



Iso apu –
palvelukeskuksen
ensineuvo
p. 05 352 2370

Palveluopas 2018

Imatra-Parikkala-Rautjärvi-Ruokolahti

ISO APU -PALVELUKESKUS

Iso apu -palvelukeskus kokoaa Eksoten vammais - ja vanhustenpalveluiden palveluneuvonnan ja -ohjauksen sekä sosiaalityön samaan taloon. Iso apu -palvelukeskus tehostaa vammais - ja vanhustenpalveluiden välistä yhteistyötä ja helpottaa asiakkaan asiointia palvelujärjestelmässä.

ENSINEUVO

Ensineuvossa annetaan palveluohjausta sosiaali- ja terveyspalvelujen tarpeessa oleville henkilöille ja heidän omaisilleen tai muille läheisille. Eksoten palveluohjaus on yksilöllistä ohjausta, neuvontaa ja hyvinvoinnin tukemista.

Yhteystiedot:

Iso apu – palvelukeskus
Esterinkatu 10,55100 Imatra
p. 05 352 2370
isoapu.palvelukeskus@eksote.fi
Avoinna ma-pe klo 9 -15

Iso apu -palvelukeskus
Kauppakatu 63, 53100 Lappeenranta
p. 05 352 2370
isoapu.palvelukeskus@eksote.fi
avoinna ma-pe klo 9 -15

Lappeenrannan Iso apu -palvelukeskuksessa sijaitsee **Toimiva Huusholli**, joka on avoinna ti-to klo 12 -14. Toimiva Huusholli on esittelykoti, jossa voit tutustua kotona asumista tukeviin ratkaisuihin, mm. seniorikalusteisiin, pienapuvälineisiin ja kodin turvallisuusratkaisuihin. Ryhmät voivat vieraila myös Toimivassa Huushollissa, ota yhteyttä ajan sopimiseksi p. 05 352 2370.

IKÄIHMISTEN PALVELUNEUVONTA JA – OHJAUS

Eksoten alueella asuvat ikäihmiset saavat yksilöllistä ohjausta ja neuvontaa, jonka tavoitteena on tukea omatoimista ja itsenäistä kotona asumista.

Imatran palvelupiste p. 05 352 2370, klo 9-15 arkipäivisin

Lappeenrannan palvelupiste p.05 352 2370, klo 9-15 arkipäivisin

Parikkalan palvelupiste

Palveluohjaaja on tavattavissa ilman ajanvarausta
ma, ti ja to klo 8-12
p. 040 651 1226

Rautjärven palvelupiste

Palveluohjaaja on tavattavissa ilman ajanvarausta maanantaista
torstaihin klo 8-12
p. 044 781 1313

Ruokolahden palvelupiste

Palveluohjaaja on tavattavissa ilman ajanvarausta ma, ti, to, pe klo
8.30–11.30,
p. 040 651 3999

EKSOTEN SÄHKÖINEN ASIOINTI

Eksoten sähköinen asiointi -sivulta löydät luotettavaa tietoa terveydestä ja hyvinvoinnista sekä Etelä-Karjalan asukkaille suunnatuista palveluista. Sivuilla voit testata terveyttäsi, etsiä tietoa sosiaali- ja terveystalvveluista sekä asioida kanssamme sähköisesti.

Eksoten sähköiseen asiointiin pääset kirjautumaan verkkopankkitunnuksilla tai mobiilivarmenteella ja sitä kautta voit asioida tietoturvalisesti sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten kanssa.

Sähköisen asiointin sivuilla:

- voit katsella kaikkia Eksoten terveystalveluiden ajanvarauksiasi.
- voit varata aikoja mm. hyvinvointi- ja terveystasemien hoitajille, Mallu-autoon, fysioterapian ohjaus- ja neuvontakäynnille, laboratoriokäynnille, hammashoittoon.
- voit viestiä turvallisesti hoitavan henkilöstön kanssa silloin, kun sinulle on annettu siihen oikeus.
- nettineuvosta voit saada tietoa yleisistä hyvinvointiin, terveyteen, sairauteen ja Eksoten palveluihin liittyvistä asioista.
- voit täyttää sähköisesti erilaisia lomakkeita

WWW.KANTA.FI

Eksote on liittynyt valtakunnalliseen Potilastiedon arkistoon, joka on osa uutta terveydenhuollon tietojärjestelmää, Kansallista Terveystarkistoa (Kanta). Siihen kuuluvat sähköinen resepti, Potilastiedon arkisto ja Tiedonhallintapalvelut, Lääketietokanta sekä Omakanta.

Omakantaan voit kirjautua omilla pankkitunnuksillasi, sähköisellä henkilökortilla tai mobiilivarmenteella. Omakanta on kansalaisille tarkoitettu palvelu, jossa voit internetissä osoitteessa www.kanta.fi katsella omia potilastietojasi, antaa suostumuksen tai kiellon tietojesi luovuttamiseen. Voit myös seurata mille terveydenhuollon toimijoille tietojasi on luovutettu. Näet palvelusta myös sinulle kirjoitetut sähköiset reseptit. Sähköisen asiointin sivuilta löydät luotettavaa tietoa terveydestä ja hyvinvoinnista sekä Etelä-Karjalan asukkaille suunnatuista palveluista. Sivuilla voit testata terveyttäsi, etsiä tietoa sosiaali- ja terveystalveluista sekä asioida kanssamme sähköisesti.

1. APUVÄLINEKESKUS.....	1
2. ASIAKASMAKSUKATTO	2
3. ASIAKASMAKSUT	3
4. ASIOINTIAPU.....	4
5. ASUMISPALVELUT.....	4
6. ASUNNOT	7
7. ASUNTOJEN KORJAUSAVUSTUKSET	7
8. ATERIAT.....	8
9. DIABETESHOITAJA.....	10
10. EDUNVALVONTA, EDUNVALVONTAVALTUUTUS ja OIKEUSAPU	10
11. HAMMASHUOLTO	12
12. HOITOTARVIKEJAKELU	13
14. KANSANELÄKELAITOS (KELA).....	15
15. KOTIHOIDON PALVELUT	19
16. KULJETUSPALVELUT	19
17. KUNTOUTUSPALVELUT	22
18. LABORATORIO.....	25
19. LIIKUNTA.....	25
20. MALLU –AUTO.....	26
21. AIKUISTEN PSYKOSOSIAALISET PALVELUT	27
22. MUISTIVASTAANOTTO.....	28
23. OMAISHOITO.....	29
24. PALVELULINJAT.....	30
25. PALVELUTARPEEN ARVIOINTI	31
26. PÄIVYSTYS.....	31
27. PÄIVÄAIKAINEN TOIMINTA	32
28. SAS (SELVITÄ-ARVIOI-SIJOITA) - TOIMISTO	32
29. SEURAKUNNAT/DIAKONIATYÖ	33
30. SOSIAALI- JA POTILASASIAMIES.....	33
31. SOSIAALITYÖ	33
32. SOTAINVALIDIEN NEUVONTAPALVELU.....	34
33. TERVEYS- JA HYVINVOINTIASEMIEN LÄÄKÄREIDEN/SAIRAAHOITAJIEN VASTAANOTOT	35
34. TEHOSTETTU KOTISAIRAANHOITO - TeHoSa.....	36
35. TERVEYSASEMIEN VUODEOSASTOT JA VANHAINKODIT	37
36. EKSOTEN TURVAPUHELINPALVELU SEKÄ MUUT TURVA APUVÄLINEET	37

37. VANHUSNEUVOSTO.....	38
38. VAPAAEHTOISKESKUKSET, KOHTAAMISPAIKAT.....	38
39. VAPAAEHTOISTYÖ.....	39
40. VELKANEUVONTA.....	39
41. VETERAANINEUVONTA.....	40
42. YKSITYISET PALVELUKODIT.....	41
43. YKSITYISET PALVELUNTUOTTAJAT.....	42

1. APUVÄLINEKESKUS

Oman terveystaseman apuvälinelainaamosta ikääntyneet voivat lainata kotona tai muualla liikkueissa tarvitsemiaan apuvälineitä, kuten rollaattoreita. Kun tarvitset apuvälineen, ota yhteyttä terveystaseman apuvälinepalveluiden toimipisteeseen.

Terveys- ja hyvinvointiasemien toimipisteistä saat liikkumista ja päivittäisiä toimia helpottavia pienapuvälineitä, kuten hygieniä ja liikkumisen apuvälineet.

Apuvälinekeskus Armilasta saat lapsi – ja aikuispotilaiden erikoisapuvälineet, kuten sähköiset liikkumisen apuvälineet.

Etelä-Karjalan keskussairaala saat hengityssairaiden, kuulon ja näön apuvälineet.

Apuvälineiden lainauksesta tehdään asiakkaan kanssa apuvälinelainaus sopimus. Lainaus on maksutonta. Apuvälinepalveluihin kuuluu apuvälinetarpeen määrittely, sovitukset, luovutus, käytön opetus, seuranta sekä huolto ja ohjaus.

Imatran toimipiste

Fysioterapian osasto

Honkaharju 4, 55800 Imatra

p. 040 824 8538

Avoimma ma klo 8.30–11 ja 11.30–14, ti ja to klo 8-11 ja 11.30–16, ke ja pe klo 8-11 ja 11.30–14

Parikkalan toimipiste

Fysioterapian osasto

Lehmuskuja 3, 59100 Parikkala

p. 05 352 7054 ma-pe klo 8-15

Rautjärven toimipiste

Fysioterapian osasto

Viipurinkatu 6, 56800 Simpele

p. 05 352 7054

Ruokolahden toimipiste

Fysioterapian osasto

Nällisuontie 7, 56100 Ruokolahti

p. 05 352 7054

Apuväline- ja toimintakykykeskus

Armilankatu 44, 53100 Lappeenranta

p. 044 791 5566

Yksityiset apuvälineliikkeet:

p. (05) 223 0660 Haltija group, Lappeenrannan toimipiste,

Valtakatu 30

2.ASIKASMAKSUKATTO

Kalenterivuoden aikana asiakkaalle aiheutuville terveydenhuollon asiakasmaksukustannuksille on säädetty vuotuinen enimmäismäärä, maksukatto, joka on 1.1.2018 alkaen 683€. Maksukaton ylittymisen jälkeen maksukattoon sisältyvät palvelut ovat maksuttomia ao. kalenterivuoden loppuun asti, lukuun ottamatta lyhytaikaista laitoshoidoa, josta maksukaton täyttymisen jälkeen peritään 17,90 €/ hoitopäivä.

