

UUDET
puhelinnumerot
terveysasemille
s. 12-14

HYVINVOINTI JOTTA LÄNSI-SUOMALAISET
VOIVAT HYVIN

Ikääntyneiden palveluopas



Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue
Västra Nylands välfärdsområde

luvn.fi

Jotta ikääntyneet länsi-uusimaalaiset voivat hyvin

Tervetuloa lukemaan opasta Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen palveluista. Oppaassa on tietoa sekä kaikille kohdennetuista että erityisesti iäkkäimmille hyvinvointialueen asukkaille tarkoitetuista palveluista. Käsissäsi on nyt oppaan ensimmäinen versio, joka käyttäjiltä saatujen palautteiden pohjalta kehittyi toimivammaksi ja hyödyllisemmäksi.

Oppaaseen on koottu tietoa erilaisista sosiaali- ja terveystalvetaista, joita tarjoamme hyvinvointialueen asukkaille, sekä yhteydenotto-voista näihin palveluihin. Opas on tehty, jotta myös asukkaat, joilla ei ole mahdollisuutta internetin käyttöön, saavat tarvitsemansa tiedot. Oppaaseen on pyritty kokoamaan ne palvelut, joita tarvitset, kun arjen sujumisessa alkaa olla haasteita. Olemme myös lisänneet oppaan loppuun tietoa esimerkiksi Kelan palveluista.

Seniari-info on keskeinen toimija hyvinvointialueen ikääntyneiden asukkaiden neuvonnassa, palvelutarpeen arvioinnissa ja palvelujen järjestämisessä. Seniari-info neuvoo ikääntyneiden palveluihin liittyvissä kysymyksissä yhdessä puhelinnumerossa tai sähköpostin kautta. Seniari-infoon kannattaa olla yhteydessä, jos tarvitsemasi apu ei löydy tästä oppaasta eikä hyvinvointialueen nettisivuilta. Yhteystiedot löydät s. 6.








Tämän oppaan tiedot on kerätty loppuvuoden 2023 aikana. Hyvinvointialueen palvelujen kehittyessä muutoksia saattaa tulla muun muassa palvelujen yhteystietoihin ja toimipaikkojen aukioloaikoihin. Jos oikea tieto ei löydy tästä oppaasta, voit aina olla yhteydessä Seniari-infoon.

Tuula Ekholm
Palveluyksikköpäällikkö
Seniari-info

**Tiesitkö muuten mitä
LUVN tarkoittaa?**

**LU=Länsi-Uusimaa
VN=Västra Nyland**

Sisällysluettelo

	Hätä- ja kriisitilanteessa	5
	Seniори-info	6
	Sosiaalipalveluiden myöntäminen	7
	Vammaispalvelujen neuvonta	7
	Yleinen sosiaalityö	8
	Lähisuhde ja perheväkivalta	9
	Kotona asumista tukevat palvelut	9
	Yksityiset sosiaalipalveluiden tuottajat	10
	Hyvinvointia edistävä toiminta	10
	Ikääntyneiden kuntoutus	10
	Veteraanien ja sotainvalidien palvelut	11
	Terveyspalvelut, Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen terveysasemat	12
	Influenssarokotus ja koronarokotus	15
	Mielenterveys- ja päihdepalvelut	15
	Suun terveydenhuolto, hammashoitolat	16
	Kuntoutus ja terapia	18
	Apuvälinepalvelut	18
	Omahoitotarvikkeet	19
	Laboratorio- ja kuvantamistutkimukset	19
	Kuntouttava päivätoiminta	20
	Omaishoidon tuki	20
	Perhehoito	21
	Kotihoito	22
	Ikääntyneiden asumispalvelut	25
	Yleisesti hyvinvointialueen laskustusasioista	26
	Ikääntyneiden palveluiden viestintä	27
	Tietoa KELAsta sekä edunvalvonnasta	28
	Edunvalvonta ja toisen asioiden hoitaminen	31



Hätä- ja kriisitilanteessa



Hätänumero 112

Hätätilanteessa ota yhteyttä puhelinnumeroon 112

Sosiaali- ja kriisipäivystys 24/7

Apua kiireellisissä sosiaalihuollon tilanteissa sekä akuuteissa traumaattisissa kriisitilanteissa (esimerkiksi läheisen kuolema, läheisen tai oma vakava sairastuminen, väkivalta tai tulipalo)

Hyvinvointialueen sosiaali- ja kriisipäivystys.....029 151 2221

Pelastuslaitos

Tilannekeskus, neuvonta ja vaihde (24h).....029 151 2112

Päivystävä palotarkastaja029 151 2512

HUS Päivystysapu.....116 117

Iltaisin, viikonloppuisin ja pyhäpäivisin soita päivystysapuun p. 116 117 ennen hakeutumista päivystykseen. Ohjaamme sinut oikeaan hoitopaikkaan ja kerromme, kuinka nopeasti sinun tulee hakeutua hoitoon. Jos tilanteeseesi riittää itsehoito, saat hoito-ohjeet puhelimesta.

Kiireellisessä tilanteessa voit hakeutua suoraan päivystykseen, jos et saa yhteyttä Päivystysapuun kohtuullisessa ajassa, tai soittaminen ei ole mahdollista. Jos sinulla on päivystyslähete, sinun ei tarvitse soittaa Päivystysapuun, vaan voit tulla suoraan päivystyspoliklinikalle.

Oman terveysasemasi aukioloaikoina saat apua terveysasemaltasi. Päivystysapu p. 116 117 palvelee sinua, kun oma terveysasemasi on kiinni. Kiireettömissä asioissa odotathan oman terveysasemasi avautumista.

Henkeä uhkaavissa tilanteissa, esimerkiksi kova rintakipu, äkillinen hengitysvaikeus, tajuttomuus, halvausoireet, kouristelu, soita hätänumeroon 112.

SENIORI-INFO



Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen palveluita ikääntyneille

Länsi-Uudenmaan Seniori-info palvelee teitä ja teidän läheisiä tai tuttavien ikääntyneiden hyvinvointiin, arjen sujumiseen sekä palveluihin hakeutumiseen liittyvissä kysymyksissä. Tavoitat Seniori-infon neuvontapalvelun puhelimitse, sähköisellä yhteydenottolomakkeella tai sähköpostilla.

Seniori-infossa etsimme kanssasi erilaisia ratkaisuja ja vaihtoehtoja kotona asuminen ja mielekkään arjen tukemiseksi. Annamme tietoa alueellasi toimivien yhdistysten ja yritysten tarjoamista vaihtoehtoista, sekä ohjaamme tarvittaessa hyvinvointialueen tarjoamien palvelujen piiriin.

Oletko huolissasi omasta, läheisesi tai jonkun muun kohtaamasi henkilön elämänhallinnasta, päihteiden käytöstä tai toimeentulosta? Ota yhteyttä, niin arvioimme, minkälaista apua voimme tarjota. Yhteydenoton Seniori-Infoon voit tehdä kuka tahansa, joka on huolestunut toisen henkilön elämäntilanteesta.

Huomioithan että Seniori-infosta ei voi varata aikoja terveysasemalle tai muihin terveyspalveluihin, otathan näissä asioissa yhteyttä omalle terveysasemallesi.

Ikääntyneiden palveluihin hakeutuminen tapahtuu Seniori-infon kautta. Jos olet jo asiakkuudessa, voit olla suoraan yhteydessä palveluasi toteuttavaan tahoon.

**p. 029 151 2270
(avoinna arkisin klo 9–15)**

Meillä on käytössä takaisinsoittojärjestelmä, tavoittelemme sinua 3 kertaa.

seniori-info@luvn.fi

Merkitsethän lähettämäsi sähköpostin otsikkoon paikkakunnan, jota asia koskee. Yhteydenottoosi vastataan viimeistään seuraavan arkipäivän aikana. Ethän lähetä sähköpostissa arkaluonteisia henkilötietoja, kuten esimerkiksi henkilötunustasi.

0291-alkuiseen Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen puhelinumeroon soittaminen ja jonot-

taminen maksaa Suomesta matkapuhelimesta tai lankaverkosta soitettuna 0,084 €/min. Yritysnumerot eivät automaattisesti kuulu matkapuhelinliittymien pakettihintoihin. Tarkista hinnat omalta operaattoriltasi.

