaali- ja terveyspalveluiden työntekijä tekee jokaiselle 80 vuotta kuluvana vuonna täyttävälle kotikäynnin, jonka avulla

kartoitetaan kotona selviytymistä ja terveydentilaa. Käynti sovitaan etukäteen asiakkaan kanssa.

Hyväksikäyttö

Ks. kaltoinkohtelu

Intervallihoido

Ks. lyhytaikainen ympärivuorokautinen hoito

Jalkojenhoito / jalkahoito

Veteraanit voivat käydä kolmesti vuodessa jalkahoidossa itse valitsemassaan hoitopaikassa. Kaupunki korvaa enintään 40 €/kerta maksavat hoidot maksukuitteja vastaan. Maksukuitit toimitetaan terveyskeskuksen toimistonhoitajalle. Diabetesasiakkaat voivat hakea terveyskeskuslääkäriltä maksusitoumuslähetteen jalkojenhoitajalle.

Jorvin sairaala

Puh. (09) 471 1

Käyntiosoite Turuntie 150, Espoo

Järjestötoiminta ja sen kautta saatava palvelu

Ks. vapaaehtoistoiminta

Kaltoinkohtelu

Suomen vanhusten turvakotiyhdistys ry antaa neuvoja ja ohjausta kaltoinkohtelua, hyväksikäyttöä tai väkivaltaa tai niiden uhkaa kokeneelle ikäihmiselle tai hänen läheiselleen. Valtakunnallinen ja maksuton auttava puhelin päivystää tiistaisin ja torstaisin klo 12–15, puh. 0800–06776. Lakineuvontaa joka parillisen viikon keskiviikkona klo 16–18, puh. (09) 7262 422. Lisätietoja www.suvantory.fi

Kansalaisopisto

Kauniaisten kansalaisopisto on kaksikielinen oppilaitos, joka tarjoaa monipuolisia harrastemahdollisuuksia sekä päivä- että ilta-aikaan,

myös erityisesti ikäihmisille tarkoitettuja kursseja. Ks. lisää kansalaisopiston kurssiesitteestä tai www.kauniainen.fi/kansalaisopisto
Toimisto: puh. (09) 5056 274 (ma-to klo 9–15)
sähköposti petra@kauniainen.fi

Kaunis Grani

Kaunis Grani on Kauniaisten kaksikielinen paikallislehti, joka jaetaan ilmaiseksi jokaiseen kauniaislaiseen talouteen sekä Espoon lähialueille. Lehti ilmestyy 15 kertaa vuodessa.

Kauppapalvelu (kotihoiton asiakkaille)

Kotihoiton asiakkaat voivat kauppapalvelun kautta tilata kotiin ruokatarvikkeita 2 kertaa viikossa. Kauppapalvelusta lisätietoja kotihoiton ohjaajalta puh. (09) 5056 461 (klo 8–10).

Kaupunkikortti

Ks. kuljetuspalvelu

Kela (Kansaneläkelaitos)

Lähimmät Kelan toimistot ovat Leppävaarassa (Leppävaarankatu 10) ja Espoon keskuksessa (Kamreerintie 8) sekä Tapiolassa (Tapiontori).

Kelan toimistoihin ei voi soittaa. Eri tukimuodoista voi tiedustella puhelimitse ma-pe klo 8–18 seuraavista numeroista:

Eläkeasiat 020 692 202

Omaisien kuoltua 020 692 208

Vammaistuet 020 692 211

Sairastaminen 020 692 204

Kuntoutus 020 692 205

Maasta- ja maahanmuutto 020 692 20

Kelan nettisivut www.kela.fi.

Kirjasto

Kauniaislaisille, jotka

eivät vamman, sairauden tai korkean iän vuoksi pääse

kirjastoon, on tarjolla monipuolista kirjastopalvelua sekä kerran

kuukaudessa ilmaisena erikoispalveluna ”Kirja tulee”-palvelu. Palvelun voi tilata numerosta (09) 5056 407.

Kirjastossa on tarvitseville äänikirjoja ja isotekstisiä kir-

joja sekä mm. ikäihmisille tarkoitettuja atk-kirjoja. Seniornet

ryhmässä aloittelijat voivat tutustua Internetiin ja tietokoneiden

käyttöön. Ryhmä kokoontuu kirjastossa joka toinen torstai klo 13-15,

Kirjasto Thurmaninaukio 6,

puh. (09) 5056 400.

Kodin muutostyöt

Ks. asunnon muutostyöt

Kotihoito

Kotihoidon palveluja annetaan sairauden, ikääntymisen tai

perhetilanteen johdosta. Kotihoidon työntekijä ja asiakas sopivat

palveluista yhdessä ja ne kirjataan hoito- ja palvelusuunnitelmaan.

Palvelut ovat maksullisia. Kotihoidossa pyritään auttamisen ohella

kuntouttamaan eli pitämään yllä asiakkaan omaa toimintakykyä.

Kotihoitoon ei kuulu siivousapu. Kotihoidon palvelua on saatavilla klo

8-22 välillä. Kotihoidon puh. (09) 5056 462 (ma-pe klo 12-13) .