Maksukaton piiriin kuuluvat kaikissa Suomen kunnallisissa sekä valtiollisissa sairaaloissa ja terveystieteissä perityt seuraavat maksut:

- terveyskeskuksen vuosi- ja käyntimaksu
- päivystysmaksu
- poliklinikkakäynti
- päiväkirurgia
- yksilökohtainen fysioterapia
- sarjahoito (fysioterapia, toimintaterapia, jalkahoito)
- yö-/päivähoito
- lyhytaikainen laitoshoido
- kuntoutushoito

Lisäksi Eksotessa maksukattoon kerryttävät myös:

- tehostettu kotisairaanhoito

- monialainen kotikuntoutus
- lyhytaikainen asumispalvelumaksu

Säilyttäkää maksukuitit, sillä asiakkaan tulee itse huolehtia maksukaton täyttymisen seurannasta ja selvittää kertyneiden maksujen määrä.

Eksoten laskutusjärjestelmä huomioi Eksoten alueen asiakasmaksujen kertymän ja muuttaa laskutustiedot maksukaton täytyessä. Muut kuin Eksoten alueen maksut huomioidaan, mikäli maksuista toimitetaan maksukuitit laskutukseen, Valto Käkelän katu 3 C, 53130 Lappeenranta.

Maksukaton täyttymisen jälkeen asiakkaalle annetaan hakemuksesta vapaakortti. Hakemuslomakkeita on saatavissa osoitteesta www.eksote.fi tai Eksoten toimipisteistä.

Vapaakortti on voimassa ko. kalenterivuoden loppuun asti koko maassa. Kun asioidaan Eksoten alueen ulkopuolella, tulee vapaakortti esittää käynnin/hoidon yhteydessä. Eksoten toimipisteissä Eksotelta annettua vapaakorttia ei tarvitse esittää. Eksoten ulkopuolelta myönnetty vapaakortti tulee esittää asioitaessa Eksoten toimipisteissä.

Eksotessa vapaakorttiasioiden hoitaminen on keskitetty laskutukseen, p. 05 616 3680, Valto Käkelän katu 3 C, 53130 Lpr

3. ASIAKASMAKSUT

Eksoten sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksut löytyvät asiakastoimipisteistä tai Eksoten verkkosivuilta

Asiakasmaksutiimi tekee Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveyspiirin tulossidonnaisten asiakasmaksujen asiakasmaksupäätökset.

Kotona annettava hoito

Iso apu – palvelukeskus, Kauppakatu 63, 53100 Lappeenranta
p. 040 359 4335

Palveluasuminen, laitoshoido

Valto Käkelän katu 3 C 1, 53130 Lappeenranta

p. 0400 279 639

4. ASIOINTIAPU

Kauppatavaroita kotiin kuljettavat alueen yksityiset palveluntuottajat. Lisätietoa saat kotihoitokeskuksesta tai Iso apu – palvelukeskuksesta p. 05 352 2370 tai tutustumalla www.yksityisetpalvelut.fi sivustoon

5. ASUMISPALVELUT

Ikäihmisten asumispalvelut on tarkoitettu henkilöille, jotka tarvitsevat eri syistä tukea ja palveluja asumisensa järjestämiseen. Asumispalvelut on luokiteltu niissä saatavien palvelujen mukaan.

- tilapäinen ja lyhytaikainen kuntouttava asuminen
- senioriasuminen tai ohjattu senioriasuminen
- tukipalveluilla tuettu asuminen
- palveluasuminen
- ympärivuorokautinen asuminen

Asukasvalinnat ja palveluun hakeminen tapahtuvat palvelutarpeen arvioinnin ja SAS-toimiston kautta. lisätietoja antaa Iso apu-palvelukeskus p. 05 352 2370.

Senioriasuminen

- senioritalot sijaitsevat palvelujen lähellä. Rakennuksessa ja sen piha-alueella on riittävästi tilaa käyttää liikkumisen apuvälineitä
- Imatralle on valmistumassa senioritalo Vuoksenniskalle osoitteeseen Vuoksenniskantie 95 vuoden 2018 lopussa.

Tukipalveluilla tuettu asuminen

- tarkoitettu ikääntyneille, jotka tarvitsevat hoitohenkilökunnan päivittäistä tukea ja apua omatoimisen asumisen mahdollistamiseksi

- asuntona on huoneisto asumisyksikössä esimerkiksi vanhustentalossa tai vastaavassa. Asiakkaan tarvitsemat tukipalvelut tuottaa joko Eksoten kotihoidon henkilökunta tai yksityinen palveluntuottaja

Imatralla tukipalveluilla tuettua asumista tarjoaa

- Karhumäen ryhmäasunnot
Mäyränkatu 6, 55800 Imatra
p.040 075 4599

Parikkalassa tukipalveluilla tuettua asumista tarjoaa:

- Rauhala –koti
Kaakonkuja 2, 59100 Parikkala
p. 044 781 1305
- Rinnetupa
Akapohjantie 19, 59510 Saari
p. 040 526 4553
- Satumäen palvelutalot
Satumäentie 28 A–B, 59100 Parikkala
p. 044 781 1329

Ruokolahdella tukipalveluilla tuettua asumista tarjoaa:

- Iltatähti
Nällisuontie 5 E, 56100 Ruokolahti
p. 040 139 0303
- Ruokorinne
Nällisuontie 5 D, 56100 Ruokolahti
p. 040 146 3299

Palveluasuminen

- asumismuoto ikääntyneille, jotka tarvitsevat hoitohenkilökunnan päivittäistä tukea ja apua asumiseensa
- palveluasumisessa asiakas maksaa normaalin vuokran, johon hänellä on mahdollisuus hakea Kelalta asumistukea ja lisäksi erillisen maksun saamistaan palveluista,

- lääkkeet ja muut terveydenhuoltokulut eivät sisälly palveluasumisen maksuun

Tehostettu palveluasuminen, ympärivuorokautinen hoito

- asumisyksikkö, jossa on ympärivuorokautisesti ammattihenkilöstöä
- tarkoitettu pääsääntöisesti henkilöille, jotka tarvitsevat runsaasti huolenpitoa ,hoivaa ja apua
- asukkaat asuvat vuokra-asunnoissa ja maksavat kuukausittain vuokran lisäksi käyttämistään palveluista

Imatralla tehostetun palveluasumisen yksikköinä toimivat:

- Kielorinne
Kukkurinkatu 29, 55800 Imatra
p. 040 529 9213
- Leppärousku
Rouskunkatu 13, 55510 Imatra
p. 040 529 9321
- Sinikello
Kukkurinkatu 29, 55800 Imatra
p. 040 529 9346
- Sinkki
Sinkkikatu 16, 55610 Imatra
p.040 529 9209, 040 529 9210 ja 040 529 9211
- Tikanpesä
Tikankuja 2, 55120 Imatra
p. 040 529 9280
- Villa Vanamo
Honkaharju 5B, 55800 Imatra
p. 040 130 6971 tai p. 040 130 6871

Rautjärvellä tehostetun palveluasumisen yksikkönä toimii:

- Tuulenpesä
Viipurinkatu 6,56800 Simpele
p. 05 352 1523

Parikkalassa tehostetun palveluasumisen yksikköinä toimivat:

- Vuokkola

Akapohjantie 19, 59510 Saari
p. 040 037 6029

6. ASUNNOT

Asuntojen vuokrauksesta antavat lisätietoja

Imatra

p. 05 235 2822 Imatran YH-rakennuttaja Oy
p. 050 453 3680 Imatran Palvelutaloyhdistys ry
p. 0400 550 320 Heli Hiltula, Imatran Vanhusten ja Eläkeläisten palvelusäätiö
p. 050 350 1525 Hannu Saitseff, TurvaTuote Saitseff Oy

Parikkala

p. 044 7811 225, kiinteistösihteeri, (Parikkalan kunta)
p. 040 740 1543 Parikkalan vanhustentukiyhdistys
p. 0400 314 461 Saaren vanhustentukiyhdistys
p. 0400 815 359 Uukuniemen vanhustentukiyhdistys

Rautjärvi

p. 040 160 4140 kehitysjohtaja Annaleena Rita (Rautjärven kunta)
p. 0400 274 580 Heta Pulkkinen (Rautjärven palvelutaloyhdistys)

Ruokolahti

Kunnan asuntotoimisto välittää asuntoja vanhuksille. Asuntojen hakeminen tehdään kotihoitokeskuksen kautta p. 050 549 8336 kotihoito / toimipisteen vastaava Seija Dyster

7. ASUNTOJEN KORJAUSAVUSTUKSET

Vuoden 2017 voimaantulleen uuden korjausavustuslain myötä siirtyivät korjausavustusten hakeminen, neuvonta, ohjaus ja käsittely kunnilta valtion asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskukselle (ARA). Uuden lain mukaan avustuksia tullaan myöntämään vain ikääntyneiden ja vammaisten asuntojen korjaamiseen ja avustusten hakeminen on mahdollista ympäri vuoden.

ARA:ssa on otettu käyttöön verkkoasiointi, jolloin asiakas voi hakea avustusta digitaalisesti kirjautumalla ARA:n verkkosivuilla (ara.fi) verkkoasiointiin. Avustusten tarkemmat ohjeet, lomakkeet ym avustuksia koskevat tiedot löytyvät ARA:n verkkosivuilta www.ara.fi/rahoitus/avustukset/korjausavustukset.

Lisätietoja

p. 020 617 4703 korjausrakennusinsinööri, Imatra
p. 044 7811 225, teknisen toimen kiinteistösihteeri, Parikkala
p. 0400 299 281 rakennustarkastaja, Rautjärvi
p. 044 449 1206 asuntosihteeri, Ruokolahti

Vanhustyön keskusliiton korjausneuvojat avustavat asunnossa tarvittavien muutostöiden kartoittamisessa, suunnittelussa, korjausavustusten hakemisessa ja tarvittaessa myös muutostyöt suorittavan urakoitsijan löytämisessä. Korjausneuvojan tekemä työ on asiakkaille maksutonta, mutta korjausten tekeminen maksaa. Etelä-Karjalan alueella korjausneuvojana toimii Pekka Hulkkonen, Kauppakatu 58–60, 53100 Lappeenranta, p. 050 593 1277 pekka.hulkkonen@vtkl.fi

Eksoten pienimuotoiset asunnonmuutostyöt

Ensisijaisena tavoitteena on, että asiakas huolehtii itse asuntonsa korjaamisesta ja varustamisesta omia tarpeitaan ja toimintakykyään vastaavaksi. Kotona selviytymisen onnistumiseksi voidaan tehdä pieniä ja kiireellisiä asunnon muutostöitä (mm. tukikahvojen asennus, nousutuet, luiskat, kynnysten poisto)

Asunnon muutostyöt (esim. tukikahvan asennus, kynnysten poisto) ovat tarkoitettu henkilöille, joiden kotona asuminen on vaikeutunut sairauden tai vamman vuoksi. Asunnon esteettömyyden arvioinnin tekee fysioterapeutti. Lisätietoja asiasta p. 05-352 2370

8. ATERIAT

Kotiin kuljetettujen aterioiden toimitusta ja tilausta voi kysyä suoraan keittiöiltä ja lisätietoa antaa Iso apu-palvelukeskus..