Sosiaalipalveluiden myöntäminen

Palveluiden myöntäminen Seniori-infossa perustuu palvelutarpeen arviointiin ja asiakassuunnitelmaan. Palveluja myönnetään palvelutarpeen selvittämisen perusteella esimerkiksi sairauden, vamman, alentuneen toimintakyvyn ja erityisen perhe- tai elämäntilanteen perusteella niille henkilöille, jotka tarvitsevat apua asumiseen, hoitoon ja huolenpitoon, toimintakyvyn ylläpitoon, asiointiin sekä muihin jokapäiväiseen elämään kuuluvien tehtävien ja toimintojen suorittamiseen.

Yli 75-vuotiailla selvitystyö on aloitettava viimeistään seitsemäntenä arkipäivänä siitä, kun asiakas, asiakkaan omainen tai muu henkilö on ottanut yhteyttä sosiaalipalveluihin palvelujen saamiseksi. Palvelutarpeen selvittäminen on asiakkaalle maksutonta.

Päätös palveluiden myöntämisestä tehdään asiakkaan kokonaistilanteen arvioinnin perusteella. Asiakkaalle myönnettyjä palveluja voidaan lisätä, vähentää tai palvelut voidaan lopettaa kokonaan asiakkaan toimintakyvyn ja/tai palvelutarpeen muuttuessa. Palveluja voidaan myöntää määräaikaisena tai jatkuvana.

Vammaispalvelujen neuvonta

Useimmiten yli 65-vuotiaiden henkilöiden tulee olla yhteydessä ikääntyneiden

palveluihin. Vammaispalveluista saat neuvontaa, mikäli sinulla on vamma tai pitkäaikainen sairaus, joka aiheuttaa vaikeuksia esimerkiksi asumisessa, liikkumisessa tai kotona selviytymisessä.

Vammaispalvelujen neuvontaa voit saada esimerkiksi puhelimitse tai asioimalla ajanvarauksella hyvinvointialueen vammaispalvelujen toimipisteessä. Neuvonnassa ei tehdä palveluihin liittyviä päätöksiä. Asiakastapaamiset tapahtuvat ajanvarauksella.

Vammaispalvelun työntekijä on asiantuntija erityisesti vammaispalvelulain mukaisten palvelujen hakemiseen ja käyttämiseen liittyvissä asioissa. Mahdollisuuksien mukaan neuvontaa annetaan muissakin vammaisten henkilöiden sosiaaliturvaan ja -palveluihin liittyvissä kysymyksissä. Tarvittaessa tehdään yhteistyötä muun muassa kotihoidon, terveydenhuollon ja muiden erilaisia palveluja tuottavien tahojen kanssa.

Ota yhteyttä, jos tarvitset vamman tai pitkäaikaisen sairauden takia tukea tai palveluihin liittyvää neuvontaa.

Vammaispalvelujen neuvonta p. 029 1512 425

- Espoo ja Kauniainen ma, ke, pe klo 9–11 ja 12–14
- Kirkkonummi ma ja to klo 9–11
- Lohja, Siuntio, Inkoo, Karkkila ja Vihti ma, ke ja pe klo 9–12
- Raasepori ja Hanko ma, ke, to klo 9–10

SOSIAALIPALVELUT



Yleinen sosiaalityö

Aikuissosiaalityö on kaikkien täysi-ikäisten ja gerontologinen sosiaalityö ikääntyneiden kanssa tehtävää suunnitelmallista sosiaalityötä. Sosiaalityöhön voit ottaa yhteyttä, kun tarvitset tukea, ohjausta ja neuvontaa erilaisissa arkielämän hankalissa tilanteissa. Voimme auttaa esimerkiksi rahahuoliin tai asumiseen liittyvissä asioissa.

Sosiaalityössä tehdään yhteistyötä muiden toimijoiden kanssa sopivimpien palvelujen löytämiseksi. Mikäli sinulla on taloudellisen tuen tarvetta, voit tarvittaessa jättää myös täydentävän tai ehkäisevän toimeentulotuen hakemuksen sosiaalityöhön (tätä edeltävästi on perustoimeentulotuki oltava haettuna Kelasta). Huomaa, että perustoimeentulotukea haetaan aina Kelasta.

Jos olet uusi asiakas, ota yhteyttä oman alueesi aikuissosiaalityöhön sosiaalitoi-

mistoon. Jos sinulla on nimetty omatyöntekijä, asiointi tapahtuu ensisijaisesti hänen kanssaan sovitulla tavalla.

Jos asut Espoossa, Kauniaisissa, Kirkkonummella, Inkoossa, Siuntiossa, Raaseporissa tai Hangossa ja olet yli 65-vuotias ja sinulla on joku ikääntyneiden palveluiden säännöllinen palvelu, ole sosiaalityön tarpeessasi yhteydessä omatyöntekijäsi tai Seniori-infoon p. 029 151 2270.

Espoo, Kauniainen 029 151 3100
Karkkila, Vihti 029 151 3140
Lohja, Siuntio, Inkoo 029 151 3130
Kirkkonummi,
Raasepori, Hanko 029 151 6004

Lähisuhde ja perheväkivalta

Lähisuhteessa ja perheessä tapahtuva väkivalta ei yleensä ole ohimenevä ja kertaluontoinen tapahtuma. Se on usein pikkuhiljaa kehittyvä prosessi, jossa väkivallan ja kontrollin eri muodot ovat vaihtelevina yhdistelminä läsnä. Väkivalta traumatisoi. Pahin vaurio väkivallasta jää, kun tekijä on läheinen. Vastuu väkivallasta on aina tekijällä. Pitkään jatkuneessa väkivallassa jo pelkkä väkivallalla uhkaaminen, tai sen ennusmerkit, pitävät

yllä koko perheen hyvinvointia vakavasti vaurioittavaa ilmapiiriä. Pakottaminen ja uhkailu normalisoivat väkivallan ja avun hakeminen vaikeutuu. Kaikissa kunnissa on tarjolla lähisuhde- ja perheväkivallastaan liittyvää ohjausta ja neuvontaa, ja asiakkaalle tarjotaan aina yksilöllistä palvelua tilanteen mukaan.

Ilman ajanvarausta voit tulla käymään Omatilan toimipisteessä ma-pe klo 9–11 Armas Launiksen katu 10, 02650 Espoo

Espoo 043 825 0535, ma-pe 8-15, la-su 9-16
Karkkila, Vihti 029 151 6007
Kauniainen..... 050 520 1232, ma-pe 8-15.45
Kirkkonummi, Hanko..... 029 151 6005
Lohja, Siuntio, Inkoo 029 151 6006
Raasepori..... 040 716 2740, ma-pe 8-15

Kotona asumista tukevat palvelut

Palveluihin hakeutuminen tapahtuu Seniori-infon kautta.

Esittelemme sinulle tukipalveluita, jotka edesauttavat kotona asumista. Palveluissa on kunta- ja kaupunkikohtaisia eroja.

Palvelut ovat harkinnanvaraisia ja myönnetään palvelun myöntämisen kriteerien perusteella, taloudellinen tilanteesi huomioiden. Palveluissa on asiakasmaksu. Palveluihin ja myöntämisen perusteisiin saattaa tulla muutoksia vuoden 2024 aikana. Saat ajankohtaisen tiedon Seniori-infosta ja verkkosivuilta LUVN.fi HAE: Seniori-info.

Ateriapalvelu

Voit olla oikeutettu ateriapalveluun, mikäli ravitsemustilasi on heikentynyt, sinulla on vaikeuksia aterian valmistamisessa tai hankkimisessa, tai ruokailun järjestäminen ei onnistu muulla tavoin.

Ateriapalvelu myönnetään palvelutarpeen arvion perusteella. Voit saada palvelua ilman, että sinulla on muita kotona asumista tukevia palveluita käytössäsi samanaikaisesti.