Kotitalousvähennys

Kotitalousvähennys haetaan verovirastosta. Vähennykseen oikeuttavat

esim. tavanomainen kotitaloustyö, hoiva- ja hoitotyö, kodin tai vapaa-ajan asunnon kunnossapito- ja perusparannustyöt. Lisäksi kelpaavat kodin tieto- ja viestintäteknikkaan liittyvien laitteiden asennus, kunnossapito ja opastustyöt. Kotitalousvähennyksen saa vähennykseen oikeuttavan työn maksaja.

Työ on tehtävä joko maksajan omassa asunnossa tai hänen vanhempiansa, isovanhempiansa tai appivanhempiansa käytössä olevassa asunnossa. Vanhempiin sekä appi- ja isovanhempiin rinnastetaan myös heidän puolisonsa. Myös kuolinpesä voi saada kotitalousvähennyksen, mutta ainoastaan henkilön kuolinvuodelta. Asunto-osakeyhtiö ei voi saada kotitalousvähennystä.

Lisätietoja: www.vero.fi > kotitalousvähennys Lähin verovirasto: Tapiolan palvelupiste Länsituulentie 4, puh. 020 612 000 (vaihde). Avoinna ma-pe klo 9-16.15.

Kriisiapu

Ks. sosiaali- ja kriisipäivystys

Kuljetuspalvelu

Kaupunki voi myöntää kuljetustukea eli kaupunkikortin niille ikäihmisille, jotka eivät pysty käyttämään julkisia kulkuvälineitä sairauden tai muun liikkumista vaikeuttavan syyn vuoksi.

Kuljetustukeen tarvitaan lääkärin lausunto. Kuljetustukea ei myönnetä, jos yksinasuvan bruttotulot ylittävät 1 820,00 €/kk tai pariskunnalla 3 357,00 €/kk. Tukea haetaan kotihoidon ohjaajalta lomakkeella, joita saa terveyskeskuksesta ja kotihoidon ohjaajalta. Kotihoidon ohjaajan tavoittaa varmimmin klo 8-10 puh. (09) 5056 461. Vaikeavammaisten kuljetuspalvelusta saa tietoja sosiaalityöntekijöiltä, puh. (09) 5056 244 tai (09) 5056 241 tai (09) 5056 266 (klo 10-11).

Kuntoutus

Kuntoutuksella tuetaan päivittäisiä toimia silloin kun toimintakyky on

heikentynyt. Lisäksi panostetaan ennaltaehkäisyyn mm. fysioterapeuttisen ryhmätoiminnan ja harjoitteluterapian avulla. Kuntoutus voidaan toteuttaa avo-, laitos- tai kotikuntoutuksena. Kuntoutus on asiakaslähtöistä ja tavoitteellista ja siinä huomioidaan asiakkaan fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset voimavarat. Lisätietoja kuntoutukseen liittyvistä asioista arkisin klo 12–13, puh. (09) 5056 381 /fysioterapia. Veteraanien avo- ja laituskuntoutuksesta lisätietoja saa terveystieteiden tutkimuskeskuksen toimistonhoitajalta, puh. (09) 5056 374.

Kuulopalvelu

Espoon kuulohuoltoyhdistys ry neuvoo mm. kuulolaitteiden käytössä ja niiden hankinnassa. Yhdistyksen toiminta perustuu vapaaehtoistoimintaan ja neuvojat vierailevat esim. Villa Bredassa n. 3–4 kertaa vuodessa. Vierailuista tiedotetaan Villa Bredan ilmoituksessa Kaunis Granissa ja palvelukeskuksessa. Kuulopalvelu ei tee kuulotutkimuksia eikä kuulolaitteiden korjauksia.

Kulttuuri

Kauniaisissa on monipuolinen kulttuuritarjonta taiteen ja musiikin ystäville. Tilaisuuksista ilmoitetaan Kaunis Granissa, kaupungin kotisivuilla ja erillisillä tiedotteilla ja esitteillä. Toimipaikkoina mm. Uusi Paviljonki, Vallmogård ja Villa Junghans.

Laboratorio

HUS LAB toimii terveystieteiden tutkimuskeskuksessa (Asematie 19) ilman ajanvarausta arkisin klo 8–14.30. Palvelu edellyttää terveystieteiden tutkimuskeskuksen lähetystä.

Laitoshoito

Ks. ympärivuorokautinen hoito

Liikunta

Liikuntatoimi järjestää ikääntyville ohjattuja liikuntaryhmiä kevät- ja syyslukukaudella. Ohjatut liikuntaryhmät painottuvat vesiliikuntaan,

ohjattuun ja omatoimiseen kuntosaliharjoitteluun sekä voimisteluryhmiin. Kaikkien liikuntaryhmien ohjauskieli on suomi ja ruotsi. Kurssihinnat vaihtelevat 50–70€/lukukausi. 65 vuotta täyttäneet kauniaislaiset voivat noutaa uimahallista +65 uintikortin, joka oikeuttaa maksuttomaan uintiin Kauniaisten uimahallissa. Kauniaislaiset omaishoitajat ovat oikeutettuja maksuttomiin liikuntapalveluihin. Omaishoitajakortin ja lisätietoja liikuntaryhmistä saa liikunnanohjaajalta puh. 050–5556 252. Tiedot liikuntaryhmien ajankohdista löytyvät netistä www.kauniainen.fi > Liikuntapalvelut > Ohjattu liikunta

