



# **OMAISHOITON TIETOA JA TUKEA -PALVELUOPAS PIEKSÄMÄEN OMAIS- HOITAJILLE**

Oikeus muutokseen pidetään.  
Opasta päivitetään tarvittaessa.

**Hyvä lukija!**

Tämä opas on suunnattu Pieksämäellä sopimusomaishoitajina toimiville.

Oppaasta löydät sinulle ja omaisesi/läheisesi suunnatut palvelut Pieksämäellä.

Tehdessäsi omaishoitosopimuksen Pieksämäen kaupungin kanssa sinulla on oikeus omaishoidon laissa (L 937/2005) määriteltyihin palveluihin, kuten vapaapäivät, omaishoidon tuen palkkio, eläke- ja tapaturmavakuutusurva, valmennus sekä koulutus. Omaishoitosopimus on voimassa toistaiseksi tai määräaikaisesti.

## SISÄLLYS

OMAISHOITAJA.....	6
ASIAKKAANA OLO .....	6
OMAISHOITOSOPIMUS.....	6
HOITO- JA PALVELUSUUNNITELMA .....	7
OMAISHOIDON TUKI.....	7
Hoitopalkkio .....	8
Keskeytykset hoitopalkkion maksamisessa .....	8
Asiakkuuden päättyminen .....	9
ELÄKE- JA MUU VAKUUTUSTURVA .....	9
OMAISHOITAJAN VALMENNUS JA KOULUTUS .....	10
OMAISHOITAJAN HYVINVOINTI- JA TERVEYSTARKASTUKSET .....	10
OMAISHOITAJAN LAKISÄÄTEINEN VAPAA.....	11
VAPAIDEN KÄYTTÖMAHDOLLISUUDET .....	12
Lyhytaikainen intervallihoito .....	12
Lyhytaikainen perhehoito .....	12
Perhehoitaja .....	12
Sijaishoito .....	13
Päivätoiminta .....	13
Omaishoidon palveluseteli .....	13
SOSIAALI- JA TERVEYSPALVELUT .....	14
KELA .....	14
Hoitotuet.....	14
EU:n vammaiskortti .....	14
KOTIKUNTOUTUS .....	15

Fysioterapia lääkinnällisenä kuntoutuksena.....	15
<b>MUUT KAUPUNGIN TARJOAMAT LIIKUNTAMAHDOLLISUUDET.....</b>	<b>16</b>
<b>KOTIHOITO .....</b>	<b>16</b>
<b>HOITOTARVIKKEET .....</b>	<b>16</b>
<b>APUVÄLINEET .....</b>	<b>16</b>
<b>KOTIIN TUOTETTAVAT TUKIPALVELUT.....</b>	<b>17</b>
Ateriapalvelu .....	17
Kauppapalvelu .....	17
Turvapalvelu .....	18
<b>OMAIHOITAJIEN KUNTOUTUSKURSSIT .....</b>	<b>18</b>
<b>TUETUT LOMAT .....</b>	<b>19</b>
<b>EDUNVALVONTA .....</b>	<b>20</b>
Yleinen edunvalvonta.....	20
Edunvalvontavaltuus .....	20
<b>KODIN MUUTOSTYÖT.....</b>	<b>21</b>
<b>YHTEISTYÖ VAMMAISPALVELUN KANSSA.....</b>	<b>22</b>
Vammaispalvelun kautta saatavat kodin muutostyöt, apuvälineet, koneet ja laitteet .....	22
Henkilökohtainen apu .....	23
<b>YHTEISTYÖ PERHEIDENPALVELUN KANSSA.....</b>	<b>23</b>
<b>YHTEISTYÖ MIELENTERVEYS- JA PÄIHDEPALVELUJEN KANSSA.....</b>	<b>24</b>
<b>VAPAAEHTOISTOIMINTA .....</b>	<b>24</b>
<b>JÄRJESTÖ- JA MUU OMAISHOIDON TUKITOIMINTA.....</b>	<b>25</b>
<b>LIITE 1 .....</b>	<b>26</b>
Yksityisen kotihoidon tukipalvelujen tuottajat.....	26

**LIITE 2 Yhteydenottolupa ..... 35**

## OMAISHOITAJA

Omaishoitaja on henkilö, joka huolehtii omaisestaan/ läheisestään vammaisuuden, sairauden tai jonkun muun syyn takia, joka heikentää omaisen/läheisen selviytymistä arjessa.

Sopimusomaishoitaja on henkilö, joka on tehnyt omaishoidonsopimuksen hoidettavan asuinkunnan kanssa hoidettavan hoidosta.

## ASIAKKAANA OLO

Palveluohjauksella on keskeinen rooli omaishoitajan tukemisessa omaishoitotehtävissä. Sen tavoitteena on helpottaa, neuvoa, auttaa ja tukea omaishoitoperheiden arkea ja elämää. Palveluohjaaja työskentelee monialaisessa yhteistyössä eri tahojen ammattilaisten sekä omaisten kanssa. Omaishoitoa tuetaan myös muilla julkisen-, yksityisen-, tai kolmannen sektorin palveluilla, joita/jotka esittelemme oppaassa.

Pieksämäen kaupungin omaishoidon palveluohjaajan puhelinnumero **044 5883 317**  
Omaishoidosta löydätte lisää tietoa Pieksämäen kaupungin internetsivuilta  
<https://www.pieksamaki.fi/terveys-ja-hyvinvointi/ikaantuvien-palvelut/omaishoito/>

## OMAISHOITOSOPIMUS

Omaishoidon tuesta laaditaan sopimus omaishoitajan ja kunnan välille. Sopimus sisältää:

- Sopimus hoitopalkkiosta ja sen maksupäivästä
- Oikeus lakisääteisiin vapaisiin ja miten ne järjestetään
- Sopimuksen voimassaoloaika
- Hoitopalkkion maksamisen keskeytykset
- Lakisääteinen tapaturmavakuutus
- Sopimuksen irtisanominen
- Hoito- ja palvelusuunnitelma
- Hoitopalkkion määrä tarkistetaan vuosittain palkkakertoimella.

Mikäli sopimus tehdään määräaikaisena, sovitaan hoito- ja palvelusuunnitelmassa, miten hoito ja huolenpito omaishoitosisopimuksen päättymisen jälkeen toteutetaan.

## **HOITO- JA PALVELUSUUNNITELMA**

Hoito- ja palvelusuunnitelmasta käy ilmi omaishoitajan antaman hoidon määrä sekä sisältö. Omaishoidon tuesta on laadittava yhdessä hoidettavan ja omaishoitajan kanssa hoito- ja palvelusuunnitelma. Suunnitelmaan tulee liittää tiedot tämän lain mukaisista hoidettavan ja hoitajan oikeuksista koskevista säännöksistä ja niiden soveltamisesta. Lisäksi suunnitelmaan tulee kirjata ainakin:

- omaishoitajan antaman hoidon määrä ja sisältö
- muiden hoidettavalle tarpeellisten sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujen määrä ja sisältö
- omaishoitajan hoitotehtävää tukevien sosiaalihuollon palvelujen määrä ja sisältö
- miten hoidettavan hoito järjestetään hoitajan vapaan, terveydenhoitoon liittyvien käyntien tai muun poissaolon aikana

Hoito- ja palvelusuunnitelma sovitetaan yhteen asiakkaan muiden palvelujen ja tukitoimien kanssa. Suunnitelma on omaishoidettavalle ja -hoitajalle yhteinen omaishoidon tuen osalta. Mikäli omaishoitaja tarvitsee muita kuin hoitotehtävää tukevia sosiaalihuollon palveluja, laaditaan hänelle oma asiakassuunnitelma.

## **OMAISHOIDON TUKI**

Omaishoidon tuki on harkinnanvarainen sosiaalipalvelu, jota kunta järjestää varamiensa määrärahojen mukaan. Omaishoidon tuesta on säädetty laissa omaishoidon tuesta (L 937/2005).

Omaishoidon tuki sisältää hoidettavalle annettavat tarvittavat palvelut, hoitajalle hoitopalkkio ja vapaapäivät sekä muut omaishoitoa tukevat palvelut.

## Hoitopalkkio

Hoitopalkkio on veronalaista tuloa, joka maksetaan omaishoitajalle kuukausittain. Hoitopalkkio maksetaan kuun viimeisenä arkipäivänä. Jos maksupäivä osuu lauantaihin tai sunnuntaihin, maksetaan palkkio edellisenä arkipäivänä. Hoitopalkkiota eli omaishoidontukea varten sinun tulee toimittaa omaishoidon palveluohjaukseen etuuksia varten suunnattu verokortti. Voit tilata sen suoraan <https://www.vero.fi/sahkoiset-asiointipalvelut/omavero/> sivustolta tai soittaa verokorttipalveluun maanantaista perjantaihin klo 9–16:15 välillä puh. **029 497 000**

Tarkista omaishoidon tuen hoitopalkkion vaikutukset saamiisi muihin etuuksiin tai kysy asian selvittämiseksi neuvoa omaishoidon palveluohjauksesta.