Turva-auttamispalvelu

Turva-auttamispalvelun avulla saat apua äkillisessä tilanteessa. Turva-auttamispalveluun kuuluvat hälytinalaite (turvapuhelin) sekä hälytysnappi, jota painamalla saat puheyhteyden tilanteesi arvioimiseksi kaikkina vuorokauden aikoi-

na. Tarvittaessa päivystäjä lähettää kotiisi turva-auttajan ja kiireellisissä tilanteissa avunpyyntö välitetään eteenpäin hätäkeskukseen. Palveluun on saatavana lisälaitteena liesivahti tai ovihälytin. Paikantava ranneke voidaan myöntää asiakkaalle, jolla on eksymisriski. Paikantavan rannekkeen käyttäjällä tulee olla nimettynä kaksi läheistä, joille tieto hälytyksistä välitetään. Turvapalvelun on tarkoitus lisätä turvallisuuttasi ja vähentää huoltasi, jos toimintakykyysi on alentunut, pelkää esimerkiksi kaatumista tai sairaskohtausta, tai sinulla tai läheiselläsi on muistisairaus.

Turva-auttamispalvelua voidaan myöntää sinulle, joka tarvitset palvelua toimintakyvyn alenemisesta johtuen, tuomaan turvaa kotiin. Palvelu on sopiva sinulle mikäli: sinulla on toimintakyvyn heikkenemisen vuoksi kaatumisriski/-taipumusta ja turvattomuuden tunnetta, sinulla on terveydellinen syy, joka edellyttää nopeaa avunsaantia, eikä avun hälyttäminen onnistu omin avuin puhelimella. Palvelutarpeen arvioinnin yhteydessä arvioimme yhdessä kanssasi, mitkä turva-auttamispalvelun lisälaitteet ovat sinulle soveltuvia ja tarkoituksenmukaisia.

Yksityiset sosiaalipalveluiden tuottajat

Verkkosivuilta Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen rekisteröimät yksityiset sosiaalipalvelujen tuottajat, löydät yksityisiä palveluntuottajia, joka tuottavat sosiaalihuoltolain mukaisia tukipalveluja.

Hyvinvointia edistävä toiminta

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue tuottaa yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa ikääntyneiden osallisuutta ja hyvinvointia edistävää toimintaa. Keskeisin toimintamuotomme on kaikille ikääntyville avoin, yksinäisyyttä vähentävä ja hyvinvointia lisäävä Olohuone-toiminta, johon myös sinä voit halutessasi osallistua. Saat tarvittaessa vertaistukea ja ammattilaisen apua mielen hyvinvointiasi, ravitsemuksesi ja liikkumisesi kehittämiseksi. Lisäksi tarjoamme sinulle tukea omaa hyvinvointiasi edistävän toiminnan mahdollisuuksien löytämisessä ja toimitaan osallistumisessa.

Lisätietoja hyvinvointia edistävästä toiminnasta ja toimintapaikoista saat internet-sivuilta: luvn.fi/hyvinvointiaikääntyneille tai soittamalla Seniori-infon neuvontaan p. 029 151 2270.

Hyvinvointia ikääntyneille internet-sivustolta löydät myös ajankohtaista tietoa terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi, vapaaehtoistoiminnasta, liikunnasta, kulttuurista sekä neuvoja varautumiseen ikääntyessä. Sivustolta löydät myös asuminen aineistopankin.

Ikääntyneiden kuntoutus

Oman toimintakyvyn ylläpitäminen on tärkeää ikääntyessä. Seniorin kannattaakin harrastaa monipuolisesti liikuntaa, joka kehittää tasapainoa ja jalkojen lihasvoimaa. Silloin jaksaa osallistua itselle tärkeisiin harrastuksiin ja suoriutuu paremmin kotona olevista arjetoiminnista. Tukea toimintakykyä ylläpitävään

toimintaan on esitelty tämän oppaan luvussa Hyvinvointia edistävä toiminta (s. 10).

Joskus toimintakyvyn äkillisen laskun syynä on vaiva, johon tarvitaan fysioterapeutin tai toimintaterapeutin ohjausta. Silloin voi olla yhteydessä terveysasemien yhteydessä toimiviin fysioterapia- ja toimintaterapiapalveluihin. Keskitetyn ajanvarauksen nrot löydät tästä oppaasta kuntoutus ja terapiat yhteystiedoista s. 18

Jos toimintakyky on alentunut niin, ettei kotoa lähteminen enää onnistu autettunakaan, silloin tuki toimintakyvyn edistämiseen ja ylläpitämiseen voidaan tuoda kotiin tai järjestää ryhmässä. Toimintakykyä edistävää toimintaa toteutetaan ensisijaisesti etäyhteydellä. Näiden palveluiden tarpeen arvioi aina ammattilainen palvelutarpeen arvion tai sairaalajaksolta kotiutumisen yhteydessä.

Veteraanien ja sotainvalidien palvelut

Veteraanien ja sotainvalidien palveluita hoidetaan keskitetysti Seniori-infossa.

Rintamaveteraanien palveluita saavat Suomessa asuvat, vuosien 1939–1945 sotiin osallistuneet rintamaveteraanit, joilla on rintamasotilastunnus, rintamapalvelutunnus tai rintamatunnus.

Sotainvalidien avopalveluja saavat vähintään 10 % sotainvalidit.

Sotilasvammalain mukaan hyvinvointialueen avopalvelut voidaan korvata myös asevelvollisena tai rauhanturvaajana ennen vuotta 1991 vahingoittuneelle

tai sairastuneelle, joiden invaliditeetti on vähintään 20 %.

Veteraanien palveluilla aktivoidaan veteraaneja ja sotainvalideja ja tuetaan heidän kotona asumista. Heille voidaan myöntää kotona asumista tukevia palveluja sekä veteraaneille kuntoutuspalveluja. Valtio myöntää määrärahat vuosittain palvelujen järjestämiseen.

Palvelutarpeesi selvittämisestä vastaa asiakasvastaava. Asiakasvastaava laatii kanssasi yksilöllisen asiakassuunnitelman, jossa suunnitellaan tarpeisiisi sopiva kuntoutus- ja palvelukokonaisuus sekä huolehtii, että saat tarvitsemasi palvelut.

Asiakasvastaava seuraa tilannettasi ja toimii yhteistyössä muiden kanssasi toimivien työntekijöiden kanssa. Jos tilanteesi muuttuu, asiakasvastaava arvioi kanssasi muuttuneet tarpeesi uudelleen ja koordinoi palvelujasi.

Yhteystiedot

Anne Heinonen, p. 040 636 5989
(Espoo, Kauniainen, Kirkkonummi)

Jari Kämäräinen, p. 050 591 6823
(Hanko, Inkoo, Karkkila, Lohja,
Raasepori, Siuntio, Vihti)

S-posti: veteraanipalvelut@luvn.fi

TERVEYSPALVELUT



Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen terveysasemat

Terveysasemilla hoidamme ja tutkimme sekä äkillisiä että pitkäaikaisia sairauksia. Tuemme terveyttä ja hyvinvointia, laadimme todistuksia ja lausuntoja sekä ohjaamme asiakkaamme tarvittaessa erikoissairaanhoidon piiriin. Terveysasemasasi määräytyy kotiosoitteesi mukaan.

Palvelemme arkisin, maanantaista perjantaihin. Ajantasaisin tieto palveluistamme ja aukioloajoistamme löytyy aina verkkosivuiltamme luvn.fi/terveysasemat. Yhteystiedot saat esiin, kun valitset OTA YHTEYTTÄ-valikosta oman kuntasi.

Terveysasemat kunnittain

Puhelinpalvelussamme on käytössä takaisinsoittopalvelu. Soitamme takaisin mahdollisimman pian. Jos olet kuulovammainen henkilö tai et pysty tuottamaan puhetta, voit lähettää viestin terveysasemakohtaiseen tekstiviestinumeroon. Kirjoita viestiin koko nimesi, syntymäaikasi ja syy, jonka vuoksi tarvitset vastaanottoajan.

Miten puhelinasiointi toimii?