Kansalaisopistolla on runsas tarjonta erilaisia kaikille avoimia liikuntakursseja. Kurssien kesto on yleensä 12–13 viikkoa lukukaudessa. Kurssien hinnat vaihtelevat 24–72 €. Erityisesti ikäihmisille suunnattuja kursseja ovat mm. Senioritanssi, Senioririvitanssi, Pilates senioreille, Pilates flow senioreille, Joogaa jatkajille A ja B, Lihastasapainojumppa, Venyttely, Meridiaanivenyttely, Miesten kuntosalijumppa. Ks. lisää kansalaisopiston kurssiesitteestä tai www.kauniainen.fi/kansalaisopisto. Toimisto: puh. (09) 5056 274 (ma–to klo 9–15), sähköpostiosoite petra@kauniainen.fi

Lounasruokailu

Lounasruokailu Villa Bredan palvelukeskuksessa viitenä päivänä viikossa klo 11–13.30. Ruokalippuja voi ostaa Villa Bredan infosta klo 11–12.30. Lounaslista löytyy Kaunis Granista, netistä www.kauniainen.fi/bredalounaat sekä Villa Bredan infosta. Osoite Bredantie 16. Infon puh. (09) 5056 455 (klo 9–13).

Villa Bredan kuljetuspalvelu auttaa niitä eläkeläisiä, jotka eivät omin avuin pääse palvelukeskukseen aterioimaan tai harrastamaan. Edestakaisesta kuljetuksesta peritään 4 €. Kuljetuspalvelusta voi

tiedustella Villa Bredan infosta tai kuljettajalta 050-500 4132.

Lumityöt ja katujen kunnossapito

Julkisten alueiden kunnossapitoyksikkö hoitaa liikenneväylien, puistojen ja leikkipuistojen, puistometsien, Gallträskin, liikenneväylien viheralueiden, yleisten alueiden ja osin myös kaupungin omistuksessa olevien kiinteistöjen ulkoalueiden kunnossapidon. Kaupungin kunnossapitomestari, puh. (09) 5056 391 tai 050-548 0391
Yksityisalueen kunnossapitoasioissa voi ottaa yhteyttä kyseisen alueen yksityisiin huoltoyhtiöihin.

Lyhytaikainen ympärivuorokautinen hoito (intervallihoito)

Lyhytaikaista laitoshoidoa tai intervallihoitoa voidaan järjestää kotona asuvalle ikäihmiselle, joka tilapäisesti tai jaksoittain tarvitsee hoitopaikkaa kunnan heikkenemisen tai hoitavan omaisen loman ajaksi (esim. omaishoitajien lakisääteiset vapaat). Lisätietoja antavat kaupungin laitosten osastonhoitajat:

Tammikumpu puh. (09) 5056 510

Villa Anemone puh. (09) 5056 528

Villa Breda puh. (09) 5056 465

Lääkemaksukatto

Mikäli kalenterivuoden aikana ostettujen reseptilääkkeiden omavastuuosuuksien yhteissumma ylittää Kelan määrittämän vuotuisen kattosumman (612,62 € vuonna 2015), korvaa Kela tämän jälkeen hankitut lääkkeet kokonaan 1,50 euron lääkekohtaisen omavastuun jälkeen. Kun maksukatto täyttyy, Kela lähettää asiakkaalle ilmoituksen, jonka perusteella saa lääkkeiden lisäkorvauksen suoraan apteekista.

Lääkärin vastaanotto

Kiireellinen hoidon tarve: Jos tarvitset hoitoa saman päivän aikana soita mieluiten aamulla klo 8-10 puh. (09) 8789 1300. Kiireellistä

hoitoa vaativat mm. äkilliset, kovat säryt ja kivut (mm. rintakipu), haavat, hengitysvaikeudet sekä päivystysluonteista hoitoa vaativat mielenterveyshäiriöt. Häätätilanteessa terveysasemalle voi tulla ilman ajanvarausta ja soittoa suoraan silloin, kun se on auki eli ma-pe klo 8–16.

Kiireettömät asiat: ajanvaraus klo 12–15 puh. (09) 8789 1300.

Mielenterveyspalvelut

Psykologilla on vastaanotto terveyskeskuksessa. Puhelinaika ma, ke klo 11–11.30, puh. 050–5907 050. Psykiatrinen sairaanhoitaja, puh. 050–4118 644 ja mielenterveystyön palveluohjaaja, puh. 050–4357 465.

Muistisairaudet

Seniorineuvolan muistihoitajat tekevät muistihäiriötestejä.

Muistitestiin voi hakeutua oma-aloitteisesti ilman lääkärin lähetettä.

Ajanvaraus terveyskeskuksen vastaanotosta, puh. (09) 5056 600 (klo 8–16). Lisätietoja muistisairauksista saa Muistiliitosta, puh. (09) 6226 200.

Oikeusapu

Oikeusapu tarkoittaa, että kansalainen voi saada itselleen oikeudellisen asian hoitamista varten avustajan kokonaan tai osittain valtion varoilla. Oikeusapu kattaa kaikki oikeudelliset asiat.

Oikeusapua ei yleensä myönnetä, jos hakijalla on oikeusturvavakuutus, josta asian kulut voidaan korvata.

Puhelinneuvontaa arkisin klo 12.30–13, puh. 010 366 0060 tai 010 086 370.