Omaishoitajan on huolehdittava verokortin toimittamisesta omaishoidon palveluohjaukseen mahdollisimman pian vuoden alussa.

Hoitopalkkio määräytyy hoidettavan toimintakyvyn, hoidon sitovuuden ja vaativuuden sekä kokonaisarvion ja harkinnan perusteella. Toimintakyvyn, sitovuuden ja vaativuuden arvioinnissa käytetään arviointimittareita. Hoitopalkkio jakaantuu kolmeen eri maksuluokkaan hoidollisuuden ja hoidon vaativuuden mukaan.

Hoitopalkkio tarkistetaan kalenterivuositain työntekijän eläkelain (395/2006) 96 §:ssä tarkoitetulla palkkakertoimella.

## Keskeytykset hoitopalkkion maksamisessa

- Omaishoidon keskeytyessä äkillisesti hoitajasta johtuvasta syystä, hoitopalkkio keskeytyy 7 vuorokauden kuluttua.
- Jos omaishoito keskeytyy hoitajasta johtuvasta suunnitellusta/etukäteen tiedetystä syystä, hoitopalkkion maksaminen keskeytyy alusta alkaen.
- Jos omaishoito keskeytyy hoidettavan muusta kuin terveydellisestä syystä, hoitopalkkio keskeytyy heti.



- Jos omaishoidon keskeytyessä äkillisesti hoidettavan terveyden tilasta johtuvasta syystä, hoitopalkkio maksaminen keskeytyy yhden kalenterikuukauden kuluttua.

**Ota heti yhteyttä omaishoidon palveluohjaajaan, jos omaishoito keskeytyy!** Jos keskeytys jätetään ilmoittamatta, maksettu hoitopalkkio keskeytyksen ajalta voidaan periä takaisin.

### Asiakkuuden päättymisen

Omaishoidon tuki päättyy ilman irtisanomista kuluvan kuukauden loppuun, jonka aikana hoidettavan hoito johtuen terveydentilan muutoksista käy tarpeettomaksi. Kunta/kuntayhtymä voi irtisanoa omaishoidonsopimuksen kahden kuukauden irtisanomisajalla.

Omaishoitajan irtisanoessa sopimuksen on yhden kuukauden irtisanomisaika. Mikäli sopimuksen jatkaminen vaarantaa hoidettavan tai hoitajan terveyden tai turvallisuuden, tulee omaishoidon tuen sopimus purkaa välittömästi kunnan/kuntayhtymän toimesta. Hoitajaa ja hoidettavaa kuullaan ennen sopimuksen purkamisesta. Päätöksen sopimuksen päättymisestä tekee sopimuksen tehnyt viranhaltija. Omaishoitosopimusta koskeva riita käsitellään hallintoriita-asiana hallinto-oikeudessa siten kuin hallintolain käyttölaissa (586/1996) säädetään. Tarvittaessa omaishoitaja ohjataan vertaistukiryhmiin tai vapaaehtoistoimintaan ja hyvinvointi- ja terveystarkastukseen.

### ELÄKE- JA MUU VAKUUTUSTURVA

Omaishoitopalkkio kerryttää eläkettä alle 68 –vuotiaalle hoitajalle. Oikeus eläketurvaan ja tapaturmavakuutukseen kuuluu sopimusomaishoitajalle. Tarve sopimusomaishoitajan vastuuvakuutukseen sekä työttömyysturvaa koskeviin muutoksiin on selvitettävä erikseen.

Omaishoitosopimukseen kuuluu lakisääteinen tapaturmavakuutus, joka koskee hoitotilanteissa tai työmatkalla tapahtuvia tapaturmia. Vakuutus alkaa 17-vuotiaana, jatkuu

v. 1957 tai sitä ennen syntyneillä 68 vuoteen, vuosina 1958–1961 syntyneillä 69 vuoteen ja vuonna 1962 ja sen jälkeen syntyneillä 70 vuoteen. Yli 70-vuotiaiden osalta tulee olla oma vapaa-ajan tapaturmavakuutus.

## OMAISHOITAJAN VALMENNUS JA KOULUTUS

Omaishoitolain 3 a §:n mukaan (511/2016) kunnan/maakunnan on järjestettävä omaishoitajalle valmennusta ja koulutusta hoitotehtävää varten.

Valmennusta omaishoitajuuteen tapahtuu osana omaishoidontuen arviointijaksoa omaishoidon alkuvaiheessa sekä tarvittaessa, mikäli tilanne näin vaatii.

Omaishoitajaliiton paikallisjärjestö järjestää Ovet-valmennuksen. Koulutusta omaishoitajuuteen järjestetään myös yhdessä järjestöjen kanssa. Näistä tietoa jaetaan kirjeitse tai omaishoidon tukikäynnillä. Osallistuminen on vapaaehtoista.

## OMAISHOITAJAN HYVINVOINTI- JA TERVEYSTARKASTUKSET

Omaishoitajalla on lakisääteinen oikeus hyvinvointi- ja terveystarkastukseen omaishoidon tuen alkaessa sekä kahden vuoden välein tämän jälkeen.

- Maksuton
- Omaishoitaja ohjataan hyvinvointi- ja terveystarkastukseen omaishoidon arviointi- tai seurantakäynnillä.
- Sisältyy omaishoidontuen palvelukokonaisuuteen.
- Omaishoidon terveystarkastukset tekevät terveydenhoitajat.
- Yli 65-vuotiaat, ota yhteyttä puh.: **044 368 6762**.
- Alle 65-vuotiaat, ota yhteyttä puh.: **040 085 5759**.
- Hyvinvointi- ja terveystarkastuksessa selvitetään omaishoitajan fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä ja terveydentilaa, lisäksi selvitetään mahdolliset sairaudet ja niiden vaatima hoito sekä elämäntilanne ja sosiaaliset verkostot.
- Tarkastuksessa arvioidaan omaishoitajan kykyjä toimia omaishoitajana.
- Tarkastuksella tuetaan omaishoitajaa tekemään hänen omaa terveyttään ja hyvinvointiaan tukevia valintoja. Tarvittaessa ohjataan asiakas jatkohoitoon.

- Omaishoidon tukea ei myönnetä, jos hoitajalla on todettu muistisairaus, vakavia mielenterveyden ongelmia, päihteiden väärinkäyttöä tai mikäli perhetilanne tai muu elämäntilanne selvästi rajoittaa toimimasta omaishoitajana

## OMAISHOITAJAN LAKISÄÄTEINEN VAPAA

Omaishoitaja, jonka hoidon sitovuus ei ole ympärivuorokautista tai päivittäistä, on omaishoitajalla oikeus kahden vuorokauden vapaaseen kuukaudessa.

Mikäli omaishoitaja on sidottu hoitoon ympärivuorokauden tai päivittäin, on omaishoitajalla oikeus kolmen vuorokauden vapaaseen kuukaudessa.

Sitovuus katsotaan ympärivuorokautiseksi siitä huolimatta, että hoidettava viettää toistuvasti osan vuorokaudesta käyttäen kotinsa ulkopuolella järjestettyjä sosiaali- ja terveyspalveluja, saaden kuntoutusta tai opetusta. Lakisääteiset vapaat eivät vähennä hoitopalkkiota.

Lakisääteisen vapaan pitämiseen liittyviä ohjeistuksia:

- Mikäli hoito keskeytyy yli 14 vrk kalenterikuukauden aikana, ei ole oikeutta lakisääteiseen vapaaseen kalenterikuukautta kohti
- Asiakassuunnitelmaan kirjataan lakisääteisen vapaan järjestämisen muoto (intervallijaksot, palveluseteli, perhehoito)
- Asiakassuunnitelmaan kirjataan, mikäli omaishoitaja ei halua pitää lakisääteisiä vapaita
- Jos jaksohoito on säännöllistä, omaishoitajan tulee käyttää vapaapäivät jaksohoidon aikana.
- Omaishoitaja voi myös jaksottaa ja pitää lakisääteisen vapaan enintään kolmena alle vuorokauden pituisena jaksona siten, että jaksojen pituus yhteensä ei ylitä 24 tuntia. Vapaa, joka pidetään enintään kolmessa jaksossa, peritään yksi maksu vapaata vuorokautta kohti. Asiakasmaksu peritään ensimmäisen vapaajakson alkaessa. Sovi jaksottamisesta omaishoitotosopimuksessa.