Soita terveysasemasasi numeroon

Valitse kieli, jolla haluat asioida

- 1** suomi
- 2** ruotsi
- 3** englanti

Valitse terveysasemasasi listalta

Valitse, mitä asiointiasi koskee

- 1** Ajanperuuus
- 2** Päivystyksellinen asia
- 3** Kiireetön asia
- 4** Rokotus

ESPOO

Puhelinajanvaraus p. 09 4763 6400
ma-pe klo 8-15.30

Espoonlahden terveystasema on peruskorjauksessa. Ks. Matinkadun terveystasema.

Kivenlahden terveystasema
Meriusva 3 02320 Espoo

Iso Omenan terveystasema
Suomenlahdentie 1, 02230 Espoo

Matinkadun terveystasema
palvelee Espoonlahden asukkaita, kun Espoonlahden terveystasema on peruskorjauksessa, Matinkatu 1, 02230 Espoo.

Tapiolan terveystasema
Ahertajantie 2, 02100 Espoo

Kalajärven terveystasema
Ruskaniitty 4, 02970 Espoo

Kilon terveystasema
Trillakatu 5, 02610 Espoo

Leppävaaran terveystasema
Konstaapelinkatu 2, 02650 Espoo

Samarian terveystasema
Terveyskuja 2, 02770 Espoo

Terveystasema Mehiläinen Espoontori
Espoontori, Kamreerintie 7, 02770 Espoo

Piispanportin terveystasema
Piispanportti 10 A, 02200 Espoo

HANKO

Hangon terveystasema
Puhelinajanvaraus 019 220 3555
ma-pe klo 8-16
Esplanaadi 85, 10900 Hanko

INKOO

Inkoon terveystasema
Puhelinajanvaraus 09 4763 6410
ma-pe klo 8-15.30
Rantatie 6, 10210 Inkoon Keskus

KARKKILA

Karkkilan terveystasema
Puhelinajanvaraus 09 4763 6440
ma-pe klo 8-15.30
Huhdintie 23-25, 03600 Karkkilan Keskus

KAUNIAINEN

Kauniaisten terveystasema
Puhelinajanvaraus 09 4763 6400
ma-pe klo 8-15.30
Asematie 19, 02700 Kauniainen

KIRKKONUMMI

Puhelinajanvaraus 09 4763 6430
ma-pe klo 8-15.30
Kirkkonummen hyvinvointikeskus
Jokiniityntie 2, 02400 Kirkkonummi
Masalan terveystasema
Puolukkamäki 12, 02430 Masala
Veikkolan terveystasema
Koskentie 3, 02880 Veikkola

LOHJA

Keskustan terveystasema
Puhelinajanvaraus 09 4763 6440
ma-pe klo 8-15.30
Ojamonkatu 36, 08100 Lohja Keskus

Pusulan terveystasema
Puhelinajanvaraus 029 151 3060
ma-to klo 8-16 ja pe klo 8-14
Arvelankuja 1, 03850 Pusula

Karjalohjan terveystasema
Puhelinajanvaraus 029 151 3070
ti-ke klo 8-16 sekä parillisten viikkojen perjantait klo 8-14
Tallaantie 4, 09120 Karjalohja

Sammatin terveystasema
Puhelinajanvaraus 029 151 3080
ma ja to klo 8-16 sekä parittomien viikkojen perjantait klo 8-14
Kalevantie 2B, 09220 Sammatti

RAASEPORI

Puhelinajanvaraus 09 4763 6410

ma-pe klo 8-15.30

Karjaan terveysasema

Bulevardi 21, 10300 Karjaa Keskus

Tammisaaren terveysasema

Itäinen Rantakatu 9, 10600 Raasepori

SIUNTIO

Siuntion terveyskeskus

Puhelinajanvaraus 09 2606 1430

ma-pe klo 8-16

Charlotta Lönnqvistin tie 5,

02580 Siuntio Asemanseutu

VIHTI

Nummellan terveysasema

Puhelinajanvaraus 09 4763 6440

ma-pe klo 8-15.30

Nummenselkä 2, 03100 Nummela

Tekstiviestipalvelu kuulo- ja puhevammaisille henkilöille

Jos olet kuulovammainen henkilö tai et pysty tuottamaan puhetta, voit lähettää terveysasemallesi tekstiviestin. Kirjoita viestiin koko nimesi, syntymäaikasi ja yhteydenottosi syy.

Terveysasemakohtaiset tekstiviestinumerot:

Matinkadun (Espoonlahden) tai Kivenlahden terveysasema:	045 7397 6888
Iso Omenan terveysasema:	045 7397 6887
Kalajärven terveysasema:	045 7397 6886
Kilon terveysasema:	045 7397 6885
Leppävaaran terveysasema:	045 7397 6883
Piispanportin terveysasema:	045 7397 6882
Samarian terveysasema:	045 7397 6599
Tapiolan terveysasema:	045 7397 6598
Terveyskeskus Mehiläinen Espoontori:	045 7397 9997
Kauniaisten terveysasema:	045 7397 9998
Lohjan keskustan terveysasema:	045 7397 6807
Karkkilan terveysasema:	045 7397 6806
Nummellan terveysasema:	045 7397 6806
Inkoon terveysasema:	045 7397 6622
Tammisaaren terveysasema:	045 7397 6637
Karjaan terveysasema:	045 7397 6623
Kirkkonummen hyvinvointikeskus:	045 7397 6633
Masalan terveysasema:	045 7397 6633
Veikkolan terveysasema:	045 7397 6633

Influenssarokotus ja koronarokotus

Rokote on paras keino suojautua influenssalta ja sen jälkitaudeilta, esimerkiksi keuhkokuumeelta. Rokote on hyvä ottaa joka syksy, sillä sen teho kestää noin vuoden ja influenssavirus muuntuu jatkuvasti. Ottamalla influenssarokotteen suojat myös läheisiäsi. Influenssarokotus on maksuton kaikille yli 65-vuotiaille. Rokotuksen voi saada esimerkiksi terveysasemalla.

Influenssarokotusten ajanvaraus avautuu lokakuun tietämällä ja rokotuksia annetaan loka-marraskuun vaihteesta alkaen. Ajanvarauksen ja rokotusten alkamisesta tiedotetaan alueen lehdissä sekä hyvinvointialueen verkkosivuilla. LUVN.fi hae: "kausirokotukset".

Koronarokotuksen tehosteita annetaan THL:n ohjeistuksen mukaan. Ajantasaiset tiedot koronarokotteista ja niiden kohde-ryhmistä löytyvät THL:n verkkosivuilta.

Sairaalapalvelut

Sairaalapalvelut vastaavat hyvinvointialueen perusterveydenhuollon sairaalapalveluista, geriatrian poliklinikasta sekä kotiin vietävistä palveluista kuten kotisairaalasta ja liikkuvasta sairaalasta (Liisa). Liisa tukee ympärivuorokautisen palveluasumisen ja kotihoidon asiakkaita päivystystilanteessa. Lisäksi vastaamme ikääntyneiden asumispalveluiden ja kotihoidon lääkäripalveluista.

Sairaalapalveluiden toimipisteitä on Espoossa, Kirkkonummella, Siuntiossa, Raaseporissa, Vihdissä, Lohjalla, Karkkilassa ja Hangossa.

Henkilöstömme koostuu noin 700 sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisesta. Erikoisosaamisemme on ikääntyneiden hoito ja kuntoutus sekä palliatiivinen hoito. Toimimme vahvassa yhteistyössä mm. erikoissairaanhoidon, kotihoidon, Seniori – infon, asumispalveluiden ja kuntoutuksen ammattilaisten kanssa.

Palveluihimme tullaan lähetteellä, jonka voit saada esimerkiksi omalta terveysasemaltasi tai erikoissairaanhoidosta.

Läheistiedustelut pyydämme LUVN vaihteen kautta p. 029 151 2000.

Mielenterveys- ja päihdepalvelut

Kun tarvitset tukea, apua ja hoitoa mielenterveys- ja päihdeongelmiin, voit soittaa neuvonta- ja ajanvarauspuhelimeen p. 029 1512 295.

Puhelun aikana teemme yhdessä kanssasi hoidon tarpeen arvion ja tarvittaessa varaamme sinulle ajan sairaanhoitajan vastaanotolle. Hoito voi olla määräaikaista yksilötapaamisia tai ryhmätoimintoja.

