



Rovaniemi
Ikäihmisten palvelut

IKÄIHMISTEN PALVELUT



Ikäosaamiskeskus

Pohjolankatu 2 A,

96100 Rovaniemi

NESTORI – NEUVONTAA IKÄIHMISILLE

Nestori palvelee ikäihmisiä, heidän omaisiaan ja läheisiään monenlaisissa arjen asioihin liittyvissä kysymyksissä. Eri tukimuodoista ja palveluista saa tietoa ottamalla yhteyttä Nestorin neuvontapisteeseen.

- Avoinna arkisin ma-pe klo 9–14,
- Pohjolankatu 2 A, p. **016 322 2580**

SÄHKÖINEN ASIOINTIPALVELU

virtu.fi auttaa ikäihmisten arkeen liittyvissä asioissa ja ongelmatilanteissa. Vastaajina toimivat kaupungin ammattilaiset. Virtu-palvelupiste on sähköisen asiointin paikka, jossa kuntalainen voi käyttää virtu.fi -asiointipalveluja ja muita internetpalveluita.



ATERIAPALVELUT

Monipuolisella ja ravitsevalla aterialla tuetaan ikäihmisen toimintakyvyn edistämistä, terveyttä ja hyvinvointia. Ateriapalvelun kotiin kuljetettavat ateriat tukevat ikäihmisen asumista omassa kodissaan.

Aterian hinta määräytyy kaupunginhallituksen hyväksymän päätöksen mukaan.

Kotiin kuljetettu ateria maksaa 8,45 €/ ateria, kun bruttotulot ovat yli 1175 € /kk tai 6,75 €/ateria, kun bruttotulot ovat alle 1175 € /kk.

Kotiin kuljetettavat ateriat toimitetaan jäähdytettyinä maanantaina (ma + ti ateriat), keskiviikkona (ke + to ateriat) sekä perjantaina (pe–su ateriat) keskustan, Muurolan, Hirvaan ja Rautiosaaren alueelle.

Muut alueet: Tarkista ateriapalvelusta tai <https://www.rovaniemi.fi/fi/Palvelut/Ikaihmiset/Kotihoito/Ateriapalvelu>

Aterioiden jako tapahtuu pääsääntöisesti klo 9-13. Aterioiden tilaukset ja muutokset ma-pe klo 9-13 välillä.

Ateriailaukset ja muutokset p. 016 322 8197.

KULJETUSPALVELUT

Kuntalaisten liikkuminen turvataan ensisijaisesti julkisella liikenteellä, jota täydentävät ikäihmisten suosimat palvelu- ja asiointilinjat. Rovaniemen kaupunki voi myöntää sosiaalihuoltolain mukaista kuljetuspalvelua, mikäli ikäihmisellä on pitkäaikaisia ja huomattavia liikkumisongelmia ja jos kuljetuspalvelut ovat välttämättömiä jokapäiväisistä toiminnoista selviämiseksi. Kuljetustukea haetaan ottamalla yhteys Nestoriin. Vammaispalvelulain mukaiset kuljetustuet haetaan vammaispalvelun kautta.

Nestori p. 016 322 2580

Matkapalvelukeskuksen kuljetustilaukset p. 016 322 6900.

Kela-taksi p. 0800 302 240, terveydenhuoltoon liitännäiset kuljetukset.

Vammaissosiaalityönpalvelut, Rovakatu 1, 96100 Rovaniemi **Vammaissosiaalityön ohjaus ja neuvonta p. 016 322 6749.**

SOSIAALITYÖN PALVELUT

Ikäosaamiskeskuksen sosiaalityöntekijöiden tehtäviin kuuluu laaja-alaisesti 65 vuotta täyttäneiden rovanie-meläisten erilaisten pulmallisten elämäntilanteiden selvittely, kuten

- vaikeat perhetilanteet
- asumisen pulmat
- taloudellisten ongelmien selvittely
- edunvalvontaan liittyvät kysymykset
- sosiaalisen tuen antaminen muuttuneissa elämäntilanteissa tai elämänhallinnan vaikeuksissa

Yhteyden sosiaalityöntekijöihin saat soittamalla neuvontapiste **Nestoriin p. 016 322 2580.**

Sosiaalipäivystys palvelee 24/7 numerossa
p. 040 7266 965

APUVÄLINEET

Rovaniemen apuvälinepalveluista voi lainata liikkumista ja päivittäisiä toimintoja helpottavia apuvälineitä. Lainaus on maksutonta. Terveyskeskuksista on saatavilla maksutta lainaan joitakin vaikeita sairauksia sairastavien ikäihmisten hoidossa tarvittavia kertakäyttövälineitä sekä hoidossa tarvittavia laitteita. Sähköpyörätuolit ja erikoissängyt hankitaan tarvittaessa sairaanhoitopiirin kuntoutusyksiköistä lääkärin lähetteellä.