- Lakisääteiset vapaat tulee pitää pääsääntöisesti kolmen kuukauden sisällä siitä, kun ne on ansaittu. Säännöllisten vapaapäivien pitäminen tukee omaishoitajan jaksamista. Edellisen vuoden lakisääteiset vapaat on käytettävä seuraavan vuoden tammikuun loppuun mennessä.

## VAPAIEN KÄYTTÖMAHDOLLISUUDET

Omaishoitosopimuksessa sovitaan, millä tavoin omaishoitajan vapaat järjestetään.

Lakisääteisen vapaan ajan hoito voidaan järjestää omaishoidettavalle joko:

- Toimeksiantosopimuksella (omainen) toteutettava sijaishoito kotona
- Perhehoito perhehoitajan kotona tai hoidettavan kotona
- Ympäri vuorokautinen hoito tai jaksohoito palveluasunnossa
- Päivätoiminta
- Palveluseteli
- Kotihoito

### Lyhytaikainen intervallihoito

Lyhytaikainen intervallihoito järjestetään Pieksämäen kaupungin osoittamassa palvelutalossa. Intervallijaksoista sovitaan palveluohjauksen kanssa etukäteen.

### Lyhytaikainen perhehoito

Lyhytaikainen perhehoito tapahtuu perhehoitajan kodissa sovitulla määräaikaisella ajanjaksolla. Perhehoidon tarkoitus on tarjota omaishoidettavalle kodinomaisen hoitopaikka omaishoitajan vapaapäivien ajaksi. Lyhytaikaisista perhehoidon jaksoista voit keskustella palveluohjauksen kanssa. Ennen hoitajaksojen alkamista, voit käydä tutustumassa omaisesi/läheisesi kanssa perhehoitokotiin ja perhehoitajaan.

### Perhehoitaja

Omaishoitajan vapaan järjestämiseksi voidaan omaishoidettavalle järjestää perhehoitoa perhekodissa tai hoidettavan kotona. Kotiin tuleva perhehoitaja on henkilö, joka on

käynyt perhehoitajavalmennuksen. Perhehoitaja tulee omaishoidettavan kotiin ja huolehtii hoidettavasta omaishoitajan päivävapaan aikana. Kotiin annetun perhehoidon pituus on 6–12 tuntia. Perhehoitaja käy tutustumassa ennen toimeksiantosopimusta omaishoitajaperheeseen. Perhehoitajan tehtävänä on huolehtia ja hoitaa omaishoidettavaa. Hän voi tehdä ruokaa tai leipoa, sekä käydä ulkoilemassa hoidettavan kanssa. Perhehoitajan työnkuvaan ei kuulu ulkotöiden tekeminen eikä siivous.

## **Sijaishoito**

Voit hakea omasta lähiverkostostasi hoidettavalle sijaishoitajan tekemään omaishoidon vapaapäiväsi. Kaupunki tekee sijaishoitajan kanssa toimeksiantosopimuksen sekä palvelupäätökseen. Toimeksiantosopimus on jatkuva ja siitä saa korvauksen kuukausittain. Tehdyt päivät ilmoitetaan palveluohjaajalle.

## **Päivätoiminta**

Omaishoitajan vapaapäivät voidaan järjestää päivätoiminnan avulla. Päivätoimintaa tarjotaan kokopäiväisenä. Iäkkäiden päivätoiminta toimii Abelin palvelukeskuksessa sekä palvelukeskus Peltokartanossa Jäppilässä. Vammaispalveluiden kautta saatava päivätoiminta haetaan vammaispalvelun sosiaalihoitajien kautta.

## **Omaishoidon palveluseteli**

Omaishoitajan on mahdollista saada sijainen kotiin hoitamaan läheistään. Pieksämäellä on käytössä palveluseteli, jolla voi ostaa omaishoitajien lakisääteisten vapaapäivien ajaksi hoivaa palveluasumisen yksikössä tai palveluna kotiin. Palveluseteleillä voi ostaa kotiin tuotettavia tukipalveluita. Niistä löytyy liite oppaan lopusta.

Palvelusetelillä hankittavat palvelut tulee hankkia Pieksämäen kaupungin hyväksymältä palveluntuottajalta. Palveluseteleitä voi saada 2 – 3 kappaletta kuukaudessa, jolloin vapaapäivät täyttyvät. Palvelusetelin voi jakaa useamman palveluntuottajan kesken. Omaishoitajien vapaapäivien palvelusetelit löytyvät niiden myöntämisen jälkeen osoitteesta [www.palse.fi](http://www.palse.fi).

## SOSIAALI- JA TERVEYSPALVELUT

Omaishoitajalla ja omaishoidettavalla on samanlaiset oikeudet kaikkiin kunnan tarjomiin sosiaali- ja terveystalveluihin kuin muilla kuntalaisilla.

### KELA

#### Hoitotuet

Omaishoidettava voi hakea Kansaeläkelaitoksen myöntämää eläkkeen saavan hoitotukea/16 vuotta täyttäneen vammaistukea. Hoitotukea voi hakea suoraan Kelan verkkosivuston kautta: <https://www.kela.fi/elaketta-saavan-hoitotuki-nain-haet> tai paperisena versiona, lomakkeen tunnus on EV256. Eläkettä saavan hoitotukea varten on oltava lääkärin c-todistus. Hoitotuki on veroton etuus.

Alle 16-vuotiaan vammaistukea voi hakea alle 16-vuotiaalle. Tietoa lisää vammaistuestä alaikäiselle: <https://www.kela.fi/vammaistuki-lapselle-nain-haet> Lomakkeen tunnus on EV258. Tukea ei voi hakea verkossa.

#### EU:n vammaiskortti

EU:n vammaiskortti on vapaaehtoisen osallistumisen sekä kommunikoinnin apuväline. Kortilla on helppo todentaa vammaisuus tai avustajan tarve eri tilanteissa. Vammaiskortti haetaan Kelalta hakemuslomakkeella. Vammaiskortti on vapaaehtoinen. Haettaessa korttia, peritään 10 euron maksu. Vammaiskortin voi saada, jos on saanut Kelalta myönteisen päätöksen

- alle 16-vuotiaan vammaistuesta
- 16 vuotta täyttäneen vammaistuesta
- Eläkettä saavan hoitotuesta
- Kuulovammaisen tulkkauspalvelusta
- Kuulo- ja näkövammaisen tulkkauspalvelu
- Puhevammaisen tulkkauspalvelu

Tai on saanut päätöksen:

- vammaispalvelulain mukainen päivätoiminnasta
- sosiaalihoitolain mukainen liikkumisen tuesta (ns. kuljetuspalvelupäätös)
- vammaispalvelulain mukainen palveluasumisesta
- henkilökohtainen avusta
- erityishuolto-ohjelman mukainen päätös ja siihen liittyvät palveluista
- erityisen tuen päätöksen
- vammaispalvelulain mukainen kuljetuspalvelusta
- näkövammaiskorttista
- omaishoitosopimus (vammaiskortti tarkoitettu omaishoidettavalle)
- saattajapalvelusta

Korttia voi hakea Kelan internetsivulta <https://www.kela.fi/nain-haet-vammaiskorttia> tai lupalomakkeella VK 1. EU:n vammaiskortista voi lukea lisää <https://www.vammaiskortti.fi/>

## **KOTIKUNTOUTUS**

Kotikuntoutus perustuu yksilölliseen arviointiin, jonka fysioterapeutti tekee kotihoidon, palveluohjaajien tai omaishoitajan pyynnöstä. Fysioterapeutti tulee tekemään kotikäynnin ja yksilöllisen arvion mukaan antaa kotikuntoutusohjeita tai aloittaa kotikuntoutus jakson asiakkaan kotiin. Fysioterapeutti voi ohjeistaa myös asiakkaan kotona käyviä eri alan ammattilaisia toteuttamaan kotikuntoutusohjeita yhdessä asiakkaan kanssa. Kotona tapahtuva kuntoutusjakso kestää 2-10 käyntikertaa. Erillistä lähetettä ei tarvita kotikuntoutuksen käynnistämiseen.

## **Fysioterapia lääkinnällisenä kuntoutuksena**

Mikäli asiakkaalla/omaishoidettavalla olisi perusteet saada fysioterapiaa lääkinnällisenä kuntoutuksena niin yksilöllisellä arviolla voidaan tehdä myös palvelusetelipyyntö

kuntoutustyöryhmään. Kuntoutustyöryhmä päättää lääkinnällisen kuntoutuksen palvelujen myöntämisestä yksilöllisen tarpeen mukaisesti, joka perustuu asiakkaalla olevaan hoito- ja kuntoutussuunnitelmaan.