Vaihtoehtoina on maksaa ateriat itse keittiön hinnalla, tai hakea Eksoten tuettua ateriapalvelua.

Eksote myöntää tuettua ateriapalvelua, jos ikääntynyt ei itse pysty valmistamaan ruokaa tai järjestämään ruokailua muutoin, ateriatarpeen ollessa vähintään 4 kertaa viikossa. Ateria voidaan toimittaa kotiin lähimmän keittiön periaatteella tai ikääntynyt voi käydä ruokailemassa palvelutalossa tai vastaavassa. Tuettua ateriapalvelua haetaan lomakkeella (www.eksote.fi) ja aterian hinta määräytyy asiakkaan tulojen perusteella. Vähintään 10 % sotainvalideille ateriapalvelut myönnetään ilman tuloseselvityksiä.

Menuumat- ateria-automaatti on vaihtoehtona kotiin kuljetetulle aterialle.

Lisätietoa saat Iso apu-palvelukeskuksesta p. 05 352 2370

Imatralla kotiin kuljetettuja aterioita koko kaupungin alueelle toimittavat:

- Saimaan tukipalvelut Oy tuottaa kotiateriapalveluita koko Imatran alueelle. Kotipalveluateria-asiakkaat tulee olla Eksoten tarveharkinnan kautta/ Eksoten osoittamia.
- Imatran palvelutaloyhdistys p. 05 687 4400. Oikeus ateriatukeen.
- Lounas – ja pitopalvelu Haakana p. 044 749 308
- T:mi Ravintola Kulmahuone p. 05 4761150

Parikkala

- lisätietoa antaa palveluohjaaja p. 044 781 1302

Rautjärvi

- lisätietoa antaa kotihoito p. 040 842 5159

Ruokolahti

- Palvelukeskus, Nällisuontie 7, 56100 Ruokolahti
p. 05 352 1045 (kotihoito)

9. DIABETESHOITAJA

Diabeteshoitaja antaa ohjeita siihen, miten diabetesta voi ehkäistä ennalta ja miten sitä voi hoitaa itse. Lisäksi hoitaja jakaa diabeetikoille välineistöä, joita he tarvitsevat sairauden hoitamiseen. Vastaanotto ajanvarauksella.

Honkaharjun terveysasema

Honkaharju 4, 55800 Imatra

ajanvaraus arkisin hoitoarviosta p. 05 352 0980

Diabeteshoitaja Sari Kaski

Parikkalan hyvinvointiasema

Lehmuskuja 3, 59100 Parikkala

ajanvaraus arkisin p. 05 352 4400

Diabetespotilaiden hoitovälinejakelu Parikkalassa ti ja to klo 10-11 ja Saarella to klo 10

Rautjärven hyvinvointiasema

Viipurinkatu 6, 56800 Simpele

Ajanvaraus p. 05 352 4400

Diabetespotilaiden hoitovälinejakelu arkisin hyvinvointiaseman aukioloaikana.

Ruokolahden hyvinvointiasema

Nällisuontie 7, 56100 Ruokolahti

Diabeteshoitajan puhelinaika ti ja to klo 12.30-13.30

Hoitovälinejakelu pe klo 9.15–11

10. EDUNVALVONTA, EDUNVALVONTAVALTUUTUS ja OIKEUSAPU

Edunvalvontapalveluiden avulla autetaan henkilöitä, jotka eivät pysty itsenäisesti huolehtimaan asioistaan. Edunvalvoja huolehtii päämiehensä kanssa yhdessä tai hänen puolestaan päämiehensä asioista. Palvelu on maksullista.

Edunvalvontapalveluja voidaan tarvita esimerkiksi silloin kun korkea ikä tai sairaus on heikentänyt asianomaisen henkisiä kykyjä niin,

että hän ei kykene itse valvomaan etujaan tai hoitamaan taloudellisia asioitaan.

Edunvalvojan määräämistä haetaan ensisijaisesti maistraatilta (holhoustoimi) p. 029 553 9341. Maistraatin osoite on Kaakkois-suomen maistraatti, Pormestarinkatu 1A, 53100 Lappeenranta.

Edunvalvontavaltuutus

Edunvalvontavaltuutuksella jokainen voi itse enakkoon turvata asioidensa hoidon sen varalta, että hän myöhemmin tulee kykenemättömäksi hoitamaan asioitaan esimerkiksi heikentyneen terveydentilan vuoksi.

Edunvalvontavaltuutus tehdään kirjallisesti testamentin tapaan. Valtuuttaja määrittelee itse ne asiat, jotka valtuutus kattaa. Valtakirjalla henkilö (valtuuttaja) nimeää valtuutetun hoitamaan asioitaan. Valtuutetun tulee suostua tehtävään Valtakirjan voi peruuttaa tai sitä voi muuttaa.

Kun valtuutuksen antanut henkilö ei kykene enää hoitamaan asioitaan, valtuutettu voi pyytää maistraattia vahvistamaan valtuutuksen. Maistraatille tulee esittää alkuperäinen valtakirja sekä lääkärinlausunto tai vastaava, joka todistaa, että valtuutuksen antanut henkilö on tullut kyvyttömäksi hoitamaan asioita, joita valtuutus koskee. Valtuutus tulee voimaan kun maistraatti on vahvistanut sen. Maistraatti valvoo valtuutetun toimintaa erityisesti taloudellisissa asioissa.

Oikeudenkäyntien ohella **oikeusapuun** kuuluvat myös muut asianajopalvelut. Tällaisia palveluja ovat esimerkiksi oikeudellinen neuvonta, perunkirjoitukset, avustaminen osituksessa ja perinnönjaossa, asiakirjojen laadinta ja valitusten teko.

Oikeusaputoimisto ei voi antaa puhelinneuvontaa. Toimeksiantoja otetaan vain ajanvarauksen kautta. Oikeusapu myönnetään hakijan käyttövarojen perusteella.

Lappeenrannan oikeusaputoimisto, *Imatran sivuvastaanotto* on avoinna vain erikseen sovittavana aikana. Ajanvaraus numerosta p. 029 566 0300. Käyntiosoite Virastokatu 2,55100 Imatra.

11. HAMMASHUOLTO

Koko aikuisväestöllä on oikeus kunnalliseen hammashoitoon tai vaihtoehtoisesti oikeus saada sairausvakuutuskorvausta yksityisen hammashoidon kustannuksiin. Uudet hammashoitoon hakeutuvat potilaat asetetaan jonoon hoidon tarpeen kiireellisyyden perusteella ja kutsutaan tarkastukseen sekä hoitoon niin pian kuin mahdollista. Kiireelliseen hoitoon pääsee yleensä vuorokauden sisällä.

Ajanvarauksemme palvelee kaikkia Eksoten suun terveydenhuollon asiakkaita arkisin keskitetyn ajanvarauksen kautta. Keskitetty ajanvaraus palvelee ma-to klo 8-16, pe klo 8-15 p. 05 352 7059

Kiireellistä hoitoa vaativia potilaita (turvotus, kova kipu, tapaturma) pyydämme soittamaan keskitettyyn ajanvaraukseen aamuisin klo 8–10, niin saamme järjestettyä ajan toimenpiteelle samalle päivälle.

Ei-kiireellistä aikaa, kuten suun terveystarkastusaikaa, tarvitsevia potilaita pyydämme soittamaan klo 10 jälkeen. Unohtuneen ajanvarauksen voit tarkastaa Eksoten sähköisen asiointin kautta, kohdasta ajanvaraus

Hammaslääkäripäivystys

Päivystysvastaanotto on tarkoitettu kaikille ensiapuluontoista hoitoa vaativille potilaille. Hoidon tarpeen kiireellisyys arvioidaan puhelimesta.

Imatran, Parikkalan, Rautjärven ja Ruokolahden arkipäivien päiväaikainen hammaslääkäripäivystys on kyseisen alueen hammashoitolassa.

Hammaslääkärin päivystys iltaisin, viikonloppuisin ja pyhäpäivisin klo 8-21

Hammaslääkäripäivystys toimii Lappeenrannassa Etelä-Karjalan keskussairaalassa iltaisin, viikonloppuisin ja pyhäpäivisin klo 8-21.

Keskitetyn ajanvarauksen (p. 05 352 7059) sulkeuduttua, soita EKKS:n päivystyspoliklinikalle, p. 05 352 5743

12. HOITOTARVIKEJAKELU

Jaettavia hoitovälineitä ovat esimerkiksi

- diabeetikon ja avannepotilaan hoitovälineet
- sääri- ja makuuhaavan hoitoon tarvittavat hoitovälineet
- heikentyneen pidätyskyvyn hoitovälineet vaikeaan tai keskivaikeaan oireistoon
- sekä eräiden muiden pitkäaikaisten sairauksien (esim. keuhkojen toiminnan vajauksen ja trakeostomian) yhteydessä tarvittavat hoitovälineet.

Hoidon ja sairauden seurannassa tarvittavien maksuttomien hoitotarvikkeiden ja -välineiden jakaminen hyvinvointi- tai terveysasemalla perustuu aina hoitavan lääkärin määrittelemään yksilölliseen tarpeeseen.

Imatra

Maksuttomien hoitovälineiden tilaus: arkisin klo 12—13
p. 040 827 4054

Diabeteksestä vastaavien sairaanhoitajien puhelintunti arkisin klo 12-13.

Sh Paula Jalovaara p. 040 529 9201

Sh Sari Kaski p. 040 529 9202

Hoitotarvikkeiden tilaus tulee tehdä vähintään kaksi viikkoa ennen tarvikkeiden hakua. Tarvikkeet voi hakea Honkaharjun terveysasemalta.

Vaipat ja muut inkontinenssituotteet

Vaippatarpeen on pitänyt kestää vähintään kolme kuukautta ennen ilmaisjakelun piiriin pääsyä. Kyseessä on oltava

keskivaikea tai vaikea inkontinenssi, jonka syyn lääkäri on selvittänyt. Pelkkä korkea ikä ei riitä perusteeksi.

Maksuttomien inkontinenssitilauksien tilaus tiistaisin ja torstaisin klo 13—14 p.040 134 8939.