Apuvälinepalvelut, p. 040 756 4048, ma ja to klo 8-15:30 Kairatie 75 (kulku Mäntytien kautta, pihan perällä vasemmalla).

TURVAPUHELIN JA MUUT TURVALAITTEET

Turvapuhelin varmistaa, että apu on aina lähellä. Turvapuhelimeen on lisättävissä muita laitteita mm. ovi-vahti, liesivahti ja palohälytin. Turvapuhelinlaitteiston voi vuokrata myös lyhyeksi ajaksi. Rovaniemen kaupungin sopimustoimittaja on Stella turvapuhelinpalvelu ja turvapuhelinpalveluun liittyvät auttamiskäynnit ja asennukset hoitaa kaupungin kotihoito.

Lisätietoa **Nestorista p. 016 322 2580** tai teknologiaohjaajalta **p. 016 3224551**.

Alueella turvapalvelua tuottavia yrityksiä ovat mm.

Stella turvapuhelinpalvelu p. 010 408 8117,

Hämeen Ensiapupalvelu p. 0400 137 768 ja

Suvanto Hoiva p. 040 6533 222.

VERTAISTUKI JA VAPAAEHTOISTYÖ

Vertaistuki on samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien ihmisten kanssakäymistä. Rovaniemen alueella on useita toimijoita, jotka tarjoavat vapaaehtoistyöhön mahdollisuuksia, vertaistukea, tietoa ja muuta toimintaa.

Lapin Muistiyhdistys ry, Muistitupa, Lapinkatu 1,
p. 040 508 0482.

Napapiirin Omaishoitajat ry, Pohjolankatu 2, 4 krs.
p. 0400 987 633.

Vapaaehtoistyönkeskus **Neuvokas**, **p. 016 356 0292**

Punaisen Ristin ystävätoiminta, **p. 020 701 2560.**

Kauppatorin asukastupa, Pohjolankatu 4-6, toritaso,
p. 050 454 4604.

Rovaniemen seurakunta, Helmikammari,
Pohjolankatu 4, **p. 040 037 6472.**

ELÄKELÄISTOIMINTA

Eläkeläistila **Potkuri** on Rovaniemen kaupungin järjestämä tila, joka on tarkoitettu ensisijaisesti eläkeläis- ja veteraanijärjestöjen ja heidän harrasteryhmiensä käyttöön.

Tilavaraukset Asiakaspalveluyksikkö **Osviitta**, p. **016 322 6800**. Osviitta toimii Rovaniemen Olkkarin yhteydessä Rinteenkulman kauppakeskuksessa. Koskikatu 25, 2krs arkisin klo 9-16.

info.osviitta@rovaniemi.fi

Potkurin toimisto, Pohjolankatu 2 A 2krs p. **050 5658 120**.

Potkurista vastaava palveluesimies p. **016 322 8437**.

SENIORINEUVOLAT

Seniorineuvolat tarjoavat ennaltaehkäiseviä sosiaali- ja terveydenhuollon palveluja alueella asuville ikäihmisille. Seniorineuvolan terveydenhoitajan vastaanotot ovat lähipalveluja ja vastaanotoilla saa mm. ohjausta ja neuvontaa, tehdään pieniä toimenpiteitä (ompeleiden poisto, rokotukset jne.) ja sairaudenhoidon seurantaa.

Tarkemmat vastaanottoajat Rovaniemen kaupungin internet-sivuilta tai **Nestorista**, p. **016 322 2580**.

Keskustan seniorineuvola, Korkalonkatu 10 (Tapionkoti)

Ratantauksen seniorineuvola, Kaartokatu 14 (Aarnenpiha)

Saarenkylän seniorineuvola, Nahkurinpolku 5 (Nahkurinpolun kerhohuone)

Ounasrinteen seniorineuvola, Saaruantie 3 (Ounasrinteen kappeli)

Vaaranlammen seniorineuvola, Koulukuja 2 (lasten neuvola)

Rantaviirin seniorineuvola, Keltakangas 2-4 (Seurakunnan kerhotila)

Murolan Seniorineuvola, Totontie 7 (Palvelutalo)

Lohinivan seniorineuvola, ONNI-auto

Auttin neuvola, Koulumutka 20 ONNI-auto

Sinetän neuvola, Koulurinteentie 18

Meltauksen seniorineuvola, Opinpolku 12

Jaatilan seniorineuvola, ONNI-auto

Vanttauskosken neuvola, Vanttausku 5

LÄÄKINNÄLLINEN KUNTOUTUS

Kuntoutuksen yksilöterapioihin sekä ryhmiin tarvitaan lääkärin lähete.