## MUUT KAUPUNGIN TARJOAMAT LIIKUNTAMAHDOLLISUUDET

Kaupungin internetsivuilta <http://sport.pieksamaki.fi/liikuntapalvelut/> löytyy valikoima erilaisia mahdollisuuksia harrastaa liikuntaa, tai ottaa liikunnan ammattilaisiin yhteyttä.

## KOTIHOITO

On mahdollista saada kotiin avuksi kotihoitoa, esimerkiksi huolehtimaan omaishoidettavan lääkehoidosta tai suihkutuksesta. Kotihoidon maksut määräytyvät silloin kotihoiton käyntien ja omaishoidettavan tulojen perusteella. Kotihoito järjestetään aina palveluohjauksen kautta.

## HOITOTARVIKKEET

Omaishoidettavalla on oikeus saada hoitotarvikkeita, joihin kuuluvat pesulaput, käsi-neet, ruokalaput ja poikkilakanat. Nämä tilataan kotihoidosta numerosta **044 588 2297**.

Jos hoidettavalla on käytössä inkontinenssisuojat, hoitotarviketilaus tehdään yhdessä vaippatilauksen kanssa. Maksuttomiin vaippoihin tulee olla lääkärin lausunto, yhteydenotto terveyskeskuksen oman tiimin kautta. Terveyskeskuksen puhelinnumero on **015 788 4431**

## APUVÄLINEET

Apuvälineitä voi saada palveluohjaajan kautta tai ottamalla yhteyttä apuvälineyksikköön. Apuvälineyksikkö sijaitsee sairaalan ja terveyskeskuksen pohjakerroksessa yhdyskäytävällä. Osoite: Tapparakatu 1 - 3, 76100 Pieksämäki



Apuvälineyksikkö on auki tiistaisin ja torstaisin klo. 8:30 – 11:30, muina aikoina sovittu. Apuvälineyksiköstä voi lainata perusapuvälineitä, kuten rollaattorin tai nousutuen.

Lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineet, kuten näön, kuulon ja lasten apuvälineet sekä yksilölliset sähköiset apuvälineet hoidetaan Etelä-Savon (Essoten) alueellisen apuvälineyksikön kautta.

### **Pieksämäen apuvälineyksikkö**

puh. **044 368 6865**

Huolto ja korjaus, puh. **044 799 5296**.

### **Mikkelin alueellinen apuvälineyksikkö**

puh. **044 351 6511**

Soittoaika on maanantaina ja torstaina klo 8–12, ti–ke klo 8–16, pe klo 8–15.

## **KOTIIN TUOTETTAVAT TUKIPALVELUT**

Oppaan lopusta löytyy liite yksityisistä kotiin tuotettavien tukipalveluiden tuottajista. Ottamalla itse yhteyttä yrittäjiin, voit ostaa kotiin tuotettavia tukipalveluita kuten esimerkiksi: kauppapalvelu, siivous, pihatyöt, kodinhoitotyöt, kotisairaanhoidon työt, ulkoiluapu tai viriketoiminta.

### **Ateriapalvelu**

Pieksämäen kaupungin ruokaradan tarjoama säännöllinen tai määräaikainen ateriapalvelu myönnetään omaishoidon asiakkaille. Ruokapalvelu tilataan palveluohjauksen kautta. Yksityisiltä ateriapalveluiden tuottajilta voi tilata aterian oman tarpeen mukaan. Yksityiset ateriapalvelujen tuottajat löydät oppaan lopussa olevasta liitteestä.

### **Kauppapalvelu**

Kauppapalvelun tuottaa yksityinen palveluntarjoaja ja sen avaaminen vaatii tiliasiakkuutta SuurSavon Osuuskauppaan. Palvelun voit tilata palveluohjauksen kautta tai suoraan yrittäjältä.

## **Bovallius-Palvelut Oy**

Kauppapalvelu. Palvelusetelituottaja.

Tuija Helminen

Hallipussi 1, 76100 Pieksämäki

puh. **040 709 2378** kauppapalvelu

sähköpostit muotoa: [etunimi.sukunimi@bovallius.fi](mailto:etunimi.sukunimi@bovallius.fi)

<http://palvelut.bao.fi>

## **Turvapalvelu**

Turvapalveluun kuuluu turvapuhelin ja rannehälytin. On myös mahdollista saada ulkoveen ovihälytin, jos on pelkoa omaishoidettavan karkaamisesta. Turvapuhelin palvelut tuottaa yksityinen palveluntuottaja, joka laskuttaa suoraan asiakasta. Turvapuhelimen asennus ja huoltokäynnit hoitaa yksityinen palveluntuottaja.

Paikantava turvapalveluun kuuluu gps-signaalia lähettävä rannehälytin. Paikantavan turvapuhelimen laskuttaa kaupunki. Turvapalvelun voit tilata palveluohjauksesta **040 085 5721** tai **040 487 4903**

## **OMAISHOITAJIEN KUNTOUTUSKURSSIT**

Kela järjestää kuntoutuskursseja omaishoitajille. On myös kuntoutuskursseja, joihin voi osallistua omaishoidettavan kanssa. Kursseilla kiinnitetään huomiota omaishoitajan jaksamiseen, sekä etsitään erilaisia keinoja, miten voi stressiä lieventää sekä torjua. Kuntoutuskursseille ei ole ikärajaa. Kuntoutusta varten on pyydettävä lääkäriltä B-lausunto.

### **Kela/ kuntoutus**

Kurssitiedustelut ja hakulomakkeet

Avoimna arkisin klo 9–16.

Puh. **020 692 205**

Löydät Kelan tarjoamat kuntoutuskurssit myös täältä: [https://asiointi.kela.fi/kz\\_app/KZInternetApplication/YleiskyselyHakuUseCase](https://asiointi.kela.fi/kz_app/KZInternetApplication/YleiskyselyHakuUseCase)

## TUETUT LOMAT

Omaishoitajalla on myös mahdollisuus hakea tuettuja lomiamia. Lomissa on pieni oma-vastuu, jonka lomien järjestäjät asettavat. Lomiin sisältyvät ohjelma ja täyshoito. Tu-ettua lomaa voi hakea taloudellisin, terveydellisin tai sosiaalisin perustein. Tietoa tue-tuista lomista löydät täältä: <https://www.lomajarjestot.fi/> Voit myös ottaa puhelimitse yhteyttä eri lomajärjestöihin.

### **Hyvinvointilomat ry**

Haapaniemenkatu 14

00530 Helsinki

Puh. **010 830 3400**

toimisto@hyvinvointilomat.fi

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

### **Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto ry**

Ruoholahdenkatu 8, 4. krs

00250 Helsinki

Puh. **010 2193 460**

lomat@mtlh.fi

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

### **Nasy - Naiset Yhdessä ry**

Kansakoulukuja 3

00100 Helsinki

Puh. **045 102 7339**

toimisto@nasyloimat.fi

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

### **Solaris-lomat ry**

Kauppakaarre 1

00700 Helsinki

Puh. **0600 418 200**

solaris@solaris-lomat.fi

[www.solaris-lomat.fi](http://www.solaris-lomat.fi)

### **Svenska Semesterförbundet i Finland r.f**

#### **c/o Folkhälsan Välfärd Ab.**

Susanna Stenman

Raseborgsvägen 10

10600 Ekenäs

**Tel 050 304 7642**

susanna.stenman@folkhalsan.fi

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

## **EDUNVALVONTA**

### **Yleinen edunvalvonta**

Ilmoituksen toisen henkilön edunvalvonnan tarpeesta voi tehdä, jos hän ei itse kykene huolehtimaan asioistaan esimerkiksi heikentyneen terveydentilansa vuoksi, eikä hänen asioitaan saada hoidettua asianmukaisesti muulla tavoin. Edunvalvontaa ha-  
kiessa on esitettävä lääkärintodistus edunvalvonnan tarpeellisuudesta.

### **Digi- ja väestötietovirasto / Holhoustoimi**

PL 1001, 02151 Espoo

Puh. **029 553 6256** arkisin klo 9 – 15

### **Edunvalvontavaltuus**

Tekemällä edunvalvontavaltuutuksen, voi itse etukäteen varmistaa, kenen haluaa huolehtimaan asioistaan, kun oma toimintakyky on heikentynyt esimerkiksi sairauden vuoksi. Toimi näin:

- Laadi edunvalvontavaltakirja
- Huolehdi, että valtuutettu saa sen myös käsiinsä tarpeen tullen

- Valtuutettu hakee edunvalvontavaltuutuksen vahvistamista, kun valtuuttaja ei kykene huolehtimaan asioistaan itse

Lisätietoja:

### **Digi- ja väestötietovirasto**

Puh. **0295 536 256** arkisin klo 9 - 15

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

Aikuissosiaalityö ja ikäihmisten sosiaalityöntekijä neuvoo tarvittaessa edunvalvonta-asiassa. Aikuissosiaalityön numero **044 799 5460**, ikäihmisten sosiaalityöntekijä **044 368 6737**

## **KODIN MUUTOSTYÖT**

**Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus ARA** mahdollistaa kodin muutostyöt myöntämällä asumiseen ja rakentamiseen liittyviä avustuksia, tukia ja takauksia. **ARA** tukee ja avustaa erityisryhmien esimerkiksi iäkkäiden tai vammaisten asunto-oloja.