Parikkala

Maksuttomien hoitovälineiden jakelu:

Parikkalan hyvinvointikeskus, Lehmuskuja 3. ti ja to klo 10-11

Saaren palvelutalo, terveydenhoitajan vastaanotolla to klo 10-11

Yhteydenotot puhelimitse iltapäivisin, p. 05 352 1600

Voit ottaa yhteyttä myös sähköisesti Eksoten asiointipalvelun kautta

Rautjärvi

Maksuttomien hoitovälineiden jakelu:

Rautjärven hyvinvointiasema, Viipurinkatu 6. ma-pe klo 8-16

Yhteydenotot puhelimitse iltapäivisin, p. 05 352 1500

Voit ottaa yhteyttä myös sähköisesti Eksoten asiointipalvelun kautta

Ruokolahti

Hoitotarvikkeet voi noutaa hyvinvointiaseman vastaanoton tiloista (Nällisuontie 7, 1. krs) ma klo 14 -15 ja to klo 9-1

Uusien tuotteiden tilaus arkisin klo 9-15, p. 040 194 4053

Happihoito

Asiakas tilaa hapen itse valitsemaltaan toimittajalta:

p.0800 90008 Oy AGA Ab Linde Healthcare

p. 017 570 2600 Oy Woikoski Ab

Ensitilausta tehdessä asiakkaan tulee lähettää reseptin toinen osa (ns. apteekin kappale) tai kopio reseptistä hapen toimittajalle

Happiviikset/-maskin sekä happiletkun asiakas saa pääsääntöisesti kontrollikäynnin yhteydessä EKKS:sta, tarvittaessa omalta terveysasemalta Happipullon käytöstä aiheutuvat kustannukset asiakas maksaa itse

Tilaukseen liittyvissä asioissa voi tarvittaessa kysyä neuvoa:

- kuntoutusohjaaja p. 044 791 5764
- hengityshoitaja, ti, ke ja to klo 8-16 p. 040 651 1524

13. JALKOJENHOITAJA

Eksoten jalkojenhoitajan hoitoon hakeudutaan terveyskeskuslääkärin läheteellä. Jalkojenhoitaja neuvoo ja antaa ohjausta jalkojenhoidossa ja hoitaa ensisijaisesti niiden potilaiden jalkoja, joilla on selvä sairaanhoidollinen tarve (esim. diabeetikot, reumaa sairastavat). Jalkojenhoitajan palveluihin tarvitaan lääkärin tai diabeteshoitajan lähete.

Yksityisistä kotikäyntejä tekevistä jalkojenhoitajista saa tietoa osoitteesta www.yksityisetpalvelut.fi tai soittamalla Iso apu – palvelukeskukseen p. 05 352 2370.

14. KANSANELÄKELAITOS (KELA)

Kelasta saa tietoa mm. seuraavista etuuksista:

- eläkkeensaajien asumistuki
- eläkettä saavan hoitotuki
- kuntoutus
- lisäkorvaus suurista lääkekustannuksista
- rintamalisä
- sairaanhoitokulujen korvaaminen
- takuueläke
- vammaistuki
- toimeentulotuki

Asiakaspuhelut etuuskohtaisesti seuraavasti:

Asumisen tuet	020 692 201
Eläkeasiat	020 692 202
Kela-kortti ja EU-sairaanhoitokortti	020 692 203
Kuntoutus	020 692 205
Maasta-ja maahanmuutto	020 630 200
Omaisien kuoltua	020 692 208

Sairastaminen	020 692 204
Vammaistuet	020 692 211
Toimeentulotuki	020 692 207

ELÄKKEENSAAJAN ASUMISTUKI

Voit saada eläkkeensaajan asumistukea, kun asut vakinaisesti Suomessa, olet pienituloinen ja 65 vuotta täyttänyt. Eläkkeensaajan asumistuen määrään vaikuttavat monet asiat. Lisätietoa saat Kelan palvelunumerosta asumisen tuet.

ELÄKETTÄ SAAVAN HOITOTUKI

Eläkettä saavan hoitotuen tarkoitus on tukea pitkäaikaisesti sairaan tai vammaisen eläkkeensaajan kotona asumista ja siellä tapahtuvaa hoitoa, Tuella korvataan osin myös toimintakyvyn heikentymisestä aiheutuiva kustannuksia. Toimintakykyäsi tulee olla heikentynyt vamman tai sairauden vuoksi yhtäjaksoisesti vähintään vuoden.

Toimintakykyisyytesi katsotaan olevan heikentynyt silloin, kun sairaus tai vamma heikentää kykyäsi huolehtia itsestäsi (esim, peseytyminen, pukeutuminen), tehdä välttämättömiä kotitaloustöitä ja asioida kodin ulkopuolella. Lisäksi sairautesi tai vammasi tulee aiheuttaa säännöllistä avun, ohjauksen ja tuen tarvetta arjessasi.

Eläkettä saavan hoitotukea voi saada täytettyään 16 vuotta. Sen saaminen edellyttää, että asut Suomessa ja saat joko Suomesta tai ulkomailta

Eläkettä saavan hoitotuki maksetaan kolmeen ryhmään porrastettuna avuntarpeen, ohjauksen ja valvonnan tarpeen sekä määrän perusteella. Erytyiskustannukset voivat korottaa perustuen korotetuksi tueksi.

Toimintakyvyn heikentymisellä ei tarkoiteta työkyvyn heikentymistä. Pelkkä avuntarve esimerkiksi kotitaloustöissä tai asioiden hoidossa ei oikeuta hoitotukeen. Tarkempia tietoja eläkettä saavan hoitotuesta ja sen hakemisesta saat Kelalta.

Tuen määrä 2018:

- perushoitotuki 70,52 € / kk
- korotettu hoitotuki 153,63 € / kk
- ylin hoitotuki 324,85 € / kk

VETERAANILISÄ

Veteraanilisä kuuluu niille veteraaneille, jotka saavat Kelasta ylimääräistä rintamalisää sekä korotettua tai ylintä eläkettä saavan hoitotukea. Hakemuksia ei tarvita, koska lisän maksamisen edellytykset ovat Kelan tiedossa. Lisä perustuu vammaisetuuksista annettuun lakiin, ja se maksetaan osana eläkettä saavan hoitotukea.

Veteraanilisän määrä on 105,13 e/kk. Se on verotonta. Se ei pienennä eläkkeensaajan asumistukea.

Lisä maksetaan myös laitoshoidossa olevalle veteraanille, mutta se otetaan huomioon pitkäaikaishoidon maksussa, jonka laitos tai kunta perii veteraanilta.

LESKENELÄKE

Leskeneläke auttaa taloudellisessa selviytymisessä kun puoliso kuolee. Leskeneläkkeen saamisen edellytyksenä on, että olet ollut naimisissa puoliso kanssa tai olette rekisteröineet parisuhteenne. Avopuolison kuoleman jälkeen et voi saada Kelasta leskeneläkettä, mutta puolison lapset voivat saada lapseneläkettä. Leskeneläke on osa perhe-eläkejärjestelmää. Kela maksaa eläkkeen vain alle 65-vuotiaalle leskelle, työeläkelaitos maksaa eläkkeen ilman ikärajaa.

MATKAKORVAUKSET

Kela korvaa osan sairaudesta tai kuntoutuksesta aiheutuneita matkakorvauksista..

Kun tilaat taksimatkan oman sairaanhoitopiirisi tilausnumerosta, saat matkakorvauksen heti taksissa ja vältyt korotetulta omavastuulta. **Etelä-Karjalan taksikeskuksen numero on 0200 60 123.**

Tästä numerosta tilatusta matkasta asiakas saa matkakorvauksen heti taksissa esittämällä Kela-kortin. Asiakas maksaa omavastuuosuuden, joka on enintään 25 euroa yhdensuuntaiselta matkalta. Taksikeskus on auki ympäri vuorokauden joka päivä. Asiakas voi tilata useamman matkan samalla puhelinsoitolla.

Voit saada korvauksen taksimatkasta, kun terveydenhuollon edustaja on katsonut erityisajoneuvon (taksi) käytön olevan terveydentilasi vuoksi tarpeellista ja olet saanut siitä todistuksen (SV 67 tai muu vastaava selvitys). Myös oman auton käytön kustannukset on mahdollista saada huomioiduksi tietyin ehdoin.

Voit saada korvausta julkiseen tai yksityiseen sairaanhoitoon liittyvistä matkoista. Kela korvaa myös kuntoutukseen tehtyjä matkoja, kun kuntoutus perustuu Kelan tai julkisen terveydenhuollon kuntoutuspäätökseen.

Kela korvaa yleensä matkan lähimpään yksityisen tai julkisen terveydenhuollon lääkäriin tai hoitolaitokseen. Jos kunta, kuntayhtymä tai sairaanhoitopiiri on antanut maksusitoumuksen hoitoa varten, Kela korvaa matkakulut sinne hoitopaikkaan, josta hoito on saatu.

Matkakattoon eli vuotuisen omavastuuosuuteen lasketaan mukaan sekä matkojen omavastuuosuudet että niitä pienemmät kertakustannukset. Muista hakea myös kiinteää omavastuuosuutta pienemmät matkakustannukset kuuden kuukauden kuluessa matkan tekemisestä.

Jos sairaanhoitoon tai kuntoutukseen liittyvien matkakustannustesi omavastuut kalenterivuoden aikana ylittävät 300 euroa, Kela maksaa ylittävän osan tarpeellisista matkakustannuksista kokonaan. Kela seuraa matkakaton täyttymistä. Kun se on täyttynyt, saat postitse vuosiomavastuukortin. Jos asiakkaalla on oikeus taksimatkaan, häneltä ei tämän jälkeen peritä omavastuuosuutta, jos matka on tilattu keskitetystä tilauspalvelunumerosta.

TOIMEENTULOTUKI

Ennen kuin haet perustoimeentulotukea, selvitä mahdollisuutesi saada eläkeläisten ensisijaisia etuuksia. Niitä ovat esimerkiksi Kelan maksamat eläkkeet, eläkkeensaajan asumistuki tai eläkettä saavan hoitotuki. Ensisijaisia etuuksia ovat myös työeläkkeet ja ulkomaan eläkkeet.

Eläkettä saavan hoitotuki ei pienennä perustoimeentulotukeasi. Jos eläkkeesi ja asumistukeasi eivät riitä asumisen ja elämisen kuluihin, voit hakea Kelasta perustoimeentulotukea. Toimeentulotuki on verotonta, eikä sen saaminen pienennä esimerkiksi asumistukea.