Espoon oikeusaputoimisto, Pihatörmä 1 A 25, 2krs (Olari)

Omaishoidontuki

Omaishoidon tuki käsittää rahallisen tuen ja palveluja. Rahallinen tuki

maksetaan omaiselle tai läheiselle, joka sitoutuu hoitamaan vanhusta, vammaista tai pitkäaikaissairasta kotona. Tuessa on kolme eri maksuluokkaa riippuen hoidon sitovuudesta ja raskaudesta. Hoitajan ja kaupungin välille tehtävään omaishoidon sopimukseen voidaan lisäksi liittää maksuttomia kotihoitoa tukevia palveluja. Lisätietoja antavat kotihoidon ohjaaja puh. (09) 505 6461 klo 8–10, yli 65-vuotiaat hakijat. Hakemuslomakkeita on saatavissa sosiaalitoimistosta, terveyskeskuksen vastaanotosta ja kotihoidon toimistosta sekä netistä www.kauniainen.fi
> Vanhuspalvelut > Omaishoidon tuki.

Palvelukeskus Villa Breda

Ks. Villa Breda

Palvelulinja

Kauniaisten palvelulinjan on tarkoitus palvella kaikkia kuntalaisia ja erityisesti asukkaita niissä kaupunginosissa, joissa ei ole normaalia joukkoliikennettä. Palvelulinjaa hoitaa Westendin Linja Oy valkoisella pikkubussilla. Reitin pääkohteena on keskusta kauppoineen ja kirjasto, Villa Breda sekä uimahalli. Pyydettyäessä linja kulkee esim. terveyskeskuksen kautta. Palvelulinja ajetaan maanantaista perjantaihin, ympyrälinjana kaksi vuoroa kumpaankin suuntaan; ensin kaksi kertaa vastapäivään, sitten kaksi myötäpäivään. Lisätietoja palvelulinjan reitistä saa Liikenneinfosta, puh. 0100 111 (ma–pe klo 7–19 ja la–su klo 9–17) (0,98 €/puhelu + pvm). Palvelulinjan reittikartan voi noutaa Villa Bredasta tai kaupungintalolta. Palvelulinjalla matkustaminen on muuttunut maksulliseksi vuoden 2011 alusta.

Palvelutarpeen arviointi

Palvelutarpeen arviointi tehdään esim. kun asiakas tarvitsee kotihoidon palveluja. Arviointi tehdään yhdessä asiakkaan ja/tai hänen omaisensa kanssa. Arvioinnin tavoitteena on tunnistaa asiakkaan voimavarat ja ennaltaehkäistä ongelmia sekä turvata oikea-aikaiset

palvelut. Yli 75-vuotiaiden asiakkaiden kohdalla palvelutarpeen arviointi tehdään viimeistään seitsemäntenä arkipäivänä yhteydenotosta. Kotihoidon puh. (09) 5056 462 (klo 12–13).

Pitkäaikaishoito

Pitkäaikaishoitoa annetaan Tammikummussa, Villa Anemonessa ja Villa Bredassa. Kaupunki järjestää pitkäaikaishoitoa myös ostopalveluna muilta palveluntuottajilta lähiseudulta. Ikäihmiselle tarkoituksenmukainen asumispalvelu suunnitellaan SAS-työryhmässä (SAS=selvitä, arvioi, sijoita). Pitkäaikaishoitoon hakeutumisesta tietoja kotihoidon ohjaajalta puh. (09) 5056 461 tai sähköpostitse kotihoidonohjaaja@kauniainen.fi

Poliisi

Yleinen hätänumero on 112.

Lähin poliisiasema on Espoon pääpoliisiasema Kilossa Nihtisillankuja 4, puh. 071 8730 281 (vaihde)

Potilasasiamies (Sosiaali- ja potilasasiamies)

Potilasasiamieheen voi ottaa yhteyttä asioissa, jotka koskevat terveydenhoitoa: hoitoon pääsyä, hoitoa, kohtelua ja tietosuojaa. Yhteydenottaja voi olla potilas, potilaan omainen, potilaan asioiden hoitaja tai henkilökunta. Puh.050-3612 655 (puhelinaika tiistaisin klo 17–19, muina aikoina voi jättää viestin tai soittopyynnön).

Puolison pitkäaikaishoidon maksu

Kun pitkäaikaishoidossa oleva henkilö on pariskunnan suurempituloinen puoliso, maksu määräytyy maksukyvyn mukaan niin, että molempien nettokuukausitulo lasketaan yhteen ja maksu on enintään 42,5 % yhteenlasketusta summasta. Ks. hoitomaksu.

Puheterapia

Puheterapeutin vastaanotto on terveyskeskuksessa. Puheterapeutin tehtäviä ovat kommunikaatiohäiriöiden ehkäisy, terapian tarpeen

arvioiminen, kuntoutuksen antaminen tai sen järjestäminen sekä seuranta. Puheterapeuttiin voi ottaa yhteyttä ma klo 10.30–11.30 ja to klo 12–13, puh. (09) 5056 355.

Pyykkipalvelu

Pyykkipalvelu toimii Villa Bredan palvelukeskuksen pesutuvassa kotihoidon hoitajien avustuksella kotihoidon asiakkaille. Lisätietoja kotihoidon ohjaajalta, puh. (09) 5056 461 (klo 8–10).