Voit hakea avustusta tai lainan takausta kodin muutostöihin heidän internetsivuiltaan:

[https://www.ara.fi/fi-FI/Lainat\\_ja\\_avustukset/Korjausavustukset/Korjausavustus\\_iakkaiden\\_ja\\_vammaisten\\_henkiloiden\\_asuntoihin](https://www.ara.fi/fi-FI/Lainat_ja_avustukset/Korjausavustukset/Korjausavustus_iakkaiden_ja_vammaisten_henkiloiden_asuntoihin)

tai ottamalla yhteyttä korjausavustusten puhelin- tai sähköpostipalveluun

Henkilöasiakkaat puh. **029 525 0818**

Yhteisöasiakkaat puh. **029 525 0918** (taloyhtiöt)

sähköposti: [korjausavustus.ara@ara.fi](mailto:korjausavustus.ara@ara.fi)

Palveluajat ovat tiistaista keskiviikkoon 9-11 ja 12-15

**Vanhustyön keskusliiton** kautta on mahdollista saada korjausneuvontaa yli 65- vuotiaille soittamalla Etelä-Savon alueen korjausneuvojalle. Korjausneuvojan kanssa käydään läpi asiakkaan perustiedot sekä tarvittavat muutostarpeet. Jos keskustelun aikana todetaan tarvetta muutostöille, sovitaan tapaaminen korjausneuvojan kanssa. Korjausneuvoja auttaa muutostöiden suunnittelussa sekä avustusten hakemisessa.

yhteystiedot:

**Etelä-Savon korjausneuvoja**

Rakennusinsinööri

Ismo Kortman

Puh. **050 065 1737**

ismo.kortman@vtkl.fi

[https://vtkl.fi/wp-content/uploads/2019/06/Ismo\\_Kortman\\_Korjausneuvojaesite.pdf](https://vtkl.fi/wp-content/uploads/2019/06/Ismo_Kortman_Korjausneuvojaesite.pdf)**YHTEISTYÖ VAMMAISPALVELUN KANSSA**

Kehitysvammaisten erityishuoltolain mukaisia palveluja annetaan henkilölle, jonka kehitys tai henkinen toiminta on estynyt tai häiriintynyt synnynnäisen tai kehitysiässä saadun sairauden tai vamman vuoksi. Omaishoidon palveluohjaus tekee yhteistyötä vammaispalvelun kanssa.

Vammaispalvelujen sosiaalityöntekijä puh. **040 012 9001**Vammaispalvelujen sosiaaliohjaaja ja alle 16-vuotiaat kehitysvammaiset, sosiaaliohjaaja puh. **050 344 2609**Yli 16-vuotiaat kehitysvammaiset, sosiaaliohjaaja puh. **044 588 2312**,Kehitysvammopalvelujen vs. sosiaalityöntekijä puh. **015 788 4117**.

Sosiaalityöntekijä ja -ohjaajat ovat parhaiten tavoitettavissa arkisin klo 09.00–10.00.

Taksikorttiasiat, laskujen käsittely Vammaispalvelun toimistosihteerin puh. **0400 85****5794**. Yksikön esimies, johtava sosiaalityöntekijä puh. **040 652 4150**.**Vammaispalvelun kautta saatavat kodin muutostyöt, apuvälineet, koneet ja laitteet**

Vaikeavammaiselle henkilölle korvataan asunnon muutostöistä sekä asuntoon kuuluvien välineiden ja laitteiden hankkimisesta johtuvat kohtuulliset kustannukset, mikäli hän tarvitsee niitä välttämättä tavanomaisista elämäntoiminnoissa suoriutumiseksi. Korvattavia asunnon muutostöitä ovat esim. kynnysten poistot, ovien leventäminen, tukikahvojen kiinnittäminen, wc- ja pesutilojen muutostyöt sekä luiskien asentaminen.

## Henkilökohtainen apu

Henkilökohtaisella avulla tarkoitetaan vaikeavammaisen henkilön tarpeellista avustamista kotona ja kodin ulkopuolella. Avustaminen päivittäisissä toimissa, työssä, opiskelussa ja harrastuksissa. Henkilökohtainen apu avustaa myös sosiaalisen vuorovaiikutuksen ylläpitämisessä sekä yhteiskunnallisessa osallistumisessa. Henkilökohtainen apu kuuluu vammaispalvelun kautta myönnettäviin palveluihin.

## YHTEISTYÖ PERHEIDENPALVELUN KANSSA

Omaishoidon palveluohjaaja tekee yhteistyötä perheidenpalvelun kanssa, kun kyseessä on alaikäinen omaishoidettava.

### Uudet yhteydenotot / ilmoitukset

sosiaaliohjaaja puh. **044 588 2373**

sosiaaliohjaaja puh. **044 588 3457**

### Tiimi 1. Sosiaalihuolto ja lastensuojelun avohuolto

Palvelutarpeen arvioinnit, sosiaalihuoltolain mukaiset palvelut sekä lastensuojelun avohuolto:

sosiaalityöntekijä puh. **044 588 2309**

sosiaalityöntekijä puh. **044 388 3302**

### Tiimi 2. Sosiaalihuolto ja lastensuojelun avohuolto

Palvelutarpeen arvioinnit, sosiaalihuoltolain mukaiset palvelut sekä lastensuojelun avohuolto:

sosiaalityöntekijä puh. **044 588 2307**

sosiaalityöntekijä puh. **044 799 5623**

### Tiimi 3. Lastensuojelun sijaishuolto

Lastensuojelun sijaishuollon sosiaalityö:

sosiaalityöntekijä puh. **044 088 2302**

sosiaalityöntekijä puh. **040 183 7688**

**Johtava sosiaalityöntekijä puh. 040 356 3981**

## YHTEISTYÖ MIELENTERVEYS- JA PÄIHDEPALVELUJEN KANSSA

### Mielenterveyspalvelut

mielenterveystalo.fi

Psykiatrian poliklinikka ja kuntoutustyöryhmä

Tapparakatu 1-3, 76100 Pieksämäki

puh. **015 788 4420**

### Päihdekliniikka

Päihdepoliklinikalle voi ottaa yhteyttä soittamalla päihdepoliklinikan toimistoon tai tulemalla käymään päivystysaikana ma–pe klo 9–11. Päihdepoliklinikka on avoinna ma–to klo 8–16 ja pe klo 8–14.

Osoite Tapparakatu 1–3, 76100 Pieksämäki.

Puh. **015 788 4420**.

## VAPAAEHTOISTOIMINTA

Järjestöt, yhdistykset ja seurakunnat tarjoavat vapaaehtoistoiminta-pohjalta perustuvia saatto- ja ulkoiluapua. Ottamalla yhteyttä:

### Neuvokas-toimintakeskus

#### Toiminnanjohtaja

Leena Majava

puh. **050 360 0019**

leena.majava@neuvokas.net

#### Toiminnanohjaaja

Sanna Kinnunen

puh. **050 360 0018**

vapaaehtoistoiminta@neuvokas.net

### vapaaehtoistyö.fi Pieksämäki

Janne Kuisma

[janne.kuisma@pieksamaki.fi](mailto:janne.kuisma@pieksamaki.fi)

Puh. **040 672 4370**



## JÄRJESTÖ- JA MUU OMAISHOIDON TUKITOIMINTA

Etelä-Savon Omaisoiva tukee omaishoitajan jaksamista tarjoamalla tietoa, ohjausta ja vertaistukea. Voit valita eri toimintamuodoista itsellesi sopivan ja tulla mukaan toimintaan. Jäsenyyttä ei vaadita. Jättämällä yhteydenottoluvan työntekijä ottaa sinuun yhteyttä. Yhteydenottopyynnön voi tehdä sähköisesti osoitteessa:

<https://www.pieksamaenomaishoitajat.fi/> -ota yhteyttä painikkeen kautta, soittamalla Pieksämäen Omaishoitajat ry:n työntekijöille tai palauttamalla yhteydenottolupalomake palveluohjaukseen tai Pieksämäen Omaishoitajat ry:n toimistoon. Antamiasi tietoja ei rekisteröidä eikä säilytetä.