Lähete toimitetaan kuntoutustyöryhmien sihteereille osoitteeseen: Metsäruusuntie 18, 96100 ROVANIEMI.

Fysioterapian ja aikuisten toimintaterapian ajanvaraus
p. 016 322 4232.



OMAISHOIDON TUKI

Omaishoitaja on henkilö, joka pitää huolta ikääntyneestä, sairaasta tai vammaisesta läheisestään. Omaishoidon tuki on lakisääteinen sosiaalipalvelu, jolla pyritään turvaamaan hoidettavalle riittävät sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut sekä hoidon jatkuvuus. Tukikokonaisuus voi sisältää mm. hoidettavalle annettavat palvelut, omaishoitajan hoitopalkkion, vapaapäivät ja muut omaishoitoa tukevat palvelut.

Lisätietoa **palveluohjaajilta**

p. 016 322 2568 tai p. 016 322 8109

Sähköposti tk-omaishoito@rovaniemi.fi



KOTIHOITO

Kotihoidon palveluiden avulla ikäihminen voi elää itsenäisesti ja turvallisesti omassa kodissaan omaisten ja muiden läheisten tuella. Kotihoito auttaa tarvittaessa asiakasta niissä päivittäisissä arjen toiminnoissa, joista asiakas ei itse selviydy. Se on perushoitoa ja huolenpitoa sekä omatoimisuuden ja sosiaalisen kanssakäymisen tukemista ja edistämistä.

Kotihoidon palvelut järjestetään arviointitiimistä tehdyn arvioinnin perusteella. Palvelut järjestetään joko kaupungin omana toimintana tai palvelusetelillä. Palveluseteli on yksi vaihtoehto hoito- ja palvelusuunnitelmassa sovittujen palvelujen hankkimiseen.

Tiedustelut kotihoidon palveluista Nestorista

p. 016 322 2580



Kotikuntoutus sisältyy joko osana kuntouttavaa kotihoitoa tai määräaikaista kotikuntoutusta mm. sairaalasta kotiin siirtymisen yhteydessä.

Kotiutustiimi toimii turvallisen sairaalasta kotiutuksen tukena.

Kotisairaanhoido

Rovaniemen kotisairaanhoido tarjoaa lääkärin määräämiä sairaanhoitopalveluja ikäihmisten koteihin. Kotisairaanhoido toimii yhteistyössä asiakkaan, omaisten ja muiden yhteistyötahojen kanssa. Kotisairaanhoidosta saa lisätietoja

Nestorista p. 016 322 2580

PÄIVÄPALVELUT

Päiväpalvelu tuo sisältöä asiakkaan kotona asumiseen ja sitä on mahdollista saada koko- tai puolipäivähoitona. Päiväpalvelu tarjoaa mm. perushoitoa ja huolenpitoa, ateriapalveluja, viriketoimintaa ja sosiaalista kanssakäymistä. Palvelu järjestetään joko kaupungin omana toimintana tai palvelusetelillä kaupungin hyväksymältä palveluyrittäjältä.

Tapionkoti, Korkalonkatu 10 ja

Onnelan päiväkeskus, Veitikantie 9.

Päivätoiminnan **palveluvastaava p. 040 752 5458.**

Lisätietoja **Nestorista p. 016 322 2580.**

VETERAANIPALVELUT

Kaupunki järjestää valtionkonttorin myöntämällä määrähalla rintamaveteraaneille kotiin annettavia palveluita ja kuntoutusta.

Asioita hoitavat:

Kotiin annettavat palvelut **p. 016 322 2585**

Kuntoutus **p. 016 322 4065.**

GERIATRIAN POLIKLINIKKA

Geriatrian poliklinikalla on muistipoliklinikka, kotikuntoutusta tukevaa toimintaa sekä eri asiantuntijoiden vastaanottoa toimintaa. Mikäli olet huolissasi omasta tai läheisen muistista, ota yhteyttä terveysasemalle tai seniorineuvolaan. Tarvittaessa sieltä ohjataan geriatrian poliklinikalle, jossa toteutetaan kokonaisvaltainen muistitilanteen selvittäminen ja sen pohjalta mahdolliset jatkotoimenpiteet.