Mielenterveys- ja päihdepalvelut ovat maksuttomia. Mielenterveysongelmien vuoksi voit myös varata lääkäriajan omalta terveysasemaltasi. Tarvittaessa saat lähetteen erikoissairaanhoidon HUS psykiatriaan. Myös seurakunnilla ja järjestöillä on ryhmätoimintaa ja monenlaista tukea mielenterveys- ja päihdeongelmista kärsiville. Lisätietoja verkkosivulta luvn.fi -> Mielenterveys- ja päihdepalvelut -> Järjestöjen tuki.

Välitöntä kriisiapua saa sosiaali- ja kriisipäivystyksestä ympäri vuorokauden, p. 029 1512 221.

Suun terveydenhuolto

Suun terveydenhuolto on osa perusterveydenhuollon palveluja, josta peritään maksuasetuksen mukainen maksu. Rintamaveteraaneille hammashoito on maksutonta. Hyvinvointialue järjestää perusterveydenhuollon lisäksi perusterveydenhuoltotasoiset erikoishammaslääkäripalvelut ja erikoissairaanhoidon.

Suun terveydenhuollon ajanvaraus

Suun terveydenhuollon palveluihin hakeudutaan aina ajanvarauksen kautta. Arkipäivisin tulee soittaa oman alueen hammashoitoon, muina aikoina alueiden yhteisiin päivystysnumeroihin.

Kaikkien alueiden hammashoidon päivystys iltaisin, viikonloppuisin ja arkipyhinä Puistosairaalassa Helsingissä p. 09 4717 1110 (ark. klo 14–21, viikonloppuisin ja arkipyhinä klo 8–21)

Kaikkien alueiden hammashoidon yöpäivystys Meilahden yhteispäivystyksessä Helsingissä p. 116 117 (klo 21–8).

ESPOO

Kiireetön hammashoito	029 151 2770	(ma-pe 8-16)
Kiireellinen hammashoito	029 151 2860	(ma-pe 7-16)
Ajan peruminen tekstiviestillä	045 7395 9254	(24/7)
Ajan peruminen ääniviestillä	029 151 2970	(24/7)

HANKO

Kiireetön hammashoito	029 151 2780	(ma-pe 8-15)
Kiireellinen hammashoito	029 151 2870	(ma-pe 8-15)
Ajan peruminen tekstiviestillä	045 739 59255	(24/7)
Ajan peruminen ääniviestillä	029 151 2971	(24/7)

INKOO

Kiireetön hammashoito	029 151 2790	(ma-pe 8-15)
Kiireellinen hammashoito	029 151 2880	(ma-pe 8-15)
Ajan peruminen tekstiviestillä	045 739 59256	(24/7)
Ajan peruminen ääniviestillä	029 151 2972	(24/7)

KARKKILA

Kiireetön hammashoito	029 151 2800	(ma-pe 8-15)
Kiireellinen hammashoito	029 151 2910	(ma-pe 8-15)
Ajan peruminen tekstiviestillä	045 739 59257	(24/7)
Ajan peruminen ääniviestillä	029 151 2973	(24/7)

KAUNIAINEN

Kiireetön hammashoito	029 151 2810	(ma-pe 8-15)
Kiireellinen hammashoito	029 151 2920	(ma-pe 8-15)
Ajan peruminen tekstiviestillä	045 739 59258	(24/7)
Ajan peruminen ääniviestillä	029 151 2974	(24/7)

KIRKKONUMMI

Kiireetön hammashoito	029 151 2850	(ma-pe 8-15)
Kiireellinen hammashoito	029 151 2930	(ma-pe 8-15)
Ajan peruminen tekstiviestillä	045 7395 9262	(24/7)
Ajan peruminen ääniviestillä	029 151 2978	(24/7)

LOHJA

Kiireetön hammashoito	029 151 2820	(ma-pe 8-15)
Kiireellinen hammashoito	029 151 2940	(ma-pe 8-15)
Ajan peruminen tekstiviestillä	045 739 59259	(24/7)
Ajan peruminen ääniviestillä	029 151 2975	(24/7)

RAASEPORI

Kiireetön hammashoito	029 151 2830	(ma-pe 8-15)
Kiireellinen hammashoito	029 151 2890	(ma-pe 8-15)
Ajan peruminen tekstiviestillä	045 739 59260	(24/7)
Ajan peruminen ääniviestillä	029 151 2976	(24/7)

SIUNTIO

Kiireetön hammashoito	029 151 2840	(ma-pe 8-15)
Kiireellinen hammashoito	029 151 2900	(ma-pe 8-15)
Ajan peruminen tekstiviestillä	045 739 59261	(24/7)
Ajan peruminen ääniviestillä	029 151 2977	(24/7)

VIHTI

Kiireetön hammashoito	029 150 2800	(ma-pe 8-15)
Kiireellinen hammashoito	029 151 2910	(ma-pe 8-15)
Ajan peruminen tekstiviestillä	045 739 59257	(24/7)
Ajan peruminen ääniviestillä	029 151 2973	(24/7)

Kuntoutus ja terapia

Fysioterapia

Fysioterapian tavoitteena on tukea ja edistää liikkumis- ja toimintakykyä, itsenäistä selviytymistä sekä voimavarojen käyttöä päivittäisissä toiminnoissa. Fysioterapia painottuu tutkimiseen, ohjaukseen ja neuvontaan, seurantaan sekä ryhmätoimintaan. Toteutamme fysioterapiaa sekä yksilö- että ryhmäkäynteinä.

Fysioterapiassa toteutamme myös suora-vastaanottoa. Tuki- ja liikuntaelinviaan liittyvissä akuuteissa ongelmissa hoidon tarpeen arvioinnista asiakas voidaan ohjata suoraan fysioterapian vastaanotolle lääkärin sijasta. Vastaanotolla saat yksilöllistä ohjeistusta ja neuvontaa oireiden helpottamiseksi. Suoravastaanottoa toteuttavilla fysioterapeuteilla on tähän liittyvä täydennyskoulutus.

Toimintaterapia

Toimintaterapia auttaa silloin, kun toimintakyvyssä on tapahtunut sairaudesta tai vammasta johtuen muutos ja arjesta selviytymisestä on tullut haastavaa. Tavoitteena on tukea mahdollisimman itsenäistä selviytymistä erilaisissa arjen toiminnoissa toimintarajoitteista huolimatta. Toimintaterapiaan sisältyy toimintakyvyn arviointia, ohjausta ja neuvontaa, apuväline- ja asunnonmuutostyötarpeen arviointia sekä terapiajaksojen toteuttamista. Toimintaterapia toteutuu vastaanotto- ja/tai kotikäynteillä.

Puheterapia

Puheterapian tarkoituksena on auttaa sairauden tai vamman aiheuttaman puhumisen, puheen ymmärtämisen, äänentuoton tai nielemisen haasteissa.

Tavoitteena on parantaa arjen kommunikointikykyä. Puheterapia sisältää arviointia, ohjausta, neuvontaa sekä kommunikoinnin apuvälineiden arviointia ja käytön opastusta.

Fysioterapiaan, toimintaterapiaan ja puheterapiaan voit varata ajan ilman lähetettä:

ESPOO

029 151 2710

HANKO

029 151 6009 (fysioterapia),
019 220 3555 (toimintaterapia),
040 522 8297 (puheterapia)

INKOO, RAASEPORI, SIUNTIO, KIRKKONUMMI

029 151 3160

KARKKILA, VIHTI

029 151 2720

KAUNIAINEN

09 505 6381 (fysioterapia),
050 411 6498 (toimintaterapia),
040 182 4918 (puheterapia)

LOHJA

029 151 2740 (fysioterapia),
044 374 2388 (toimintaterapia),
044 374 2394 (puheterapia)

Apuvälinepalvelut

Tarkoituksenmukaisilla apuvälineillä voidaan edistää itsenäistä kotona asumista mahdollisimman pitkään. Apuvälineet tukevat selviytymistä ja toimintakykyä jokapäiväisissä toiminnoissa. Apuvälineyksiköiden toimintaan kuuluvat lainaus- ja palautustoiminnan lisäksi apuväline-tarpeen arviointi, apuvälineiden huolto, sovitukset sekä käytönopastus.