Päihdepalvelut

Espoon A-klinikka palvelee päihteiden väärinkäyttäjiä ja muita riippuvuusongelmaisia sekä heidän läheisiään. A-klinikan katkaisuhuoltoon voi hakeutua oma-aloitteisesti. Hoito suunnitellaan yksilöllisesti ja se on vapaaehtoista. Lääkärin vastaanotolle on varattava aika. Jatkohoitoa koskevissa asioissa ota yhteyttä kaupungin sosiaalityöntekijään. Lisätietoja päihdepalveluista kaupungin sosiaalityöntekijöiltä, puh. (09) 5056 244 tai (09) 5056 266 tai (09) 5056 241. Vaihde (09) 50561.

Päivystys

Terveyskeskus päivystää ajanvarauksella arkisin klo 8–16 numerossa (09) 8789 1300. Muina aikoina eli arkisin klo 16–08 ja viikonloppuisin sekä pyhäpäivinä ympäri vuorokauden päivystää Jorvin sairaalan terveyskeskuspäivystys, puh. (09) 4718 3300, Turuntie 150, Espoo. Päivystyksestä peritään päivystysmaksu.

Päivätoiminta

Ks. Villa Breda, kirjasto, liikunta, kulttuuri

Rintasyöpäseulonnat

Kaikki 50–69 -vuotiaat naiset saavat joka toinen vuosi kutsun ilmaiseen mammografiatutkimukseen. Kutsu lähetetään kotiin.

Rintamaveteraanit

Ks. veteraanit

Rokotukset

Terveydenhoitaja rokottaa perjantaisin klo 8–9 ilman ajanvarausta terveyskeskuksessa. Matkailijarokotuksissa on hyvä ottaa rokotus 2 kk ennen matkaa riittävän suojan saamiseksi. Rokotusasioista voi kysyä terveydenhoitajalta puh. (09) 8789 1332 12–13, torstaisin.

Ryhmäkoti Villa Apollo

Ks. Villa Apollo

Saattohoito

Saattohoidon tavoitteena on hoitaa potilasta niin, että hänen jäljellä olevan elämänsä (yleensä viikkoja) laatu on mahdollisimman hyvää, ilman kipuja ja muita haittaavia oireita. Vaikka parantavaa hoitoa ei enää ole, potilas saa edelleen hoitoa, ja vielä on paljon tehtävissä hänen olonsa helpottamiseksi. Saattohoito on turvallista ja jatkuvaa oireenmukaista hoitoa, jossa kunnioitetaan ihmisarvoa, itsemääräämisoikeutta, oikeudenmukaisuutta, oikeutta saada hyvää hoitoa sekä läheisten merkitystä. Saattohoitoa voidaan toteuttaa kotona kotihoidon avulla, Tammikummun terveyskeskussairaalan vuodeosastolla, Villa Bredan vanhainkodissa sekä Villa Anemonen hoivakodissa. Lisätietoja kotihoidon osastonhoitajalta puh. (09) 5056 536 sekä Tammikummun sairaalan osastonhoitajalta puh. (09) 5056 510.

Saattaja-apu

Lääkärikäyntiä tai muuta asiointia varten voi tiedustella saattajaa esim. vapaaehtoisilta Frendeiltä tai Granin Lähiavusta, puh. 040–5189 281, klo 9–13.

Saunapalvelu

Saunapalveluja tarjotaan Villa Bredan saunassa, jossa kotihoidon hoitajat huolehtivat hoito- ja palvelusuunnitelmassa sovituista kylvetyksistä. Omaishoidontuen asiakkaille saunapalvelu on maksuton. Saunapalveluista voi ottaa yhteyttä kotihoidon ohjaajaan, puh. (09) 5056 461 klo 8–10.

SAS-toiminta

SAS on lyhenne sanoista selvitä, arvioi, sijoita. Vanhustenpalvelujen SAS-työryhmän tehtävänä on suunnitella ikäihmiselle tarkoituksenmukaiset asumispalvelut ja muita tukipalveluja. Hakemuslomakkeita saa kotihoidonohjaajalta, puh. (09) 5056 461. Yhteyttä voi ottaa myös sähköpostitse kotihoidonohjaaja@kauniainen.fi

Seniorineuvola

Seniorineuvola on tarkoitettu yli 65-vuotiaille. Sairaanhoitajat tekevät terveystarkastuksia ja antavat terveysneuvontaa. Kirjeellä kutsutaan 69–70-vuotiaat, muut kutsutaan sähköiseen terveystarkastukseen. Puhelinaika torstaisin klo 12–13, puh. (09) 5056462. Ajan voi varata terveyskeskuksen vastaanotosta, puh. (09) 5056 600. Vastaanotto on terveysasemalla kotihoidon tiloissa.

Seurakunnat

Seurakunnat tarjoavat eläkeläisille viikoittain ohjelmaa ja virkistystä.

Lisätietoja seurakunnista:

Kauniaisten suomalainen seurakunta

kirkkoherranvirasto, puh. (09) 5123 710 ja diakonia

puh. 050–3017 028. Voit halutessasi pyytää diakoniatyöntekijän kotikäynnille.

Grankulla svenska församling

puh. (09) 5123 722 ja diakonia puh. 050–4393 208. Diakonin voi

halutessaan pyytää kotikäynnille.