15. KOTIHOIDON PALVELUT

Kotihoidon järjestämisen lähtökohtana on asiakkaan kotona asumisen turvaaminen oikea-aikaisilla ja tarpeenmukaisilla palveluilla. Toteutamme kotihoidon palveluja tukemalla henkilön hyvinvointia, terveyttä, toimintakykyä, itsenäistä suoriutumista ja osallistumista. Selvitämme kotihoidon tarpeen palvelutarpeen arviointikäynnillä. Palvelutarpeen arviointikäyntiä voi pyytää henkilö itse, omainen, viranomainen tai muu taho.

Kotihoidon tukipalveluita ovat ateria-, kuljetus, sauna- ja kylvytys- sekä turvapalvelut.

Palvelutarpeen arviointipyyntöt p. **05 352 2370**.

16. KULJETUSPALVELUT

Sosiaalihuoltolain mukaiset, liikkumista tukevat palvelut

Sosiaalihuoltolain mukainen järjestettävä liikkumisen tuki on tarkoitettu henkilöille, jotka eivät kykene itsenäisesti käyttämään julkisia liikennevälineitä alentuneen toimintakyvyn, sairauden, vamman tai muun vastaavanlaisen syyn perusteella ja joille tuki liikkumiseen on tarpeen jokapäiväiseen elämään kuuluvien asioiden hoitamista varten.

Liikkumisen tukea myönnetään asiointi- ja virkistysmatkoihin ikääntyneille henkilöille, jotka tarvitsevat tukea ikääntymiseen liittyvän toimintakyvyn heikentymisen johdosta sekä muille liikkumisessa tukea tarvitseville henkilöille, jotka eivät ole oikeutettuja vaikeavammaisten kuljetuspalveluihin.

Liikkumisen tuen arviointi pohjautuu asiakkaan elämäntilanteen, elinympäristön ja hänen vammastaan tai sairaudestaan aiheutuvien toimintarajoitteiden kartoittamiseen. Tukea myönnettäessä otetaan huomioon terveydelliset, sosiaaliset, toiminnalliset ja asuinympäristöön liittyvät seikat. Lopullinen päätös tehdään aina asiakkaan yksilöllisen palvelutarpeen arvion perusteella.

Sosiaalihuoltolain mukainen liikkumisen tuki myönnetään hakemuksen perusteella. Hakemuksen liitteeksi tarvitaan lääkärin lausunto tai muu sosiaali- /terveydenhuollon henkilöstön tekemä selvitys, jossa on kuvaus hakijan toimintakyvystä. Kokonaisarvio asiakkaan toimintakyvystä selvitetään palvelutarpeen kartoituksen avulla ja tarvittaessa palvelutarpeen arvioimiseksi tehdään kotikäynti.

Taksikortti voidaan myöntää ensisijaisesti henkilölle, joilla itsellä ei ole toimintakykyrajoitteiden lisäksi taloudellisia mahdollisuuksia taksipalvelujen käyttöön. Ohjeellisena linjauksena tuen myöntämisessä käytetään noin 1500 euron tulorajaa ja 5000 euron säästörajaa yhdeltä henkilöltä ja 2200 euron tulorajaa ja 8000 euron säästörajaa pariskunnilta.

Sosiaalihuoltolain mukaista liikkumisen tukea myönnetään enintään 8 yhdensuuntaista matkaa asioimis- ja virkistyskäyttöön. Sairausvakuutuksen piiriin kuuluvia lääkäri- ym. matkoja ei korvata. Asiakas maksaa omavastuun julkisen liikenteen taksan mukaisesti. Mukana voi olla maksutta yksi saattaja. Odotusaika on 15 minuuttia.

Sosiaalihuoltolain liikkumisen tuki myönnetään maksutta kaikille sotainvalideille, joiden haittaprosentti on vähintään 10 % ja jotka ovat vahingoittuneet tai sairastuneet vuosien 1939–1945 sotien johdosta.

Sotainvalideille myönnetään 18 yhdensuuntaista matkaa kuukaudessa. Matkoista ei peritä omavastuuosuutta.

Taksikortilla voi tehdä asiointi- ja virkistysmatkoja henkilön asuinkunnan alueella ja lisäksi asuinkunnasta käsin lähikuntiin seuraavasti:

Imatra: Ruokolahti, Lappeenranta

Parikkala: Imatra, Kitee, Rautjärvi, Ruokolahti ja Savonlinna

Rautjärvi: Imatra, Ruokolahti ja Parikkala

Ruokolahti: Imatra, Rautjärvi, Puumala, Sulkava, Punkaharjun keskustaajama (Savonlinna), Parikkala ja Taipalsaari

Sosiaalihuoltolain mukaisen liikkumisen tuen myöntämisestä ja kielteisestä päätöksestä tehdään aina valituskelppoinen päätös asiakkaalle.

Asiakas maksaa omavastuuosuuden kuljettajalle, joka laskuttaa matkan Eksotelta.

Hakemuksia ja lisätietoja saa Iso apu -palvelukeskuksesta p. 05 352 2370 sekä asiakkuuskoordinaattori Pirjo Alatalolta p. 040 359 4335.

Vammaispalvelulain mukainen kuljetuspalvelu

Vaikeavammaisten kuljetuspalvelua voi hakea henkilö, jolla on erityisiä vaikeuksia liikkumisessa ja joka ei vammansa tai sairautensa vuoksi voi käyttää julkisia liikennevälineitä ilman kohtuuttoman suuria vaikeuksia. Vaikeavammaisten kuljetuspalvelua järjestetään silloin, kun ensisijaiset palvelut eivät ole saajalleen riittäviä tai sopivia.

Vaikeavammaisuus voi olla fyysistä, psyykkistä tai kognitiivisista syistä johtuvaa. Liikuntaesteisyys voi myös vaihdella vuodenajoista tai sääoloista riippuen. Vammasta aiheutuvan haitan tulee kestää pääsääntöisesti vähintään yhden vuoden. Kuljetuspalvelua ei yleensä myönnetä sairaudesta tai tapaturmasta toipumisen ajaksi eikä vielä kuntoutusvaiheessa.

Pelkkä ikääntymisestä johtuva huonontunut liikuntakyky ja iän tuomat esteet liikkumiseen eivät sinänsä täytä vammaispalvelulain mukaisen kuljetuspalvelun saamisen edellytyksiä.

Hakemuksen liitteeksi tarvitaan lääkärin lausunto tai muu terveydenhuollon henkilön tekemä selvitys, jossa on kuvaus hakijan toimintakyvystä, ongelmista liikkumisessa sekä sairauden tuomista esteistä käyttä julkisia liikennevälineitä.

Matkustusalueet ovat samat kuin sosiaalihuoltolain mukaisessa kuljetuspalvelussa.

Lisätietoja antaa

- palveluohjaaja p. 040 745 3290

Sosiaalihuoltolain ja vammaispalvelulain mukaiseen kuljetuspalveluun oikeutetut henkilöt voivat käyttää palvelulinjoja maksutta esittämällä taksikortin kuljettajalle.

Molempia kuljetuspalveluja ei voi käyttää sellaisiin sairaudesta johtuviin matkoihin (esim. terveyskeskus-, sairaala- ja kuntoutuskäynnit), joihin on mahdollista hakea korvausta muun lain säädännön nojalla (Kela, vakuutusyhtiö).

Molempien kuljetuspalvelujen hakemuksia saa Iso apu - palvelukeskuksesta tai www.eksote.fi- verkkosivuilta. Vaikeavammaisten kuljetuspalvelua voi myös hakea sähköisesti asiakkaan Eksoten sähköisen asiointin kautta.

17. KUNTOUTUSPALVELUT

Kuntoutuspalveluja tuottavat fysioterapian, toimintaterapian ja kuntoutusohjaajien henkilöstö. Fysioterapian ohjaukseen ja neuvontaan voi hakeutua ilman lähetettä. Muunlaiseen fysioterapiaan tarvitaan lääkärin lähetteen.

Varhaisia merkkejä toimintakyvyn alenemisesta ovat mm. tuolista ylösnousun vaikeutuminen, kaatumiset ja ulkoilun vähentyminen.

Kotikuntoutuksen palveluohjausta p. 040 651 3813,
ti-pe klo 12-13. Voit ottaa yhteyttä kun

- on huoli omasta tai läheisen liikkumiskyvystä
- arjen askareet kotona tuottavat haasteita
- haluat neuvontaa tai ohjausta liikuntakyvyn säilymiseen / parantumiseen ja tai arjen askareista selviytymiseen
- sinua kiinnostaa ikääntyneiden liikuntamahdollisuudet ja ryhmätoiminnot

Fysioterapian keskitetty ajanvaraus p. 05 352 7054 tai tee varaus Eksoten sähköisen ajanvarauksen kautta.

Avofysioterapia, Imatra

Avofysioterapia. Parikkalan hyvinvointikeskus

Avofysioterapia, Rautjärven hyvinvointiasema

Avofysioterapia, Ruokolahden hyvinvointiasema

Toimintaterapia

Toimintaterapiaan pääsee terveydenhuollon ammattilaisen pyynnöllä (perusterveydenhuolto), lääkärin läheteellä (erikoissairaanhoido) ja kuntoutussuunnitelman perusteella.

Jos sinulla on lähete, voit varata ajan toimintaterapeutin vastaanotolle sähköisen asiointin kautta, jolloin kirjautumiseen tarvitset verkkopankkitunnuksen tai mobiilivarmenteen. Voit myös siirtää ja perua varattuja aikoja. Vastaanottoa hoitava toimintaterapeutti varaa sinulle ajan lähetteen, pyynnön tai yhteydenoton saatuaan.

Kuntoutusohjaajat

Kuntoutusyksikkö, Kirkkokatu 1, 53100 Lappeenranta

Aivovammaisten aikuisten kuntoutusohjaaja p. 040 754 8698

Kuulovammaisten lasten ja aikuisten kuntoutusohjaaja p. 040 1546

Liikuntavammaisten ja neurologisesti sairaiden aikuisten
kuntoutusohjaaja p. 044 791 5648

Näkövammaisten lasten ja aikuisten kuntoutusohjaaja
puh. 044 791 5764

Kotikuntotus

Kotikuntoutuksen fysio –tai toimintaterapeutti tekee asiakkaalle kokonaisvaltaisen toimintakyvyn ja asunnon esteettömyyden arvioinnin sekä kuntoutumissuunnitelman sairaalasta kotiutuessa tai toimintakyvyn muuttuessa. Kotikuntoutuksen kuntoutustarpeen arviointiin tullaan usein esim. palveluohjaajien, fysioterapeuttien, kotihoidon hoitajien tai lääkäreiden arvioinnin pohjalta. Kotikuntoutuksen moniammatillinen työryhmä päättää kuntoutuksen toteutuksesta mm. asiakkaan tarpeen, tavoitteiden ja sitoutumisen mukaan.