Apuvälineitä lainataan yksilöllisen tarpeen mukaan joko lyhyt- tai pitkäaikaiseen käyttöön. Tavanomaisia liikkumisen ja päivittäisten toimintojen apuvälineitä, esimerkiksi rollaattorin, suihkutuolin tai wc-istuimen korotuksen, voi lainata apuvälinelainaamoista ilman ajanvarausta terveysasemien aukioloaikoina. Yksilöllisesti arvioitavien apuvälineiden, esimerkiksi henkilönostimet, sängyt ja yksilölliset liikkumisen apuvälineet kuten aktiivipyörätuolit, lainaamiseen tarvittavat aina ajanvarauksen.

Apuvälinelainaamoiden ajanvaraus:

ESPOO 09 471 74200
(HUS Apuvälinekeskus, Espoon sairaala)

**HANKO, INKOO,
RAASEPORI** 019 224 3180
(HUS Apuvälinekeskus, Raasepori)

KARKKILA 029 151 2720
(Karkkilan terveysasema)

KAUNIAINEN 050 411 5279
(Kauniaisten terveysasema)

KIRKKONUMMI 029 151 3160
(Kirkkonummen hyvinvointikeskus)

LOHJA 029 151 2740
(Lohjan keskustan terveysasema)

..... 044 362 1637
(Pusulan terveysasema)

SIUNTIO 029 151 3160
(Siuntion terveysasema)

VIHTI 029 151 2720
(Nummelan terveysasema)

Omahoitotarvikkeet

Hoitotarvikeyksikkö jakaa omahoitotarvikkeita asiakkaan pitkäaikaissairauden kotona tapahtuvan hoidon tueksi jake-luohjeen mukaisesti. Asiakkaaksemme tullaan terveydenhuollon ammattilaisen tekemällä läheteellä. Lähetteen voi saada esimerkiksi terveysasemalta tai erikoissairaanhoidosta.

Omahoitotarvikkeet tilataan ensisijaisesti sähköisen tilauslomakkeen kautta. Löydät lomakkeen verkkosivuiltamme www.luvn.fi/hoitotarvikkeet. Lomake on tarkoitettu henkilöille, joilla on lähete maksuttomiin omahoitotarvikkeisiin. Tilaaminen vaatii vahvan tunnistautumisen verkkopankkitunnuksilla tai mobiilivarmenteella.

Jos haluat asioida puhelimesta, voit jättää meille takaisinsoittopyynnön arkisin klo 8–14 p. 09 4763 6405. Pyrimme soittamaan sinulle takaisin viikon sisällä. Ta-voittelemme sinua yhteensä kaksi kertaa. Otathan huomioon, että voimme soittaa takaisin vain suomalaisiin puhelinliittymiin ja suuntanumeroihin.

Omahoitotarvikkeiden toimitusaika on noin kaksi viikkoa, jätähän tilauksesi hyvissä ajoin. Toimitamme hoitotarvikkeet Suomen Postin noutopisteisiin, paketti-automaatteihin tai tietyissä tapauksissa myös suoraan asiakkaille kotiin.

Laboratorio- ja kuvantamistutkimukset

Laboratorio- ja kuvantamispalveluista vastaa HUSin diagnostiikkakeskus. Lisätietoa palveluista löydät HUSin verkkosivuilta hus.fi/laboratorio-ja-kuvantaminen

Laboratorio

Ajanvaraus netissä huslab.fi/ajanvaraus

Palvelemme puhelimitse numerossa 09 4718 6800 arkisin klo 7.30–15.30. Käytössämme on myös takaisinsoittopalvelu klo 8.00–13.30.

Autamme muun muassa ajanvarauksessa, laboratoriotutkimuksiin valmistautumisessa ja muissa tutkimuksiin liittyvissä kysymyksissä. Voimme auttaa myös sinulle sopivan laboratorion valitsemisessa.

Kuvantaminen

Tavallisimmat röntgentutkimukset tehdään ilman ajanvarausta.

Palvelemme kuvantamisen ajanvarauksessa ja asiakaspalvelussa puhelimitse arkisin klo 8.00–15.30 p. 09 4718 0900. Varaamme aikoja ja annamme neuvontaa Uudenmaan alueen potilaille. Käytössämme on takaisinsoittopalvelu klo 8.00–14.30.

Laboratorio- ja kuvantamistutkimusten vastaukset saat sinua hoitavasta yksiköstä, esimerkiksi terveysasemalta.

Kuntouttava päivätoiminta

Kuntouttavassa päivätoiminnassa tuemme toimintakykyäsi ja huomioimme sinut yksilöllisesti. Tavoittemme on, että pyrimme turvaamaan kotona asumisesi mahdollisimman pitkään. Kuntouttava päivätoiminta voisi sopia sinulle silloin, kun arjessa selviytymisesi on heikentynyt haitaten kotona pärjäämistäsi etkä enää pysty tekemään sinulle merkityksellisiä asioita. Tavoittemme on vahvistaa voimavarojasi, fyysistä toimintakykyäsi sekä edistää sosiaalista kanssakäymis-

täsi. Kuntouttava päivätoiminta pitää sisällään: arkitoimintojasi tukevia fyysisiä harjoitteita (esimerkiksi tasapainoharjoituksia, liikunnallisia pelejä, kehonpainoharjoituksia), muisti- ja ajattelutoimintojen harjoituksia (esimerkiksi pelejä, tehtäviä, visoja), sosiaalista kanssakäymistä (esimerkiksi yhdessäoloa, ryhmäkeskustelua). Pääsysi kuntouttavan päivätoimintaan tapahtuu ammattilaisen tekemän arvion perusteella. Osallistuessasi kuntouttavaan päivätoimintaan asetamme yhdessä kanssasi sinulle henkilökohtaiset tavoitteet, joiden etenemistä seuraamme sinulle sovitun jakson aikana ja ennen sen päättymistä. Kuntouttava päivätoiminta voi olla yksi omaishoitajan lakisääteisen vapaapäivän järjestämisen tapa. Kuntouttava päivätoiminta tapahtuu etäpalveluna siihen määritellyllä laitteella esimerkiksi tablettitietokoneen tai puhelimen välityksellä tai kodin ulkopuolella päivätoiminnan tiloissa. Tarvittaessa sinulle voidaan järjestää kuljetus kuntouttavaan päivätoimintaan.

Palveluun hakeutuminen tapahtuu Seniori-infon kautta. Mikäli sinulle on jo myönnetty palveluja, ota yhteyttä vastuutyöntekijääsi.

Omaishoidon tuki

Voit saada apua omaishoitotilanteen tunnistamiseen tai pyytää omaishoidon tuen myöntämisperusteita ja hakemuslomaketta ottamalla yhteyttä Seniori-infon. Hakemuksen vastaanottamisen jälkeen Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen ammattilainen ottaa yhteyttä ja sopii kotikäynnin palvelutarpeen arvioimista varten.

Omaishoidon tuki muodostuu omaishoitajan hoitopalkkiosta ja palveluista,

joiden tarkoituksena on tukea omaisen antamaa hoitoa ja huolenpitoa kotona. Omaishoidon tukea haetaan hoidettavan iästä riippuen joko ikääntyneiden palveluista tai vammaispalveluista. Kun hoidettava on yli 65-vuotias, omaishoidon tukea haetaan ikääntyneiden palveluista täyttämällä hakemus omaishoidon tuesta. Suosittelemme tutustumaan omaishoidon tuen myöntämisperusteisiin ennen hakemuksen jättämistä: luvn.fi HAE: omaishoidontuen myöntäminen

Omaishoidon tuen asiakkaalle nimetään omatyöntekijä, joka tapaa asiakkaan vuosittain tai tarvittaessa. Hoidettava tai omaishoitaja voivat olla yhteydessä omatyöntekijään omaishoittoon ja palveluihin liittyvissä asioissa, kuten

- omaishoitajan vapaiden järjestäminen
- muuttunut avuntarve tai muut olosuhteiden muutokset
- omaishoidon keskeytyminen (esim. hoidettava tai omaishoitaja sairastuu) tai päättyminen.