### **Pieksämäen omaishoitajat ry**

- vertaistukea, virkistystä, ohjausta ja neuvontaa
- toimisto avoinna arkisin klo 9-15 (soita ja varmista, että olemme paikalla)

Häyrisentie 2, 76100 Pieksämäki

puh. **050 597 8836, 050 320 7771, 040 152 6938, 040 867 4534**

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

### **Omaishoitajaliitto**

- neuvontapuhelin ma-to 9-15

Hämeentie 105 A 18, 00550 Helsinki.

puh. **020 7806 599**

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

**Järjestö- ja yhdistystoiminta Pieksämäellä:** [https://www.pieksamaki.fi/wp-content/uploads/J%C3%A4rjest%C3%B6\\_yhdistystoiminta.pdf](https://www.pieksamaki.fi/wp-content/uploads/J%C3%A4rjest%C3%B6_yhdistystoiminta.pdf)

## LIITE 1

## Yksityisen kotihoidon tukipalvelujen tuottajat

Omaishoidon palvelusetelituottajista voi kysyä omaishoidon palveluohjaajalta.

Palvelunantaja	Palvelut	Yhteyshenkilö
<b>Bovallius-Palvelut Oy</b> Hallipussi 1, 76100 Pieksämäki puh. 040 709 2378 sähköpostit muotoa: <a href="mailto:etunimi.sukunimi@bovallius.fi">etu-nimi.sukunimi@bovallius.fi</a> <a href="http://palvelut.bao.fi">http://palvelut.bao.fi</a>	Kauppapalvelu	Tuija Helminen
<b>xtraEve - Kuntouttavat toimintapalvelut</b> Suntiontie 3, 76130 Pieksämäki puh. 040 580 2756 <a href="mailto:eve@extraeve.fi">eve@extraeve.fi</a> <a href="http://www.extraeve.fi">http://www.extraeve.fi</a>	Tukihenkilö- ja ystävätoiminta, avustaja, ohjaaja, tuetut kotihoidolliset työt	Eeva-Liisa Kröger
<b>Finn Soleado Oy</b> Pirttimäenkatu 35, 76150 Pieksämäki puh. 040 937 4880 <a href="mailto:mjanhunnen87@gmail.com">mjanhunnen87@gmail.com</a>	Siivous, pihatyöt (lumityöt, hiekoitus ym.), muut tukipalvelut, (asiointi ja ulkoiluapu keskustelu ym.), verenpaine- ja veren-sokeri- mittaukset ja –seurannat	Mika Janhunen
<b>GeriWell Oy</b> Ristimäenkatu 11 A 6, 50100 Mikkeli puh. 044 726 2800 asiakaspalvelu <a href="mailto:asiakaspalvelu@geriwell.fi">asiakaspalvelu@geriwell.fi</a> <a href="http://geriwell.fi">http://geriwell.fi</a>	Kotipalvelu, kotipalveluiden tukipalvelut, kodinhoito, kotisairaanhoido aikuisväestölle, lapsiperheille ja vammaisille	Sari Hellman

<p><b>Hennan Palvelut Oy</b> Liljantie 8, 76850 Naarajärvi puh. 045 615 4488 <a href="mailto:hennanpalvelut@gmail.com">hennanpalvelut@gmail.com</a></p>	<p>Saattaja-apu (esim. lääkäri-käynti), kauppa-apu, asiointiapu, ulkoiluapu, viriketoiminta</p>	<p>Henna Vasara</p>
<p><b>HLS-Avustajapalvelut Oy</b> (Spesio) Kirkkokatu 1, 70100 Kuopio puh. 050 388 6061 <a href="mailto:liisa.ronkanen@spesio.fi">liisa.ronkanen@spesio.fi</a> <a href="http://www.spesio.fi">http://www.spesio.fi</a></p>	<p>Omaishoitajan sijainen – palvelu, siivous, kauppa- ja asiointipalvelut, saattaja-apu</p>	<p>Liisa Ronkanen</p>
<p><b>Hoiva Mehiläinen Oy</b> Tuulensuuntori 1 D 97, 00580 Helsinki puh. 040 777 1131 Kimmo Karhu <a href="mailto:kimmo.karhu@mehilainen.fi">kimmo.karhu@mehilainen.fi</a> puh. 020 581 3480 asiakaspalvelu (ark. 8-15.30) <a href="https://www.mehilainen.fi">https://www.mehilainen.fi</a></p>	<p>Tukipalvelut, asiointi- ja ulkoiluapu, keskustelu</p>	<p>Kimmo Karhu</p>
<p><b>Hoivakehitys Oy</b> Nikulanmäentie 90 A, 76100 Pieksämäki puh. 020 761 4882 Mika Lemmetinen <a href="mailto:mika.lemettinen@hoivakehitys.fi">mika.lemettinen@hoivakehitys.fi</a> <a href="mailto:asiakaspalvelu@hoivakehitys.fi">asiakaspalvelu@hoivakehitys.fi</a> <a href="https://www.hoivakehitys.fi">https://www.hoivakehitys.fi</a></p>	<p>Kotihoito, kotisairaanhoido, laboratorionäytteiden otto, lääkehuolto, Siivous ja kotihoidon tukipalvelut, asiointi- ja lastenhoitoapu</p>	<p>Mika Lemettinen</p>
<p><b>Keski-Savon koti- ja hoivapalvelut</b> (ent. Palvelut Minna Niemi)</p>	<p>Kotisairaanhoido, koti- ja hoivapalvelut, pyykkipalvelu, siivous,</p>	<p>Minna Niemi</p>

<p>Liljantie 11, 76850 Naarajärvi  puh. 040 867 7678  <a href="mailto:minna@palvelutminnaniemi.fi">minna@palvelutminnaniemi.fi</a>  <a href="https://palvelutminnaniemi.fi">https://palvelutminnaniemi.fi</a></p>	<p>pihatyöt, kauppa- ja asiointipalvelut, muut tukipalvelut</p>	
<p><b>Kiinteistö- ja Kotisiivous Katri Köninki Oy</b>  PL 57, 76101 Pieksämäki  puh. 050 065 3598  <a href="mailto:katri.koninki@surffi.fi">katri.koninki@surffi.fi</a>  <a href="http://www.katrikoninki.fi">http://www.katrikoninki.fi</a></p>	<p>Kodinhoitajan apu, siivous, muut tukipalvelut (asiointi- ja ulkoiluapu, keskustelu ym.)</p>	<p>Katri Pulliainen</p>
<p><b>Koskimaa Pasi-Matti tmi</b>  Tukikohdantie 6, 76150 Pieksämäki  Puh. 044 094 2673  <a href="mailto:lasi-pasi@lasi-pasi.fi">lasi-pasi@lasi-pasi.fi</a>  <a href="http://www.lasi-pasi.fi">www.lasi-pasi.fi</a></p>	<p>Siivous- ja kotihoidon tukipalvelut</p>	<p>Pasi-Matti Koskimaa</p>
<p><b>Kotihoitopalvelu Tarja ja Merja Oy</b>  Lamminmäentie 350, 76780 Lamminmäki  puh. 050 048 8676 Tarja Romanen  <a href="mailto:tarkku1@gmail.com">tarkku1@gmail.com</a>  puh. 040 015 0280 Merja Lappeteläinen  <a href="mailto:merja.lappetelainen@gmail.com">merja.lappetelainen@gmail.com</a></p>	<p>Omaishoitajan lomitus, kauppa-asiointi asiakkaan kanssa, ruuanlaitto ja muut kotiaskareet, saattaja-apu, kylvetykset, haa-vahoidot ym., ylläpitosiivoukset, lapsiperheiden kotipalvelu, hoivapalvelut</p>	<p>Merja Lappeteläinen</p>
<p><b>Kotilounas K&amp;K Oy</b>  Kuusitie 41, 76120 Pieksämäki  Postios. Martantie 1 A 6, 76130 Pieksämäki</p>	<p>Ateriapalvelu kotiinkuljetuksella</p>	<p>Jenna Kosunen ja Sanna Korhonen</p>