Muistihoitaja tekee muistin laajemmat tutkimukset ja tarvittaessa tutkimuksia jatketaan muistipoliklinikalla. Yli 65-vuotiaat tulevat geriatrin vastaanotolle lääkärin läheteellä. Muistikoordinaattori toimii ikäihmisen ja omaisten tukena muistisairauden toteamisen jälkeen.

Muistipoliklinikka, Pohjolankatu 2

Muistihoitaja **p. 040 702 4967 ja 040 1928122**

Muistikoordinaattori **p. 050 575 2448.**

OIKEUDELLINEN ENNAKOINTI

Oikeudellisen ennakoinnin avulla on mahdollista päättää etukäteen miten itseä ja omia asioita hoidetaan, jos tulee myöhemmin toimintakyvyttömäksi.

EDUNVALVONTAVALTUUTUS

Lähipiiristä valittu luotettu henkilö saa edunvalvontavaltuutuksella valtuudet hoitaa talouteen ja omaisuuteen sekä terveyden- ja sairaanhoitoon liittyviä asioita.

Edunvalvontavaltuutus tulee voimaan vasta sitten, kun valtuutuksen laatinut henkilö on tullut itse kykenemättömäksi hoitamaan asioitaan ja valtuutus on saatettu voimaan maistraatissa.

HOITOTAHTO

Hoitotahto tehdään sellaisen tilanteen varalle, jossa henkilö ei ole enää kykenevä tekemään omaa hoitoaan koskevia päätöksiä esim. vakavan sairauden tai onnettomuuden vuoksi. Hoitotahdon voi tehdä esim. www.omakanta.fi – sivustolla.

Lisätietoja oikeudellisesta ennakoinnista saa mm.

Maistraatista www.maistraatti.fi

Oikeusaputoimistosta www.oikeus.fi

Neuvontapiste Nestorista p. 016 322 2580

TERVEYSASEMAT

Terveysasemat ovat avoinna ma-to klo 8-16, pe klo 8-15.

Rinteenkulman terveysasema, Koskikatu 25, 3.krs,
p. 016 322 4620.

Pulkamontien terveysasema, Pulkamontie 4,
p. 016 322 4610.

Urheilukadun terveysasema, Urheilukatu 5-7,
p. 016 322 4600.

Pikapoli palvelee Rinteenkulman terveysasemalla ilman ajanvarausta ma-to klo 8-15 ja pe 8-14. Pikapolilla ei asiointia puhelimitse.

Iltaisin ja viikonloppuisin

Lapin Keskussairaalan päivystys

Ounasvaarantie 22 **p. 016 322 4800**

Hätätilanteessa soita aina **hätänumeroon 112.**

Diabeteshoitotarvikejakelu

Diabeteshoitotarvikkeiden jakamisesta Rovaniemeläisille potilaille vastaa jatkossa jokainen hoitava yksikkö.

Terveysasemilla hoitosuhteessa olevat potilaat saavat diabeteksen hoitotarvikkeet omalta terveystasemaltaan, samoin potilaat joilla on hoitosuhde työterveyshuollossa.

Kotihoidon asiakkaat saavat diabeteksen hoitotarvikkeet oman alueensa hoitajan kautta.

Piekkarin diabetespolilta diabeteksen hoitotarvikkeet saavat keskussairaalan diabetespoliklinikan seurannoissa olevat lapset ja aikuiset sekä terveyskeskuksen diabetespoliklinikan hoidossa olevat asiakkaat.

Piekkarin diabetesvastaanotto

Sisäänkäynti on rautatieaseman puoleisesta päädyttä. Ilman ajanvarausta Pohjolankatu 2 B-ovi, 1 krs.

Ma klo 15–17

Hoitajan tavoittaa parhaiten arkisin klo 10–11

Diabeteshoitajien **p. 016 322 4404 tai**

p.016 322 4411.