Omaishoidon sopimuksia ja palkkioiden maksua hallinnoidaan Oima -järjestelmässä. Lisätietoja www.luvn.fi/oima

Ikääntyneiden palvelujen sopimus-omaishoitajat voivat olla yhteydessä palkkion maksuun ja Oiman käyttöön liittyvissä kysymyksissä:

p. 029 1515 856, ma, ti ja to klo 9–10.30 (suomenkielinen palvelu) sekä ke klo 9–10.30 (ruotsinkielinen palvelu)

Perhehoito

Perhehoidolla tarkoitetaan ikääntyneen asiakkaan osa- tai ympärivuorokautisen huolenpidon järjestämistä perhehoitajan

yksityiskodissa (perhekodissa) tai asiakkaan kotona perhehoitajan avulla. Perhehoito voi soveltua asiakkaalle, jonka toimintakyky on heikentynyt ja hän tarvitsee ohjausta tai tukea, turvallista läsnäoloa ja yhdessä tekemistä arjen tueksi.

Osa- tai ympärivuorokautista lyhytaikaista perhehoitoa asiakkaan kotona tai perhekodissa voidaan myöntää tukemaan kotona asumista tai esimerkiksi omaishoitajan lakisääteisten vapaapäivien ajaksi.

Perhehoitaja on lakisääteisen ennakkovalmennuksen käynyt ja hyvinvointialueen yhteistyökumppanikseen hyväksymä yksityishenkilö. Perhehoitajalta ei edellytetä sosiaali- tai terveystieteiden koulutusta, vaan hän huolehtii asiakkaasta perheenjäsenen tavoin. Palvelu on maksullinen.

Hyvinvointialueen työntekijä arvioi soveltuuko perhehoito asiakkaan tilanteeseen sekä arvioi perhehoitajan valmiuksia vastata kyseisen henkilön tarpeisiin. Perhehoidon aluksi järjestetään tutustumistapaaminen ja kokeilukertoja- tai jaksoja perhehoidon soveltuvuuden arviointia varten.

Perhehoidettavalle asiakkaalle nimetään omatyöntekijä, joka tapaa asiakkaan vuosittain tai tarvittaessa. Asiakkaan tulee olla omatyöntekijään yhteydessä, jos tilanne tai avuntarve muuttuu. Sovittujen perhehoitajaksojen peruuttamisesta tulee olla ensisijaisesti yhteydessä suoraan perhehoitajaan. Perhehoitajalle nimitetään vastuutyöntekijä, joka tekee yhteistyötä asiakkaan omatyöntekijän kanssa ja huolehtii perhehoitajan tukemisesta.

Palveluun hakeutuminen tapahtuu Seniori-infon kautta.

KOTIHOITO



Kotihoidon tavoitteena on mahdollistaa turvallinen eläminen omassa kodissa toimintakyvyn heikkenemisestä huolimatta. Kotihoito voi sisältää kotihoidon tukipalveluja, tilapäistä tai säännöllistä kotipalvelua, kotisairaanhoidoa sekä kotikuntoutusta. Kotihoito on maksullista.

Kotihoidon laskut

Palvelun sisältöä koskevissa lasku asioissa voitte olla yhteydessä oman alueen kotihoidon esihenkilöön. Kotihoidon palvelujen saaminen perustuu aina toimintakyvyn ja avun tarpeen arviointiin.

Kauniaisten kotihoito

Asiakaspalvelunumero050 411 6146
(klo 7.30–21.30)
Kotihoidon esihenkilö.....050 500 4137

Leppävaaran kotihoito

Asiakaspalvelunumerot (arkisin klo 9–14)
Etelä-Leppävaara050 544 6493
Pohjois-Leppävaara050 592 2513
Mäkkylä050 301 1313
Kilo-Karakallio046 877 2806

Kotihoidon palveluihin hakeudutaan aina Seniori-infon kautta p. 029 151 2270

Mikäli olet jo kotihoidon asiakas, ole yhteydessä oman alueesi kotihoidon yksikköön.

Lippajärvi-Jupperi050 378 4965
Kanta-Viherlaakso046 877 2672
Aluevastaava040 636 9573

Espoon keskuksen kotihoito

Asiakaspalvelunumerot (arkisin klo 9–14)
Suvela050 525 2298
Kalajärvi.....050 500 2368
Muurala.....050 500 2367
Kauklahti050 500 2358
Aluevastaava.....050 301 9647

Kirkkonummen kotihoito

Asiakaspalvelunumerot
(arkisin klo 13–14.30)
Keskusta 1040 841 3875
Keskusta 2050 350 3887
Masala040 528 2071

Heikkilä-Porkkala.....040 772 8062
Veikkola040 614 9326
Kotiutustiimi.....040 126 9574
(klo 7-21)
Kotihoidon
palvelupäällikkö040 126 9789
Kotona asumisen tuen
palvelupäällikkö040 772 8054

Espoonlahden kotihoito

Asiakaspalvelunumerot (arkisin klo 9-14):
Soukka050 413 4648
Kivenlahti.....046 877 2451
Espoonlahti, Latokaski ja
Suomenoja046 877 2466
Aluevastaava.....050 360 4268
Kotihoidon ohjaaja.....040 506 9457
Kotihoidon ohjaaja.....050 548 1293

Matinkylä-Olarin kotihoito

Asiakaspalvelunumerot (arkisin klo 9-14)
Matinkylä.....046 877 3195
Olari050 346 9196
Aluevastaava.....050 413 4620

Tapiolan kotihoito

Asiakaspalvelunumero050 358 27 75
(arkisin klo 9-14)
Aluevastaava.....046 877 3921

Länsi-Lohjan kotihoito

Asiakaspalvelunumerot (klo 7-21)
Nummi-Pusula.....050 376 9829
Sammatti-Karjalohja.....050 326 6505
Aluevastaava.....044 767 4884

Mäntynummi-Keskusta

Asiakaspalvelunumero050 529 9863
(klo 7-21)
Aluevastaava.....050 561 3191

Nummentausta-Keskusta

Asiakaspalvelunumero050 529 9857
(klo 7-21)
Aluevastaava.....050 357 7890

Routio-Keskusta

Asiakaspalvelunumero050 529 9864
(klo 7-21)
Aluevastaava.....050 326 6509

Virkkala-Ojamo

Asiakaspalvelunumero050 529 9865
(klo 7-21)
Aluevastaava.....050 561 3193

Kotiutustiimi

Asiakaspalvelunumero044 374 0344
(klo 8-20)
Aluevastaava.....044 374 7643

Vihdin ja Karkkilan kotihoito

Säännöllisen kotihoidon asiakkaiden sairanhoidtaja (arkisin klo 11-12)
Kotihoito 1 (Nummela)050 583 9290
Kotihoito 2 (Vihti)050 360 8489
Kotihoito 3 (Karkkila).....050 549 2091

Tilapäinen kotihoito Vihti-Karkkila

(ma-su klo 8-20).....029 151 2680
Arkisin klo 15 jälkeen ja viikonloppuisin yhteydenotot kiireellisissä asioissa (esim. kotihoidon käynnin peruutus)
Kotihoito 1 (Nummela)050 583 9290
Kotihoito 2 (Vihti)050 360 8489
Kotihoito 3 (Karkkila).....050 549 2091

Siuntion kotihoito

Asiakaspalvelunumero050 386 0833
(klo 7.30-21)
Hoivapalveluesihenkilö.....050 594 1746

Inkoon kotihoito

Asiakaspalvelunumero050 320 9107
(24 h)
Palvelualuepäällikkö.....050 314 8830

Tammisaari

Asiakaspalvelunumerot (24 h)
Tammisaari keskusta040 184 1622
Tammisaari muut alueet..040 703 5419

Aluevastaava.....040 486 2763

Karjaa

Asiakaspalvelunumero040 651 5823
(24 h)