Kotikuntoutus on perusteltua, kun kuntoutuja tarvitsee apua liikkumisen, kodin arkiaskareista selviytymisen tai esimerkiksi päivittäisten toimien harjoitteluun. Kotikuntoutuksella pyritään kuntoutujan toimintakyvyn kohenemiseen, mutta myös kuntoutujan palveluntarpeen vähenemiseen.

Kotikuntoutus on perusteltua myös siinä tapauksessa, kun arvion mukaan asiakkaan palveluntarve tulee kasvamaan lähitulevaisuudessa. Kaikilla käynneillä pyritään tiiviiseen yhteistyöhön omaisten ja läheisten kanssa.

Kotikuntoutuksesta saat lisätietoa:

Isoapu- palvelukeskus p. 05 352 2370

Ruokolahti ft Elina Kutvonen p. 040 198 8905

Rautjärvi ft Elina Kutvonen p. 040 198 8905

Parikkala ft Sari Laukkanen p. 040 839 7750

Parikkala, Rautjärvi, Ruokolahti toimintaterapeutti Minna Jaakkola
p. 040 651 1459

18. LABORATORIO

Eksoten alueen laboratoriot toimivat ajanvarauksella ja tutkimuksiin tarvitaan aina lähete.

Ajanvaraus p. 05 352 4410 ma-pe klo 8-15

Honkaharjun laboratorio

Honkaharju 4, 55800 Imatra ma-pe klo 7-15

Mansikkalan laboratorio

Kauppakatu 7, 55120 Imatra ma-pe klo 7-14.30

Parikkalan laboratorio

Lehmuskuja 3, 59100 Parikkala ma-pe klo 7-14.30

Rautjärven laboratorio

Viipurinkatu 6, 56800 Simpele

näytteenotto ma – to klo 7.30–14.30, pe ja aattopäivinä klo 7.30–12.30

Ruokolahden laboratorio

Nällisuontie 7, 56100 Ruokolahti

näytteenotto ma – to klo 7-14.30,pe ja aattopäivinä klo 7-12.30

19. LIIKUNTA

Tarvitsetko apua ulkoiluun, kotijumppaan tai kaveria kuntosalille? Eksotella on koulutettuja Liikuntaystäviä, jotka vapaaehtoistyönä käyvät yksin asuvien ihmisten luona.

Kysy lisää toiminnasta Imatran Iso apu -palvelukeskuksen fysioterapeutilta p.040 047 1910.

Ikääntyville järjestetyistä liikuntapalveluista (esim. liikuntaneuvonta, liikuntareseptit ja ohjatut liikuntaryhmät) saat lisätietoja

p. 020 617 7202 liikunnanohjaaja, Imatra

p. 044 7811 933 vapaa-aikaohjaaja, Parikkala

p. 0400 750 629 liikunnanohjaaja, Rautjärvi
p. 044 449 1401 liikunnanohjaaja Ruokolahti

20. MALLU –AUTO

Eksoten liikkuva palveluyksikkö Mallu palvelee eri puolella Etelä-Karjalaa. Mallu auto on Eksoten liikkuva yksikkö, josta saat terveydenhuollon palveluja. Mallu autosta saat sairaanhoitajan vastaanottopalvelua, laboratoriopalveluna vain INR- näytteenottoa. Sairaanhoitajan palvelut ovat maksuttomia.

Ajanvaraus

Sairaanhoitajan vastaanotolle voit varata ajan oman terveysasemasi ajanvarausnumerosta. Näytteiden ottamista varten sinun on varattava aika laboratorioiden ajanvarausnumerosta 05 352 4410, ma-pe klo 8-15. Ajanvarauksen voit tehdä myös Eksoten sähköisen ajanvarauksen kautta

- Imatra p. 05 352 0980, Imatrankoski Kävelykatu, K-supermarket joka keskiviikko klo 8-12.40
- Parikkala, Sairaanhoitajan vastaanoton ajanvaraus p. 05 352 4400. Laboratorion ajanvaraus p. 05 352 4410
- Uukuniemen Nuorisoseurantalons piha, Uukuniementie 946. Parittoman viikon tiistai klo 8.30–10.10
- Niukkala, Uukuniemen kirjaston piha, Uukuniementie 1. parittoman viikon tiistai klo 10.40-15.10
- Tarnalan koulutalon piha. Niukkalantie 496, parittoman viikon tiistai klo 15.30-16.10

Mallu-auton reitti- ja aikataulun löydät sivuilta www.eksote.fi/mallu sekä terveysasemaltasi. Reitti- ja aikataulu julkaistaan myös paikallislehdessäsi aina uuden reitin käynnistyessä.

Muut palvelut Mallu-autossa:

Mallu-autossa saa myös suun terveydenhuollon ennaltaehkäiseviä palveluja eri puolella maakuntaa. Tällä hetkellä viemme

suuhygienistin palveluja ajanvarauksella yli 18-vuotiaille. Ajanvaraus p. 05 352 7059.

Eksoten liikkuva laboratorion näytteenottopiste **Malla-auto** palvelee Imatrankoskella ja Ruokolahdella (vain joukkoseurannat). Laboratorionäytteiden ottamista varten varaa aika laboratorioden ajanvarausnumerosta p. 05 352 4410. Näytteenottoaika on varattava viimeistään edellisenä arkipäivänä.

Malla-autosta saat tavanomaisia laboratoriopalveluja, kuten: verikokeet, sydänfilmi, nielunäytteet, bakteerinäytteet, sieninäytteet, gynekologiset näytteet, virtsanäytteiden vastaanotto sekä näytenpurkkien anto ja ohjaus.

Malla-auton reittiaikataulun voit tarkistaa ajanvarausnumerosta 05 352 4410

21. AIKUISTEN PSYKOSOSIAALISET PALVELUT

Mielenterveys- ja päihdepalvelujen palvelunumero (24/7)
p. 05 352 4610

Mielenterveys – ja päihdepäivystys Lappeenrannan yksikkö on auki arkisin klo 8-17. Muina aikoina päivystyksestä vastaa aikuispsykiatrian osasto PS1. Käyntiosoite Etelä-Karjalan keskussairaala, Valto Käkelänkatu 1, psykiatrian siipi, 1.krs., 53130 Lappeenranta.

Mielenterveys- ja päihdepäivystys, Imatran yksikkö on auki ma-to klo 8-16 ja pe klo 8-15. Käyntiosoite Tainionkoskentie 1, 55100 Imatra.

KRIISIPALVELUT

Erilaisissa elämän kriisitilanteissa voi yhteyttä ottaa kunnan, seurakunnan, yksityisen tai eri järjestöjen ylläpitämiin ja tarjoamiin palveluihin.

AA-auttava puhelin, Imatra p. 040 521 1055

Seurakuntien diakoniatyö

p.0400221180 Imatra, palveleva puhelin, su-to klo 18–01.00, pe-la klo 18–03.00

Parikkalan seurakunta p. 0401285350

Rautjärven seurakunta p. 044 756 7600

Ruokolahden seurakunta p. 05 688 1100

Valtakunnallinen kriisipuhelin (mielenterveysseura)

p. 0 10 195 202 arkisin klo 9-07.00, viikonloppuisin klo 15–07.00

Eksoten sosiaalipäivystys

Sosiaalipäivystys toimii viranomaiselta (hälytyskeskus, poliisi, pelastuslaitos) tulleen yhteydenoton perusteella: soita numeroon 112

Turvakoti

Turvakoti sijaitsee Lasten – ja nuorten koti Mansikkarinteen yhteydessä osoitteessa Pappilanpolku 1D,55120 Imatra. Puhelin 040 351 6477.

22. MUISTIVASTAANOTTO

Voit varata ajan muistihoitajalta, kun epäilet muistisairautta. Et tarvitse lääkärin lähetystä. Muistihoitaja haastattelee sinut ja tekee testisarjat ja tarvittaessa lähettää tuloksesi geriatriille

Jos sinulla todetaan muistisairaus, sinulle ja läheisillesi tehdään ensivaiheen hoito- ja kuntoutussuunnitelman, jossa annetaan ohjausta ja neuvontaa elämään muistisairauden kanssa.

Muistikoordinaattorit huolehtivat muistipotilaiden ja heidän läheistensä tukemisesta ja jatkoseurannasta muistisairauden diagnoosin jälkeen. He toimivat yhteyshenkilöinä sinun ja geriatri välillä.

Muistitestaukset

Muistikoordinaattori Aino-Maija Dahlman p. 040 651 3083,
Mansikkalan sosiaali- ja hyvinvointiasema

Muistihoitaja Sari Andelin p. 040 534 6250, Honkaharjun
terveysasema

Muistihoitaja Päivi Viinikainen p. 0400 644 279, Mansikkalan
sosiaali- ja hyvinvointiasema

Parikkala ja Ruokolahti

Muistikoordinaattori Marita Lepistö p. 044 781 1915

Rautjärvi

Muistikoordinaattori Katri Vuorela p. 040 651 1797

23. OMAISHOITO

Omaishoidon tuella tarkoitetaan vanhuksen, vammaisen tai sairaan henkilön kotona tapahtuvan hoidon ja huolenpidon järjestämistä omaisen tai muun hoidettavalle läheisen henkilön avulla. Omaishoitaja on henkilö, joka pitää huolta perheenjäsenestään tai muusta läheisestään, joka ei vammaisuudesta tai muusta erityisestä hoivan tarpeesta johtuen ei selviydy arjestaan omatoimisesti.

Omaishoidon tuki koostuu hoitajalle maksettavasta hoitopalkkiosta, vapaasta ja muista omaishoitoa tukevista palveluista. Sopimuksen liitteeksi laaditaan aina hoito- ja palvelusuunnitelma.

Omaishoitoa haetaan hakemuksella joita saat mm. omaishoidon palveluohjaajalta Iso apu-palvelukeskuksesta tai lomake löytyy myös Eksoten verkkosivuilta.

Imatra ja Ruokolahti

p. 040 080 6732 palveluohjaaja

p. 044 336 5680 palveluohjaaja

Parikkala

p. 044 781 1302 palveluohjaaja

p. 044 146 3328 palveluohjaaja

Rautjärvi

p. 040 842 5159 palveluohjaaja

Yhdistystoiminta

Etelä-Karjalan Omaishoitajat ja Läheiset Ry

Perillistenkatu 3, 53100 Lappeenranta

p. 040 842 4440 ja 040 739 1234

24. PALVELULINJATImatra

Asiointibussi A (arkisin) poikkeaa reiteiltä aikataulun sallimissa rajoissa. Poikkeamista on ilmoitettava viimeistään edellisenä arkipäivänä Pohjolan liikenteen asiakaspalveluun p. 0600 555 840, soitot klo 8-15.30. Asiointibussin kyytiin voi nousta reitin varrelta mistä vain ilmoittamalla siitä edellä mainittuun puhelinnumeroon.