Suun terveydenhuolto

Suun terveydenhuolto tarjoaa sekä kokonais- että kiireellisen hoidon palveluja. Hoidon tarve arvioidaan asiakkaan yhteydenoton yhteydessä. Käytössämme on keskitetty ajanvaraus, johon saat yhteyden soittamalla seuraavaan numeroon:

P. 016 322 4630

ma-to klo 8.00 - 15.30 ja pe klo 8 – 15

Hammaslääkäripäivystys

lauantaisin, sunnuntaisin ja arkipyhinä

P. 010 633 8330 klo 9.30 – 10.30 välisenä aikana.

Hammaslääkäripäivystys virka-ajan ja arkipäivien hammaslääkäripäivystyksen ulkopuolella

Kiireellisissä ensiaputapauksissa ota yhteys terveyskeskuksen päivystykseen:

klo 16 – 22 p. **016 322 4800**

klo 22 – 8 p. **016 328 2100**

KUNTOUTUSSAIRAALA JA HOIVAOSASTOT

Kuntoutussairaala, hoivaosastot, arviointiyksikkö ja kotisairaala tarjoavat ikäihmisille perusterveydenhuollon hoidon ja hoivan. Kotisairaalahoito on sairaalataisoista hoitoa asiakkaan kotona tai kotisairaalan tiloissa. Kotisairaalan asiakkaaksi tullaan lääkärin lähetteellä.

Pulkamontien kuntoutussairaala:

Osasto K1, Pulkamontie 4, p.016 322 4330

Osasto K2, Pulkamontie 4, p. 016 322 4340

Osasto K3, Pulkamontie 4, p. 016 322 4560

EHVI, Pulkamontie 4, p.016 322 4723

Kotisairaala, Pulkamontie 4, p. 040 731 9240

Näsmäntien yksiköt:

Arviointiyksikkö, Näsmäntie 17, p. 016 322 4570

Arviointiyksikössä on myös lyhytaikaista hoitoa (jaksohoitoa, kuntouttavaa hoitopaikan selvittelyä).

Hoivaosasto 2, Näsmäntie 17, p. 016 322 4728

PALVELUASUMINEN

Jos ikäihmisen kotona asuminen ei avuista huolimatta ole mahdollista, voi palveluasuminen tulla ajankoh-
taiseksi. Palvelutalojen palvelut määritellään yksilöllii-
sesti ja niillä pyritään ikäihmisen mahdollisimman laa-
dukkaaseen ja arvokkaaseen elämään. Tehostetussa
palveluasumisessa on ympärivuorokautista hoivaa ja
valvontaa, tavallisessa palveluasumisessa tai tuki-
asumisessa 24 tunnin hoivaa ja valvontaa ei välttä-
mättä ole.

Palveluasumiseen hakeminen ja lyhytaikainen ympärivuorokautinen hoito (jaksohoito)

Palveluasumisen hakemukset käsitellään moniamma-
tillisessa SAS-työryhmässä ja asukasvalinnat tehdään
kiireellisyysjärjestyksessä.

Lisätietoja **Nestorista p. 016 322 2580.**

Sas-hoitajat: p. 016 322 6631 ja p. 016 322 4647



Palvelutalot

Palveluasumista tarjoavat kaupungin omat yksiköt sekä yksityiset palvelutalot. Asumisyksiköt sijaitsevat eri puolilla kaupunkia.

Aaltorannan palvelutalo, Pohjatuulentie 2,
p. 016 322 4760 ja 016 322 4713.

Vastaava terveydenhoitaja **p. 016 322 8314.**

Näsmänkiepin palvelutalo, Näsmäntie 17:

Osastonhoitaja (osastot 1-2) **p. 016 322 4644,**

Osastonhoitaja (osastot 3-4) **p. 016 322 4576,**

Näsmänkieppi 1, p. 016 322 4724

Näsmänkieppi 2, p. 016 322 4714

Näsmänkieppi 3, p. 016 322 4734

Näsmänkieppi 4, p. 016 322 4716

Ryhmäkoti Metsätähti 1, Hangaspisto 2,
p. 016 322 4650.

Metsätähti 2, Hangaspisto 4,
p. 016 322 4660.

Osastonhoitaja **p. 016 322 8315.**

IKÄIHMISTEN PALVELUT

Pohjolankatu 2A, 96100 Rovaniemi

etunimi.sukunimi@rovaniemi.fi

HALLINTO

Palvelualuepäällikkö

p. 016 322 8031

Kotihoidon palveluesimies

p. 016 322 8283

Ikäosaamiskeskuksen palveluesimies

p. 016 322 8437

Ympäri vuorokautisen hoivan ja palveluasumisen palveluesimies

p. 016 322 6623

Sairaalatoiminnan palveluesimies

p. 016 322 8360

Ylilääkäri

p. 016 322 4351

www.rovaniemi.fi/ikaihmiset