Siivouspalvelu

Siivouspalvelua voi tiedustella lähiseudun palveluntuottajilta tai Granin Lähiavulta. Kaupungin kotihoidon palveluntarjontaan siivousapu ei kuulu.

Sosiaaliasiamies (Sosiaali- ja potilasasiamies)

Sosiaaliasiamies neuvoo sosiaalihuollon asiakkaita asiakaslain soveltamiseen liittyvissä kysymyksissä, avustaa asiakasta, jos asiakas haluaa tehdä muistutuksen sosiaalihuollon palvelun yhteydessä saamastaan kohtelusta sekä tiedottaa asiakkaan oikeuksista ja toimii niiden edistämiseksi. Sosiaaliasiamies ei tee päätöksiä eikä voi muuttaa viranomaisten päätöksiä. Puh. 050-3612 655 (puhelinaika tiistaisin klo 17-19, muina aikoina voi jättää viestin tai soittopyynnön).

Sosiaali- ja kriisipäivystys

Kauniaislaisia palvelee Espoon sosiaali- ja kriisipäivystys, joka toimii Jorvin sairaalan yhteydessä. Kriisi voi liittyä esimerkiksi pari- tai perhesuhteisiin, väkivaltaan, mielenterveyteen, päihteisiin, traumaattisiin kokemuksiin. Kriisi voi koskettaa yhtä henkilöä tai läheisten ryhmää. Voit soittaa halutessasi nimettömänä tai mennä käymään paikan päälle. Palvelu on maksutonta ja luottamuksellista. Avoimna ympäri vuorokauden, myös juhlapäihinä. Puh. (09) 8164 2439. Käyntiosoite Jorvin sairaala, Turun-
tie 150, 02740 Espoo.

Sosiaalitoimisto

Kauniaisten sosiaalitoimisto ja sosiaalityöntekijät toimivat kauppakeskus Granin yläkerroksessa, vanhan Kela-toimiston tiloissa osoitteessa Kauniaistentie 7. Kolmanteen kerrokseen pääsee hissillä.

Kaupungin sosiaalityöntekijältä ja sosiaaliohjaajalta voi kysyä esim. toimeentulotuesta, asunnon muutostöistä, vaikeavammaisen kuljetuksesta tai päihdeasioista.

Sosiaalityöntekijöillä ja sosiaaliohjaajalla on puhelinajat klo 10–11. Asiakasvastaanotto aikavarauksella. Sosiaaliohjaaja puh. (09) 5056 621. Sosiaalityöntekijät puh. (09) 5056 244 tai (09) 5056 266 tai (09) 5056 241 tai (09) 50561 (vaihde).

Myös palvelukeskuksen johtaja antaa ikäihmisille ja ympärivuorokautisessa hoidossa oleville asiakkaille ja heidän omaisilleen palveluohjausta sosiaalialan kysymyksissä, puh. (09) 5056 457.

Takuueläke

Takuueläkettä voi hakea Kelasta. Eläkettä voidaan myöntää, jos kaikki saadut eläkkeet ennen verotusta ovat yhteensä alle 739,81 €/kk. Takuueläkettä eivät pienennä eläkkeensaajan hoitotuki tai rintamalisä, ansiotulot, pääomatulot eikä omaisuus, ei myöskään omaishoidon tuki. Takuueläke voi vaikuttaa eläkkeen saajan mahdolliseen asumistukeen.

Tammikumpu

Terveyskeskussairaala Tammikummissa hoidetaan pitkäaikaista hoitoa ja huolenpitoa vaativia potilaita sekä akuutteja yleislääketieteen potilaita ja muista sairaaloista siirtyviä jatko- ja saattohoitopotilaita.

Hoitotyö on kuntouttavaa ja potilaan voimavaroja ylläpitävää. Omaisilla on mahdollisuus osallistua läheistensä hoitoon.

Kauniaisten terveyskeskuksen vuodeosasto sijaitsee Lippajärven rannalla puistomaisessa ympäristössä. Bussipysäkki on rakennuksen välittömässä läheisyydessä.

Tammikumpu, Lippajärventie 1,
puh. (09) 5056 510 (osastonhoitaja)

Terveydenhuollon maksukatto

Ks. asiakasmaksukatto

Terveyskeskus

Kiireellistä hoitoa vaativissa sairastapauksissa voi varata lääkäriajan samalle päivälle klo 8–10 numerosta (09) 8789 1300.

Hätätapauksessa terveysasemalle voi mennä suoraan.

Kiireetön ajanvaraus lääkärin tai sairaanhoitajan vastaanotolle, todistukset, pitkäaikaisen sairauden hoitoon liittyvät asiat tms. klo 12–15 puh. (09) 5056 600.

Terveyskeskus avoinna ma–pe 8–16,
osoite Asematie 19.

Terveyspalvelujen neuvonta

Yleinen terveysneuvonta 24 h, puh. (09) 87 10023.

Tietokoneohjaus

Ks. kirjasto ja Villa Bredan palvelukeskus.

Toimeentulotuki

Toimeentulotukea voidaan myöntää tilanteessa, jossa henkilön tai perheen tulot ja varat eivät riitä kattamaan välttämättömiä menoja.

Lisätietoja sosiaalityöntekijöiltä, puh. (09) 50561 (vaihde).