Kutsutaksi ajaa vain tilauksesta ja se on tilattava viimeistään matkustuspäivänä klo 8.00 puh. Taksi 0200 16464. Ilmoita tilausta jättäessäsi lähtöpaikka ja määräpaikka.

Veteraanit saavat matkustaa maksutta paikallisliikenteessä Matkahuollon veteraanikortilla. Apuvälineitä (rollaattori, pyörätuoli) käyttävät matkustajat kulkevat matkansa veloitusetta.

Ruokolahdella ja Rautjärvellä palveluliikennereitit voi tarkistaa kunnan verkkosivujen kautta tai lisätietoa voi kysyä Iso apu-palvelukeskuksesta.

Parikkalan kunnan järjestämä asiointiliikenne on kaikille avointa joukkoliikennettä. Kyytiin pääsee reittien varrelta ilman etukäteistä sopimista. Asiakas haetaan kotoa ja viedään kotiin, jos asiasta on edellisenä arkipäivänä ilmoitettu alueittain kuljettajalle. Asiointiliikennettä Kinnarniemen, Koitsanlahden, Peruspohjan ja Rasvaniemen alueella hoitaa Bussipalvelu E. Valkeapää Oy.Puh.

0400 988 815 tai 045 6790 871. Asiointiliikennettä Uukuniemen ja Saaren alueella hoitaa liikennöitsijä Kari Härkönen puh. 040 5746 301

Lisätietoa reiteistä saa kunnan verkkosivuilta tai Iso apu-palvelukeskuksesta

p. 020 617 4418 hallintoinsinööri (Imatra)

p. 044 7811 220 tekninen johtaja (Parikkala)

p. 040 3540292 talouspäällikkö Paula Hinkkanen (Rautjärvi)

p. 044 449 1260 sivistystoimisto (Ruokolahti)

25. PALVELUTARPEEN ARVIOINTI

Palvelutarpeen arvioinnin tavoitteena on parantaa iäkkäiden ihmisten edellytyksiä asua omassa kodissaan ja turvata ikääntyvälle oikea-aikaisesti annettavat palvelut. Palvelutarpeen arviointia voi pyytää henkilö itse, omainen, viranomainen tai muu taho. Arviointi toteutetaan pääsääntöisesti kotikäyntinä.

Palvelutarpeen arviointipyynnöt p.05 352 23 70 Iso apu - palvelukeskuksesta

26. PÄIVYSTYS

Jos sairastut arkipäivänä klo 8-16 soita omalle terveys- tai hyvinvointiasemalle. Päivystysvastaanotolla hoidetaan äkillisiä ja kiireellistä hoitoa vaativia sairauksia ja tapaturmia. Se ei ole tarkoitettu pitkäaikaissairauksien tai terveysongelmien hoitoa ja selvittelyä varten.

Päivystys iltaisin, öisin ja viikonloppuisin:

Jos sairastut illalla, yöllä tai viikonloppuna soita Etelä-Karjalan keskussairaalan päivystykseen numeroon 05 352 5743. Osoite Valto Käkelän katu 1,53130 Lappeenranta.

Imatralla Honkaharjun kiirevastaanotto on avoinna ma-pe klo 16-21, la-su ja pyhäpäivisin klo 8-21 p. 05 352 0980. Osoite Honkaharju 4,55800 Imatra.

Kun hätä on suuri, soita numeroon 112 (myös sosiaalipäivystys).

27. PÄIVÄAIKAINEN TOIMINTA

Ikäihmisten kuntouttavan päivätoiminnan tarkoituksena on tukea ikääntyneiden kotona asumista ja omaishoitajien jaksamista. Toiminnalla tuetaan kotona asuvien ikääntyneiden itsenäistä psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista toimintakykyä. Päivätoiminta on toimintakykyä tukevaa ja asiakkaan yksilöllisiä tarpeita kunnioittavaa

Päivätoimintaan haetaan hakemuksella. Päivätoimintamaksu 5-6 tuntia 20 € ja 4 tuntia 15 /käyntikerta. Maksu sisältää lounaan, päiväkahvin ja muun toiminnan. Tarvittaessa päivätoiminnan henkilöstö järjestää asiakkaalle kuljetuksen päivätoimintaan, josta peritään paikallisliikenteen alimman taksan mukainen maksu.

Päivätoimintaa järjestetään

- Imatran päivätoiminta, Tammiharju 7, p. 040 5091 838
- Parikkalan päivätoiminta, Kaakonkuja 2, p. 044 781 1301
- Rautjärven päivätoiminta, Iltaruskonkatu 4, Simpele p. 040 842 5159
- Ruokolahden päivätoiminta, Nällisuontie 7, p. 050 549 8336
- Saaren päivätoiminta, Akapohjantie 19, Parikkala p. 044 781 1301

28. SAS (SELVITÄ-ARVIOI-SIJOITA) - TOIMISTO

Sijoittaa erikoissairaanhoidosta jatkokuntoutukseen, järjestää omaishoitajien lakisääteiset vapaapäivät sekä hoitaa pitkäaikaissijoitusta odottavan asiakkaan asioita. SAS-työryhmässä on mukana kotiutushoitaja ja tarvittaessa sosiaalityöntekijä.

Yhteydenotot p.05 352 2370

29. SEURAKUNNAT/DIAKONIATYÖ

Diakoniatyö tarjoaa hengellistä ja henkistä tukea kaikille tarvitseville. Palvelut ovat maksuttomia.

Seurakuntien diakoniatyö

p. 044 400 4200 Imatra

p. 040 864 1236 ja 0400 697 081 Parikkala

p. 050 531 3406 Rautjärvi

p. 044 788 1129 Ruokolahti

- Ortodoksinen seurakunta, Vuoksenniskantie 3
puh. 0206 100 470

30. SOSIAALI- JA POTILASASIAMIES

Tuomas Kumpula, p. 044 748 5306

Palvelun Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveystieteille tuottaa Kaakkois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus Socom Oy.

Sosiaaliasiamies

- neuvoo asiakkaita sosiaalihuollon asiakaslain (laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 812/2000) soveltamisessa
- avustaa asiakkaita muistutuksen tekemisessä
- tiedottaa asiakkaan oikeuksista
- toimii asiakkaan oikeuksien edistämiseksi ja toteuttamiseksi (mm. potilasvahinkoasiat)
- seuraa asiakkaan oikeuksien ja aseman kehitystä

31. SOSIAALITYÖ

Vanhussosiaalityön avulla

- autetaan ikääntyneitä ja heidän omaisiaan erilaisissa elämäntilanteissa

- ohjataan ja neuvotaan ikäihmisiä ja heidän omaisiaan asumiseen, palvelujen ja taloudellisten etuuksien hakemiseen liittyvissä kysymyksissä.

Imatra

- vanhustenhuollon sosiaalityöntekijä p. 040 765 7240
- Iso apu-palvelukeskus p. 05 352 2370
Esterinkatu 10, 55100 Imatra, ma-pe klo 9-15
- Honkaharjun terveysasema p. 040 760 4730 /
sosiaaliohjaaja
Honkaharju 4, 55800 Imatra

Parikkala

Lehmuskuja 3, 59100 Parikkala
sosiaalityöntekijä p. 044 781 1360
palveluohjaaja ma, ti, to klo 8-12 p. 040 651 226

Rautjärvi

Viipurinkatu 6, 56800 Simpele
palveluohjaaja, ma-to klo 8-12 p. 044 781 1313
sosiaalityöntekijä p. 040 1988 844
etuuskäsittelijä p. 044 781 1313

Ruokolahti

Hyvinvointiasema, Nällisuontie 7, 56100 Ruokolahti
palveluohjaaja, sosiaalityöntekijä p.040 651 3999
palveluneuvoja p. 040 146 3184

32. SOTAINVALIDIEN NEUVONTAPALVELU

Kymen Sotavammaisten Tukiyhdistys ry, Kauppakatu 58–60
p. 040 849 6219 sosiaalneuvoja Ulla Kiiveri
ma–to klo 8.00–16.00, pe klo 8.00–13.30. Myös kotikäyntejä.

Neuvontapalvelu on sotainvalidien ja heidän puolisoitensa, leskiensä ja muiden omaistensa neuvomista, ohjaamista ja avustamista kaikissa sotavammalainsäädäntöön liittyvissä asioissa,

mm. etuuksien selvittämisessä ja vireillepanossa. Palvelu on maksutonta ja luottamuksellista.

Sotainvalidien avustustoiminta

Arjen apua alle 15 % sotainvalideille, heidän puolisoilleen ja kaikille sotainvalidien leskille. Arkisiivousta, vaatehuoltoa, ruuanlaittoa, kaupassa käyntiä, asioiden hoitamista, ulkoiluttamista yms.

Lisätietoja Kymen Sotavammaisten Tukiyhdistys ry:ltä.

p. 040 520 6214 projektipäällikkö Tuula Kurri

p. 040 520 6214 projektisihteeri Maija Karnaattu

33. TERVEYS- JA HYVINVOINTIASEMIEN LÄÄKÄREIDEN/SAIRAAHOITAJIEN VASTAANOTOT

Ajanvaraus sairaanhoitajien ja lääkäreiden vastaanotolle ma-to klo 8-16, pe ja aattopäivinä klo 8-15. Ei-kiireelliset yhteydenotot klo 10 jälkeen. Terveysasemilla on käytössä takaisinsoittopalvelu.

Honkaharjun terveysasema

Honkaharju 4

55800 Imatra

p. 05 352 0980

Iltaisin ja viikonloppuisin terveysasemalla toimii kiirevastaanotto äkillisiä sairautapauksia varten, p. 05 352 0980. Kiirevastaanotto on avoinna ma-pe klo 16-21 ja la-su klo 8-21.

Yöpäivystys toimii klo 21 jälkeen Etelä-Karjalan keskussairaalan päivystyspoliklinikalla (Valto Käkelänkatu 1, Lappeenranta). Soita ensin p. 05 352 5743.