<p>puh. 044 976 6244 <a href="mailto:kotilounaskk@gmail.com">kotilounaskk@gmail.com</a>  <a href="https://www.kotilounaskk.com">https://www.kotilounaskk.com</a></p>		
<p><b>Kotipalvelu Musakka tmi</b>  Riihiniementie 101 as. 6,  76620 Pyhitty  puh. 040 218 5604  <a href="mailto:maamus@gmail.com">maamus@gmail.com</a></p>	<p>Henkilökohtainen avustaja</p>	<p>Maarit Musakka</p>
<p><b>Kotisiivous ja hoivapalvelu Tuomi</b>  Kettulantie 522, 51900 Juva  puh. 050 322 3991  <a href="mailto:haajanentuula@gmail.com">haajanentuula@gmail.com</a>  <a href="http://www.siivousjahoivapalvelu.fi">www.siivousjahoivapalvelu.fi</a></p>	<p>Koti- ja hoitotyöt, siivous, ruuanlaitto, terveydentilan seuranta, asiointiapu, pesu- / suihkuapu seurustelu ulkoilu</p>	<p>Tuula Haajanen</p>
<p><b>KSK Kuntoutuspalvelut</b>  Keskuskatu 30, 76100 Pieksämäki  puh. 045 227 0797 (ensisijainen nro)  puh. 045 227 0786  <a href="mailto:mika.tiinen@kskkuntoutuspalvelut.fi">mika.tiinen@kskkuntoutuspalvelut.fi</a>  <a href="http://www.kskkuntoutuspalvelut.fi">http://www.kskkuntoutuspalvelut.fi</a></p>	<p>Kotihoito, asiointiapu, kotisairaanhoido, hoitotoimenpit., laboratorionäytteiden otto, Maren-määritys ja hoito, henkilökohtainen apu, omaishoidon sijaistaminen, jalkahoito kotikäyntinä, saattajapalvelut, viriketoiminta kotona ja kodin ulkop. keskustelu ja muut tukipalvelut, tukihenkilötoiminta sosiaaliohjaus</p>	<p>Mika Tiinen  Pete Putkonen</p>
<p><b>Kunnonkeskus Pieksämäki Oy</b>  Tallikankaankatu 3, 76100 Pieksämäki  puh. 015 341 699  <a href="mailto:toimisto@kunnonkeskus.fi">toimisto@kunnonkeskus.fi</a>  <a href="http://www.kunnonkeskus.fi">http://www.kunnonkeskus.fi</a></p>	<p>Muut tukipalvelut: jalkahoito kotikäyntinä</p>	

<p><b>Kuntoutumispalvelut</b>  <b>Henna Oranen Oy</b>  Värmintie 211 76280 Parta-  harju  puh. 050 544 4762 Henna  Oranen  <a href="mailto:henna@kpho.fi">henna@kpho.fi</a>  <a href="http://www.kpho.fi">http://www.kpho.fi</a></p>	<p>Kotihoito, siivous- ja kotihoidon tukipalvelut, lasten kotihoito omaishoidon vapaapäivinä, muut tukipalvelut</p>	<p>Henna Oranen</p>
<p><b>Liisa Koti Oy</b>  Torikatu 14, 76100 Pieksämäki  puh. 040 065 3662 <a href="mailto:maria.kuoppala@mattijaliisakoti.com">maria.kuoppala@mattijaliisakoti.com</a>  <a href="http://www.mattijaliisakoti.fi">http://www.mattijaliisakoti.fi</a></p>	<p>Kotipalvelu, lapsiperheiden kotipalvelu, kotisairaanhoido, laboratorionäytteiden otto, siivous, pihatyöt, ruuanlaittoapu, kauppa- ja asiointipalvelut, saattaja-apu, viriketoiminta asiakkaan kotona, muut tukipalvelut</p>	<p>Maria Kuoppala</p>
<p><b>Osuuskunta Jeesi</b>  Asemakatu 4, 76100 Pieksämäki  puh. 045 164 7457  <a href="http://www.jeesilahipalvelu.fi">http://www.jeesilahipalvelu.fi</a></p>	<p>Kotipalvelu, siivous, pihatyöt, kauppa- ja asiointipalvelut, hakemusten täyttöapu, kodin kunn.pito- ja korjaustyöt, lastenhoito, omaishoitajan sijaispalvelu, muut tukipalvelut</p>	<p>Lotta Salminen</p>
<p><b>Matti ja Liisa Koti Oy</b>  Kontioapuisto 36, 76120 Pieksämäki  puh. 040 028 2494  <a href="mailto:nikkarilankeittio@mattijaliisakoti.com">nikkarilankeittio@mattijaliisakoti.com</a>  <a href="http://www.mattijaliisakoti.fi">http://www.mattijaliisakoti.fi</a></p>	<p>Ateriapalvelu kotiinkuljetuksella (Minnan ja Satun ateriapalvelu)</p>	<p>Minna Auvinen</p>
<p><b>Menumat Oy</b>  Tikkurilantie 140 B, 01530 Vantaa</p>	<p>Ateriapalvelu kotiinkuljetuksella</p>	<p>Jan Weppling</p>

<p>puh. 040 175 8670 <a href="mailto:jan.weppling@menumat.fi">jan.weppling@menumat.fi</a> <a href="https://www.menumat.fi">https://www.menumat.fi</a></p>		
<p><b>Pieksämäen seudun 4H-yhdistys</b> Vilhulantie 5, 76850 Naarajärvi puh. 040 020 8973 <a href="mailto:jaana.lauttaanaho@4h.fi">jaana.lauttaanaho@4h.fi</a> <a href="https://pieksamaenseutu.4h.fi">https://pieksamaenseutu.4h.fi</a></p>	<p>Siivous, pihatyöt, asiointi- ja kauppa-apu, seurustelu ja ulkoiluapu.</p>	<p>Jaana Lauttaanaho</p>
<p><b>Pieksämäen Siivouspalvelu</b> Jakolantie 170, 76100 Pieksämäki puh. 040 823 9185</p>	<p>Siivous, pihatyöt, ruuan laittaminen, kauppa- ja asiointipalvelut, vaatehuolto henkilökohtainen avustaminen</p>	<p>Helvi Hyttinen</p>
<p><b>Pieksän KotiHoiva</b> Keskuskatu 6-10, 76100 Pieksämäki puh. 044 284 6732 <a href="mailto:tomi@pieksankotihoiva.fi">tomi@pieksankotihoiva.fi</a> <a href="https://pieksankotihoiva.fi">https://pieksankotihoiva.fi</a></p>	<p>Kotipalvelu, henkilökohtaisen avustajan palvelut, saattaja-apu, viriketoiminta, kauppa- ja asiointipalvelut, siivous- ja korjaustyöt, pihatyöt, kiinteistönhoito, pyykkipalvelu, lapsiperheiden kotipalvelu, muut tukipalvelut</p>	<p>Tomi Haapsaari</p>
<p><b>Savon Kotihoitopalvelu Ky</b> Metsäkouluntie 10, 76100 Pieksämäki puh. 040 590 3821 <a href="mailto:savonkotihoitopalvelu@gmail.com">savonkotihoitopalvelu@gmail.com</a></p>	<p>Kotisairaanhoido, kotipalvelua kaikenikäisille, kodin tukipalvelut ja siivoukset, etuuksien hakeminen/ohjaus, sairaalasta kotiutukset virkistys- ja saattaja-apu kauppakassi- ja apteekkipalvelu saunotus apuvälineiden toimitus</p>	<p>Anne Hämäläinen</p>
<p><b>Siara Oy / PK Pesuasema</b> Kaaritie 5, 76150 Pieksämäki</p>	<p>Pesulapalvelut, matot ja vaatteet</p>	

<p>puh. 040 939 1997  <a href="mailto:pkpesuasema@gmail.com">pkpesuasema@gmail.com</a>  <a href="https://pkpesuasema.fi">https://pkpesuasema.fi</a></p>		
<p><b>Siivous- ja kotipalvelu Pesonen</b>  Kaarnatie 12, 76120 Pieksämäki  puh. 044 280 1043 <a href="mailto:tarupesonen@hotmail.com">tarupesonen@hotmail.com</a></p>	<p>Siivous, asiointiapu, ruuan laittaminen, remonttipalvelu</p>	<p>Taru Pesonen</p>
<p><b>Stella Turvapuhelin Oy / AddSecure Smart Care Oy</b>  Bertel Jungin aukio 7, 02600 Espoo  Puh. 010 408 8117  <a href="mailto:turvapuhelin@addsecure.com">turvapuhelin@addsecure.com</a>  <a href="https://www.addsecure.fi">https://www.addsecure.fi</a></p>	<p>Turvapuhelinpalvelu, - puhelimen postitus, asiakas kytkee itse, asiakaspalvelu hälytyskeskustoiminta 24/7. Ei auttamistoimintaa. Lisätiedot asiakaspalvelusta</p>	
<p><b>Suomen Avustajapalvelut Oy</b>  Taivalmäki 9, 02200 Espoo  puh. 0400 392 899  <a href="mailto:jerry.pasanen@suomenavustajapalvelut.fi">jerry.pasanen@suomenavustajapalvelut.fi</a>  <a href="https://www.suomenavustajapalvelut.fi">https://www.suomenavustajapalvelut.fi</a></p>	<p>Henkilökohtaisen avustajan palvelut</p>	<p>Jerry Pasanen</p>
<p><b>Systole - Kotisairaanhoido- ja kotihoitopalvelut Oy</b>  Vättiläntie 833, 79620 Huutokoski  puh. 040 526 1546  <a href="mailto:p.sikanen@wippies.fi">p.sikanen@wippies.fi</a></p>	<p>Kotisairaanhoido, laboratori-onäytteiden otto, kotipalvelu, omaishoitajan lomitus, siivous ja muut kotityöt, etuuksien hakeminen/ohjaus, muut tukipalvelut</p>	<p>Päivi Sikanen</p>