Toimeentulotuen hakemuslomake löytyy myös netistä osoitteesta www.kauniainen.fi > toimeentulotuki.

Toimintaterapeutti

Ks. fysioterapia.

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 on äkillisen sairaanhoidollisen tai muun avun tarvetta. Mikäli bruttotulot alittavat 2000 euroa kuukaudessa, voi kaupunki kustantaa puhelimen siten, että siitä peritään vain tuloihin perustuva kuukausimaksu. Turvapuhelimen hakulomakkeita on saatavissa kotihoidon ohjaajalta tai www.kauniainen.fi. Lisätietoja kotihoidon ohjaajalta puh. (09) 5056 461 klo 8–10.

Vammaisneuvosto

Kauniaisissa toimii Vammaisneuvosto, jonka tehtävänä on edistää ja seurata kaupunginhallinnon eri alueilla tapahtuvaa toimintaa vammaisten henkilöiden kannalta. Vammaisneuvosto kuuluu sosiaali- ja terveyslautakunnan alaisuuteen ja sen jäsenenä toimii vammaisjärjestöjen ja kaupungin eri toimialojen edustajia. Yhdyshenkilönä on vammaisneuvoston sihteeri, puh. (09) 5056 258.

Vanhainkoti Villa Breda

Ks. Villa Breda

Vanhusneuvosto

Kauniaisten vanhusneuvosto on kaupungin ja sen alueella asuvien ikäihmisten ja siellä toimivien eläkeläisjärjestöjen yhteistoimintaelin. Se kuuluu sosiaali- ja terveyslautakunnan alaisuuteen ja sen jäsenenä toimii eläkeläisjärjestöjen, muiden eläkeläisten ja sosiaali- ja terveyslautakunnan, sivistys-, liikunta ja yhdyskuntalautakunnan edustajia. Yhteyshenkilönä ja vanhusneuvoston sihteerinä toimii palvelukeskuksen johtaja, puh. (09) 5056 457. Lisätietoja vanhusneuvoston tehtävistä www.kauniainen.fi/vanhusneuvosto.

Vapaaehtoistoiminta (Frendit, Granin Lähiapu)

Vapaaehtoistoimintaa ja auttamista harjoittaa mm. Granin Lähiapu ry joka toimii useiden kauniaislaisten järjestöjen yhteistyöelimenä. Ks. kohta Granin Lähiapu. Myös seurakunnilla, eläkeläisjärjestöillä ja muilla paikallisilla yhdistyksillä on erilaista vapaaehtoistoimintaa. Lisätietoja saa kyseisiltä järjestöiltä.

Veteraanien palvelut

Rintamaveteraanit ovat oikeutettuja maksuttomaan hammashoittoon Kauniaisten terveyskeskuksessa. Myöskään terveyskeskusmaksua ei peritä ja mm. uinti on ilmaista. Veteraaneille tarkoitettua avo- ja laitostuntoutuksesta sekä muista veteraanipalveluista saa lisätietoja vuosittain ilmestyvästä veteraanioppaasta tai terveyskeskuksen toimistonhoitajalta puh. (09) 5056 374 Veteraaniopas löytyy myös netistä osoitteesta

http://www.kauniainen.fi/files/5047/Veteraaniopas_2015.pdf.

Veteraanioppaan linkki on myös Kauniaisten kaupungin nettisivuilla kohderyhmässä Sotainvalidit ja -veteraanit, kohdassa Lisätietoja.

Villa Anemone

Tammikummun yhteydessä toimiva 20-paikkainen hoivakoti tarjoaa ympärivuorokautista hoitoa muistisairaille ikäihmisille pitkäaikaisesti tai intervallijaksoina. Lisätietoja osastonhoitajalta, puh. (09) 5056 528. Osoite Lippajärventie 1.

Villa Apollo

Ryhmäkoti on tarkoitettu vanhuksille, jotka tarvitsevat runsaasti apua päivittäisissä toiminnaissa, mutta eivät kuitenkaan ympärivuorokautista hoitoa tai sairaalahoitoa. Asukkailta peritään maksuna vuokra, ateriamaksu, perusmaksu, mahdollinen turvapuhelinmaksu sekä yksilöllinen palvelumaksu, joka kattaa jokapäiväisen hoidon ja hoivan. Kotihoito vastaa ryhmäkodin toiminnasta. Asukasvalinnan tekee

kaupungin vanhuspalvelu. Lisätietoja kotihoidon osastonhoitajalta, puh. (09) 5056 536.

Villa Breda

Villa Bredan **palvelukeskus** tarjoaa monipuolisia palveluja ja toimintaa kauniaislaisille ikäihmisille.

Palvelukeskuksessa voi osallistua esim. kerhotoimintaan tai taideryhmään. Villa Bredassa kokoontuu mm. bridge-kerho, keskustelukerho, tiistai- ja perjantaikerho (Klubi Breda ja Muistiklubi) sekä Lupa unelmiin -taideryhmä. Kerho- ja muusta toiminnasta saa lisätietoja toiminnanohjaajalta, Saila Helokallio, puh. (09) 5056 452. Voit tehdä käsitöitä ja askarrella ammattilaisen opastuksella, seurustella, lukea päivän lehdet, pelata biljardia ym. Käytössä on myös tietokone Internet-yhteyksineen.