Parikkalan hyvinvointiasema

Lehmuskuja 3, 59100 Parikkala

p. 05 352 4400 arksin klo8-16

Iltaisin ja viikonloppuisin: Imatra, Honkaharjun terveysasema, p. 05 352 0980. Yöpäivystys klo 21 jälkeen: Lappeenranta, Etelä-Karjalan keskussairaala, p. 05 352 5743

Rautjärven hyvinvointiasema

Viipurinkatu 6, 56800 Simpele p. 05 352 4400 arkisin klo 8-16

Iltaisin ja viikonloppuisin: Imatra, Honkaharjun terveysasema, p. 05 352 0980. Yöpäivystys klo 21 jälkeen: Lappeenranta, Etelä-Karjalan keskussairaala, p. 05 352 5743

Ruokolahden hyvinvointiasema

Nällisuontie 7, 56100 Ruokolahti

Lääkärin ja sairaanhoitajan vastaanotolle ajanvaraus p.05 352 4400 arkisin klo 8-16

Iltaisin ja viikonloppuisin: Imatra, Honkaharjun terveysasema, p. 05 352 0980. Yöpäivystys klo 21 jälkeen: Lappeenranta, Etelä-Karjalan keskussairaala, p. 05 352 5743

34. TEHOSTETTU KOTISAIRAAHOITO - TeHoSa

Tehostettu kotisairaanhoito on Eksoten liikkuva hoitoyksikkö. Sairaanhoitajat toteuttavat lääkärin määräämää lyhytkestoista hoitoa aikuisväestölle kotona, palveluasumisyksiköissä ja terveysasemien vastaanotoilla. Teemme myös hoitoarviokäyntejä kotona ja palveluasumisyksiköissä voinnin muuttuessa äkillisesti.

Sairaanhoitajien työaika on klo 8-21 kaikkina viikonpäivinä.

TeHoSan tiimien kotikäynnit:

- hoidolliset arviokäynnit
- äkilliset voinnin muutokset
- lääkkeitä ja -infuusioita suonensisäisesti
- haavahoidot liikunta- tai muuten toimintarajoitteisille
- ennalta sovitut hoitotoimenpiteet
- palliatiivinen eli oireenmukainen hoito ja saattohoito

TeHoSa tiimien vastaanottokäynnit:

- haavahoidot
- lääkeinjektiot ja -infuusiot lihakseen ja suonensisäisesti

Yhteystiedot:

Imatra p. 040 553 6297

Ruokolahti / Rautjärven asemaseutu p. 040 651 3949

Parikkala/Simpeleen taajama p. 0400 771 763

Kotiutushoitaja / EKKS p. 0400 639 798

35. TERVEYSASEMIEN VUODEOSASTOT JA VANHAINKODIT

Vanhainkodeissa ja terveysasemien vuodeosastoilla hoidetaan henkilöitä, joille ei voida järjestää hänen tarvitsemaansa ympärivuorokautista hoitoa kotona tai palveluasunnossa. Terveysasemien vuodeosastolla tarjotaan myös lyhytaikaishoitoa. Pitkäaikaishoitoon potilaat valitsee SAS-työryhmä.

36. EKSOTEN TURVAPUHELINPALVELU SEKÄ MUUT TURVA APUVÄLINEET

Kotona selviytymisen tukemiseksi ja turvallisuuden lisäämiseksi asiakkaalla on mahdollisuus vuokrata tai ostaa turvapuhelin sekä GPS-paikannuksella varustettu turvaranneke, joiden avulla asiakas pystyy tarvittaessa hälyttämään apua ympäri vuorokauden.

Lisätietoja turvapuhelimista Iso apu palvelukeskuksesta p. 05 352 2370.

Myös saatavana turvapuhelimen lisälaitteita kuten ovivahti, hellahälytin, savu/palovaroitin sekä kaatumishälyttimiä.

37. VANHUSNEUVOSTO

Vanhusneuvoston tehtävänä on mm. seurata eri hallinnon aloilla tapahtuvaa toimintaa, tehdä aloitteita ja edistää vanhusten palveluja koskevaan päätöksentekoon liittyvää tiedottamista.

Vanhusneuvosto koostuu eläkeläisjärjestöjen, toimialojen, luottamushenkilöiden ja vanhuspalveluja tuottavien säätiöiden ja yhdistysten edustajista.

Lisätiedot

p. 020 617 2225 siht. Sirkku Sarlomo (Imatra)

p. 040 160 4140 Annaleena Rita (Rautjärvi)

p. 050 434 3079 pj. Toivo Ruohonen (Ruokolahti)

p. 040 526 6145 pj. Erkki Paakkunainen (Parikkala)

38. VAPAAEHTOISKESKUKSET, KOHTAAMISPAIKAT

Leppoisaa yhdessäoloa, juttuseuraa, teemapäiviä, ohjelmatuokioita, askartelua ym.

Imatra

Kohtaamispaikka Majakka, Ensontie 32

Olavinkulman toimitila, Olavinkatu 13

Postilla, Vuoksenniskantie 109

Rautjärvi

Yhteisvastuu-kahvila to 10.00–14.30 (seurakunta järjestää
Simpeleen seurakuntakeskuksessa)

Vanhusten kerhot kokoontuvat Keppelissä ti klo 13.00 ja

Kuuselassa to klo 13.00 joka toinen viikko.

Lisäksi kehitysvammaisten ja omaishoitajien kerhot kokoontuvat säännöllisesti.

Lisätiedot puh. 050 531 3406 diakoniatyöntekijä

39. VAPAAEHTOISTYÖ

Vapaaehtoistoiminta on palkatonta ja luottamuksellista, toisen ihmisen auttamiseksi ja tukemiseksi tehtävää ystävä - ja lähimmäistyötä. Jos olet itse kiinnostunut toimimaan vapaaehtoistyöntekijänä, ota yhteyttä seurakuntaan tai Suomen Punaiseen Ristiin. Ulkoiluseurasta, saattoavusta, tukiystävistä yms. on jatkuvasti tarvetta.

Lisätiedot:

- Eksoten Liikuntaystävä, kysy lisää toiminnasta Iso avun palvelunumerosta p. 05 352 2370
- Lappeenrannan Ortodoksisen seurakunnan diakoniatoiminta, p. 0400 414792, ma klo 10-14
- Seurakunnan diakoniatyö
- Suomen Punainen Risti
 - Imatran osasto, Heikinkatu 15, p. 050 439 6006
 - Parikkalan osasto, p 400-574868
 - Ruokolahden osasto, Kerrostie 6 A 3, p.
- SPR:n Pirstäjätoiminta, lisätietoja p. 050 439 6006

40. VELKANEUVONTA

Velkaneuvonnassa annetaan tietoja ja neuvoa talouden ja velkojen hoidossa. Ajanvaraukset tehdään ennakkoon puhelimitse.

Talous- ja velkaneuvonnan puhelinneuvonta ja ajanvaraus palvelevat ma - to klo 9-11 puh. 040 651 1581.

Aikuisten keskus, Tainionkoskentie 1, 55120 Imatra

Parikkalan, Rautjärven ja Ruokolahden osalta talous- ja velkaneuvontapalvelut tuotetaan Imatralla.

41. VETERAANINEUVONTA

Autamme ja ohjaamme sotiemme veteraaneja kaikissa asioissa. Veteraanineuvonnasta annetaan palveluohjausta ja neuvontaa kotona asumisen tukemiseen. Autamme myös Valtionkonttorin erityisryhmän kuntoutushakemusten täyttämässä sekä Lotta Svärd Säätiön kuntoutus- ja avustushakemuksissa. Toimintamme on maksutonta.

Veteraanineuvonnan yhteystiedot:

Imatra, Parikkala, Rautjärvi ja Ruokolahti p. 040 127 4149

Veteraanikuntoutus

Veteraanikuntoutukseen voi hakeutua joko soittamalla veteraanineuvojalle tai täyttämällä kuntoutushakemuksen omalla terveysasemalla tai käymällä vastaanotollamme tai tarvittaessa teemme kotikäynnin veteraanin luokse. Veteraanit voivat valita kuntoutusmuodoksi joko avokuntoutuksen (fysioterapia, jalkahoito, toimintaterapia, lymfaterapia, muistikuntoutus) tai ryhmäkuntoutuksen tai päiväkuntoutuksen tai laitospalvelun. Tarkempia tietoja kuntoutukseen hakeutumisesta voi kysellä veteraanineuvojalta.

Veteraanien kotiin vietävät avopalvelut:

Kotiin vietävät avopalvelut ovat veteraanien apua kotona asumisen tukemiseen. Myönnämme apua palvelutarpeen kartoituksen perusteella valtion varoita veteraanin yksilöllisen tarpeen mukaisesti. Lisätietoja antavat veteraanineuvojat. Veteraanin palvelun tarve määrittelee myönnettävän palvelun keston ja sisällön.

42. YKSITYISET PALVELUKODIT

PALVELUASUMINEN

Osa palvelutaloista on Eksoten ostopalveluja koskevan puitesopimuksen piirissä.

Imatran palvelutaloyhdistys ry
Kauppakatu 3, 55120 Imatra
p. 05 687 5500

KVPS Tukena Oy, Imatran Poutapilven palvelukoti
Paajalankatu 16, 55120 Imatra
p.020 771 3620, p. 020 7713 622

Raution Toimintakeskus
Karpuksenkatu 26, 55910 Imatra
p. 040 731 5764

Yksityisistä palvelukodeista löytyy lisätietoa myös www.ykistyisetpalvelut.fi sivustolta.

TEHOSTETTU PALVELUASUMINEN

Osa palvelukodeista on Eksoten ostopalveluja koskevan puitesopimuksen piirissä. Joissakin palvelukodeissa on saatavilla myös lyhytaikaishoitoa ja päivätoimintaa ikääntyneille.

Attendo Aapelikoti Oy
Piikatu 14, 55120 Imatra
p. 044 531 7060

Attendo Imatran palvelukoti Oy
Honkaharju 4, 55800 Imatra
p. 040 3120 603

Silamus koti, Änkilän Hoivapalvelu Oy
Änkiläntie 153, 56800 Simpele
p.040 419 9142

43. YKSITYISET PALVELUNTUOTTAJAT

Eksoten hyväksymiltä yksityisiltä palveluntuottajilta voit ostaa sairaanhoito- ja hoivapalveluja sekä kotihoidon tukipalveluja kuten ateria- ja vaatehuolto, kylvytys-, siivous-, kuljetus-, saattaja- sekä sosiaalista kanssakäymistä edistäviä palveluita.

Palveluntuottajien yhteystietoja ja tietoa palveluista saat Iso apu-palvelukeskuksesta p. 05 352 2370, internetistä www.yksityisetpalvelut.fi - sivustolta, sekä ottamalla itse suoraan yhteyttä palveluntuottajaan.