<p><b>Team Manninen Oy</b> Hämeenkatu 27 A 1, 76100 Pieksämäki puh. 050 400 0481 <a href="mailto:aulimanninen9@gmail.com">aulimanninen9@gmail.com</a></p>	<p>Kodinhoitajan apu, siivous, saattaja-apu, omaishoitajan lo- mitus, kauppa- ja asiointipalve- lut, pyykkipalvelu/vaatehuolto, lapsiperheiden kotipalvelu, muut tukipalvelut</p>	<p>Auli Manninen</p>
<p><b>Tmi Pihavouti</b> Kotamäentie 2, 77570 Jäp- pilä puh. 040 744 4084 <a href="mailto:perttiauv@gmail.com">perttiauv@gmail.com</a></p>	<p>Pihatyöt: nurmikon leikkaus, lu- mityöt, pienet korjaustyöt, pui- den pilkonta, muut tukipalvelut: asiointiapu</p>	<p>Pertti Voutilainen</p>
<p><b>Tmi Seikun kotipalvelu</b> Loukeentie 26 A, 77430 Sii- kamäki puh. 040 575 3224 <a href="mailto:pulliainen.seija@gmail.com">pulliainen.seija@gmail.com</a></p>	<p>Kotipalvelu, lapsiperheiden ko- tipalvelu, siivous, pyykkipal- velu, kauppa- ja asiointipalve- lut, muut tukipalvelut</p>	<p>Seija Pulliainen</p>
<p><b>Tomi Hartikainen Oy</b> Pyhäluomen Myllyntie 59, 77220 Neuvola Puh. 040 835 0058 <a href="mailto:info@tomihartikainenoy.com">info@tomihartikainenoy.com</a> <a href="https://www.tomihartikainenoy.com">https://www.tomihartikai- nenoy.com</a></p>	<p>Siivous, kauppa- ja asiointipal- velut, ateriapalvelu, kiinteistön- hoito, henkilökohtainen avusta- minen</p>	<p>Tomi Hartikainen</p>
<p><b>Tomuvex / Modultime Oy</b> Myllykatu 14, 76100 Pieksä- mäki puh. 040 767 2666 <a href="mailto:leila.nyyssonen@tomuvex.fi">leila.nyyssonen@tomuvex.fi</a> <a href="http://www.tomuvex.fi">http://www.tomuvex.fi</a></p>	<p>Siivous, pihatyöt (lumityöt, hie- koitus ym.), muut tukipalvelut: asiointi- ja ulkoiluapu, keskus- telu ym.</p>	<p>Leila Nyysönen</p>
<p>Valkonen Leea Raakel</p>	<p>Muut tukipalvelut: jalkahoito ko- tikäyntinä</p>	<p>Leea Raakel Valko- nen</p>

<p>Torikatu 17 as. 5, 76100 Pieksämäki puh. 045 869 8270 <a href="mailto:leavalkonen@gmail.com">leavalkonen@gmail.com</a></p>		
<p><b>Via Dia Pieksämäki ry</b> Keskuskatu 24, 76100 Pieksämäki puh. 044 779 1111, 044 779 1118 <a href="mailto:kiinteistosatu.hirvonen@viadia.fi">kiinteistosatu.hirvonen@viadia.fi</a> . <a href="http://www.pieksamaenvaapaaseurakunta.fi/viadia.html">http://www.pieksamaenvaapaaseurakunta.fi/viadia.html</a></p>	<p>Kotipalvelun tukipalvelut mm. Siivous, kauppa- ja asiointiapu, pienimuotoiset koti-, ja pihatyöt</p>	<p>Satu Hirvonen</p>
<p><b>Virikepalvelu Seija Turklin .</b> Tihusniementie 551, 77570 Jäppilä puh. 050 032 2785 <a href="mailto:virikepalvelu.seija@gmail.com">virikepalvelu.seija@gmail.com</a> <a href="http://www.virikepalvelu-seija.fi">http://www.virikepalvelu-seija.fi</a></p>	<p>Kauppa- ja asiointipalvelut, saattaja-apu, ruuanlaitto- ja ulkoiluapu, viriketoiminta asiakkaan luona, virikekäynnit kodin ulkopuolelle</p>	<p>Seija Turklin</p>

## LIITE 2 Yhteydenottolupa

### YHTEYDENOTTOLUPA



Pieksämäen  
Omaishoitajat ry

Etelä-Savon OmaisOiva tukee omaishoitajan jaksamista tarjoamalla tietoa, ohjausta ja vertaistukea mahdollisimman lähellä kotia. Kun tarvitset eväitä omaishoitajana toimimiseen ja haluat viihtyä toisten omaishoitajien seurassa, tule mukaan. OmaisOivan eri toimintamuodoista voit valita itseäsi kiinnostavan ja sinulle sopivan.

Sinun ei tarvitse olla yhdistyksen jäsen eikä saada omaishoidontukea tullaksesi mukaan toimintaan!

***Etelä-Savon OmaisOivan (Pieksämäki ja Savonlinnan seutu) työntekijä voi ottaa minuun yhteyttä OmaisOiva -toimintaan liittyvissä asioissa.***

Nimi	
Osoite	
Puhelin	
Sähköposti	
Päiväys ja allekirjoitus	___ / ___ 2020

Antamiasi tietoja ei luovuteta Etelä-Savon OmaisOivan (Pieksämäki ja Savonlinnan seutu) ulkopuoliseen käyttöön.

Lomakkeen voit palauttaa Pieksämäen kaupungin omaishoidon palveluohjaajalle, sairaalan infoon palveluohjaaja Mervi Ylöselle osoitettuna, palveluneuvojalle tai Pieksämäen Omaishoitajat ry:n toimistoon, Häyrisentie 2, 76100 Pieksämäki. Yhteydenottopyynnön voit tehdä myös vapaamuotoisesti sähköpostitse tai soittaa työntekijöille. Antamiasi tietoja ei rekisteröidä eikä säilytetä.

#### **Pieksämäen Omaishoitajat ry**

Taina Turtio, toiminnanjohtaja p. 050 597 8836 taina.turtio@gmail.com

Mari Nykänen, omaistoiminnan ohjaaja p. 050 320 7771 mari.nykanen1@gmail.com

Etelä-Savon

**OmaisOiva**

## Lisätietoa

Digi ja väetötietovirasto, dvv.fi

Yksityisen kotihoidon tukipalvelujen tuottajat Pieksämäellä. <https://www.pieksamaki.fi/wpcontent/uploads/Yksityiset-kotihoidon-tukipalveluiden-tuottajat2020.pdf>

Kelan tarjoamat kuntoutusmahdollisuudet omaishoitajille <https://www.kela.fi/-/kela-tarjoaa-yhteista-kuntoutusta-omaishoitajille-ja-omaisille>

Kodin muutostyöt ARA <https://www.ara.fi/fi-FI/ARA>

L 937/2005 Laki omaishoidon tuesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2005/20050937>

Lomajärjestöt, <https://www.lomajarjestot.fi/>

Neuvokas <https://www.neuvokas.net>

Perhehoito <https://www.pieksamaki.fi/wp-content/uploads/ik%C3%A4ihmisten-ja-kehitysvammaisten-perhehoidon-toimintaohje.pdf>

Pieksämäki.fi

Sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksut Pieksämäellä 01.01.2020.

<https://www.pieksamaki.fi/wp-content/uploads/Sosiaali-ja-terveydenhuollon-asiakasmaksut-1.1.2020-lukien-Pieks%C3%A4m%C3%A4en-kaupungissa.pdf>

Sosiaali- ja terveysministeriö <https://stm.fi/omaishoito>

Vanhustyön keskusliitto, korjausneuvonta. <https://vtkl.fi/toiminta/korjausneuvonta>

Vapaaehtoistyö Pieksämäellä <https://vapaaehtoistyö.fi/pieksamaki/>

Omaishoitoliitto [www.omaishoitoliitto.fi](http://www.omaishoitoliitto.fi)

Kela.fi

Vammaiskortti.fi