Palvelukeskuksessa voi syödä edullisen lounaan arkisin klo 11-13.30. Lounas sisältää salaattipöydän, lämpimän ruuan, jälkiruuan ja kahvin. Lounaslippuja voi ostaa infosta arkisin klo 11-12.30. Huom! Lounaslippujen myynti loppuu tuntia ennen lounasajan loppumista. 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. (09) 505 6455 tai kuljettajalta 050-5004132.

Villa Bredan alakerran liikuntasalissa on ikäihmisille sopivia kuntolaitteita. Kaupungin fysioterapeutti antaa opastusta laitteiden käytössä.

Tapahtumista ja ohjelmasta lisätietoja Kaunis Granista, palvelukeskuksen ilmoitustaululta ja puhelimitse toiminnanohjaajalta,

puh. (09) 5056 452 tai palvelukeskuksen infosta, puh. (09) 5056 455 (klo 9–13). Kuljetuspalvelua palvelukeskukseen voi tiedustella infosta tai kuljettajalta 050–5004 132. Palvelukeskuksen johtajan tavoittaa numerosta (09) 5056 457.

Villa Bredan **vanhainkoti** sijaitsee samassa rakennuksessa palvelukeskuksen kanssa. Vanhainkodissa on 18 paikkaa kahdessa kerroksessa niille vanhuksille, jotka tarvitsevat ympärivuorokautista hoitoa ja hoivaa eivätkä enää selviydy kotiloissa omaisten ja/tai kotihoidon turvin. Yksi paikoista on tarkoitettu intervalli- tai lyhytaikahoitoon. Lisätietoja antaa osastonhoitaja, puh. (09) 5056 458.

Osoite Bredantie 16.

Vuokra-asunnot eläkeläisille

Kaupungilla on noin 20 eläkeläisten vuokra-asuntoa osoitteissa Palokunnantie 7 (Villa Apollo) ja Palokunnantie 5. Asunnot ovat kooltaan 28–80 m². Suurin osa asunnoista ovat esteettömiä, jolloin mm. apuvälineiden kanssa liikkuminen on helpompaa. Villa Apollon asukkaat valitaan sosiaali- ja terveyslautakunnan määrittämin valintaperustein.

Vuokra-asuntoja haetaan asuntohakemuslomakkeella. Lomakkeita saa kaupungintalolta, Villa Bredasta ja kaupungin kotisivuilta www.kauniainen.fi/asuminen ja ympäristö.

Eläkeläisten vuokra-asuntohakemus palautetaan Villa Bredaan, Bredantie 16. Lisätietoja eläkeläisten vuokra-asunnoista ja hakuprosessista saa palvelukeskuksen johtajalta, puh. (09) 5056 457.

Väkivalta

Ks. kaltoin kohtelu.

Yleinen hätänumero 112

Hätänumeroon 112 tulee soittaa aina kiireellisissä, todellisissa hätätilanteissa hengen, terveyden, omaisuuden tai ympäristön ollessa uhattuna tai vaarassa, tai jos on syytä epäillä näin olevan.

Hätänumeroon ei soiteta kiireettömissä asioissa eikä kyselytarkoituksessa. Tämä pätee myös erilaisissa häiriö- ja poikkeustilanteissa, joissa tiedustelusoitot saattavat tukkia hätänumeron.

Hätänumeroon tulee soittaa myös silloin, jos haluaa ilmoittaa poliisille havaitsemastaan meneillä olevasta rikoksesta. Jos epäilyttää, onko kyseessä hätätilanne vai ei, on aina parempi soittaa hätänumeroon 112 kuin olla soittamatta.

Hätätilanteessa on tärkeintä muistaa hätänumero 112 ja soittaa siihen mahdollisimman nopeasti, jotta apu saadaan pikaisesti paikalle. Hätänumeroon soittamista ei tarvitse pelätä, eikä siihen soittamiseen tarvitse opetella mitään erityistä ohjetta. Ammattitaitoiset hätäkeskuspäivystäjät kysyvät tarvittavat kysymykset ja antavat neuvoja sekä opastavat soittajaa.

Ympäri vuorokautinen hoito

Ympäri vuorokautista hoitoa annetaan Tammikummussa, Villa Anemonessa ja Villa Bredassa. Ikäihmiselle tarkoitukseen mukainen asumispalvelu suunnitellaan SAS-työryhmässä (SAS=selvitä, arvioi, sijoita). Ympäri vuorokautiseen hoitoon hakeutumisesta tietoja kotihoidon ohjaajalta puh. (09) 5056 461 tai sähköpostitse kotihoidonohjaaja@kauniainen.fi

TÄRKEÄT PUHELINNUMEROT

Yleinen hätänumero 112

Poliisi 112

Terveysneuvonta 24 h (09) 87 10023

Terveyskeskuksen ajanvaraus (klo 8–16) (09) 87891300

Päivystys Jorvin sairaala klo (16–08) (09) 471 83 300
tai (09) 4711 (vaihde)

Myrkytyskeskus (09) 471 977

Taksi (Kauniaisten asema) 010 662 700

Taksi (kaupunkikorttiasiakkaat) 010 07 333

Taksi (Espoo, Kauniainen) 010 07 300

Kauniaisten kaupungin vaihde (09) 505 61