Aluevastaava.....040 711 4872

Raaseporin kotiutustiimi ja kuntoutta- va päivätoiminta

Kotiutustiim.....029 151 5847

Päivätoiminta /

Tammisaari.....040 801 0913

Päivätoiminta / Pohja040 711 4868

Esihenkilö.....040 159 8337

Pohja-Tenhola

Asiakaspalvelunumerot (24 h):

Pohja.....044 760 2250

Tenhola.....040 043 7026

Aluevastaava.....040 502 8315

Hangon kotihoito ja kotikuntoutus

Asiakaspalvelunumerot

(ma-to klo 10–15, pe klo 10–13)

Kotihoito

Hanko Pohjoinen.....040 583 9179

Kotihoito Hangonkylä.... 040 046 0932

Kotihoito Keskusta.....040 748 2319

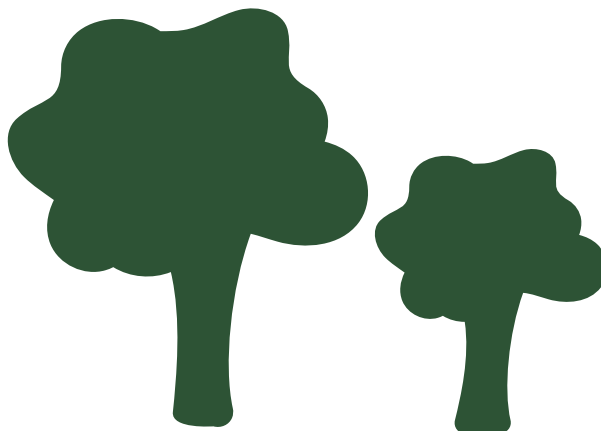
Kotihoito Kantakaupunki 040 748 2317

Hanko Kotikuntoutus

(sairaanhoitaja).....040 748 2316

(lähihoitaja).....040 510 6531

Avohoidon esihenkilö040 778 6275



IKÄÄNTYNEIDEN ASUMISPALVELUT



Ikääntyneiden asumispalveluissa perustehtävämme on asukkaidemme ja asiakkaidemme hyvinvoinnin, terveyden sekä turvallisuuden tukeminen ja edistäminen yhdessä heidän kanssaan.

Perustehtäväämme kuuluu laadukkaiden ja oikea-aikaisten palvelujen varmistaminen yhdenvertaisesti kaikille. Huolehdimme, että palvelut vastaavat asukkaidemme ja asiakkaidemme tarpeita, ja valvomme palvelujen laatua.

Palvelujemme laadun valvonnan tavoitteena on varmistaa, että hoivakotien toiminta on sovittujen laatuvaatimusten ja muiden kriteerien mukaista. Laatua valvotaan omavalvonnan keinoin sekä valvontakäyntien avulla. Osa valvontakäynneistä sovitaan hoivakotien kanssa etukäteen ja osa käynneistä tehdään ennalta ilmoittamatta. Valvontakäynnille lähdetään myös silloin, kun asukkaat, omaiset tai muut asianosaiset ilmoittavat hoivakotiin liittyvistä huolenaiheista.

Ikääntyneiden asumispalveluissa työskentelemme moniammatillisissa tiimeis-

sä. Työntekijämme ovat mm. virikeohjaajia, palveluohjaajia, hoiva-avustajia, lähihoitajia, sairaanhoitajia, fysioterapeutteja ja lääkäreitä.

Teemme yhteistyötä Seniori-infon, sairaalan, kotona asumisen palveluiden, sairaalapastorin, alan oppilaitosten, vapaaehtoisjärjestöjen ja asukkaidemme omaisten kanssa.

Ikääntyneiden asumispalveluiden toimintaan sisältyvät:

- Ympäri vuorokautinen palveluasuminen: pitkäaikaista asumista hoivakodissa, jossa asiakas saa palvelutarpeen mukaisen hoidon ja huolenpidon.
- Lyhytaikainen ympärivuorokautinen palveluasuminen: suunniteltu hoitajakso hoivakodissa, jonka tavoitteena on tukea kotona asumista.
- Yhteisöllinen asuminen: vuokra-asuminen, johon sisältyy asunto, asukkai-

den yhteisiä tiloja ja toimintaa sekä tarpeen mukainen hoiva- ja huolenpito.

- Lyhytaikainen arviointi- ja kuntoutusjakso: jakson tavoitteena on tukea omatoimisuuden ja toimintakyvyn ylläpitämistä, kotiin palaamista ja kotona asumista.
- Osa-vuorokausihoito: omaishoitajan jaksamista sekä asiakkaan toimintakykyä ja kotona selviytymistä tukevaa kodin ulkopuolella toteutettavaa hoitoa.

Palveluihimme hakeudutaan ottamalla yhteyttä ikääntyneiden neuvonta- ja asiakasohjausyksikköön Seniori-infoon.

Seniori-infossa selvitetään, minkälaista palvelua sinä tarvitset tai läheisesi tarvitsee. Myönnettyistä palveluista saa Seniori-infosta kirjallisen päätöksen.

Täällä hoivakotiportaalin verkkosivuilla voit tutustua ikääntyneiden hoivakoteihin Länsi-Uudellamaalla. Mukana ovat kaikki Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen omistamat hoivakodit sekä hyvinvointialueen kilpailuttamat yksityiset ja järjestöjen hoivakodit: hoivakodit.luvn.fi

Mikäli olet jo ikääntyneiden asumispalveluiden piirissä, ole yhteydessä oman asumispalveluyksikkösi esihenkilöön.

Yleisesti hyvinvointialueen laskustusasioista

Jos olet palveluiden piirissä ja sinulle tulee kysymyksiä palvelun ja laskun sisällöstä, ota yhteyttä vastuuhoitajaasi tai palvelun esihenkilöön.

Laskun maksamista ja maksuaikaa koskeissa kysymyksissä voit olla yhteydessä Sarastian asiakaspalveluun.

Laskun eräpäivän siirto, soita Sarastian asiakaspalvelu, p. 020 639 9400, ma-pe klo 8–16

Terveystuon maksukattoasiat
Asiakaspalvelu 029 1515 843, ma-pe 10–11

Asiakasmaksun alentaminen ja perimättä jättäminen

Asiakasmaksupäätöstä ja sen oikaisuvaatimusohjetta voi tiedustella Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen asiakasmaksupalveluista numerosta 029 151 2195 (arkisin klo 9–11).

Vaihde ja asiakaspalvelu

029 151 2000 (arkisin klo 8–16)
sähköposti: info@luvn.fi

Jos haluat antaa meille palautetta, pääset tekemään sen Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen palautepalvelussa: luvn.fi hae: ”Anna palautetta”



Ikääntyneiden palveluiden viestintä

Ikääntyneiden palveluiden viestintä tiedottaa ja uutisoi ajankohtaisista asioista monikanavaisesti.

Julkaisemme 3 kertaa vuodessa **Elinvoimaa ikääntyneille** -lehteä. Lehti käsittelee ikääntyneiden palveluiden ajankohtaisia asioita ja jakaa ikääntyneiden hyvinvointia edistävää tietoa.

Elinvoimaa ikääntyneille -lehti julkaistaan useiden hyvinvointialueella ilmestyvien sanomalehtien välissä. Lisäksi lehteä löytyy paikkakuntien asiointi- ja palvelupisteistä ja kirjastoista.

Lehteen toivotaan asukkailta juttuideoita ja lukijatoiveita. Niitä voi lähettää sähköpostilla osoitteeseen **elinvoimaa@luvn.fi**

Ikääntyneillä on oma Facebook-tili, jota voit seurata itse tai läheisesi kanssa: **facebook.com/LUVNikaantyneidenpalvelut**

Ikääntyneiden kuulumisia julkaistaan myös hyvinvointialueen Instagram-tilillä: **instagram.com/luhyvinvointialue/**

Verkkosivuilta **luvn.fi** löydät ajantasaisen tiedon palveluista. Tutustu sivustoon itse tai läheisesi kanssa.

Tietoa KELAsta sekä edunvalvonnasta

Puhelinpalvelu palvelee ma-pe klo 9–16.

Puhelinpalvelu on valtakunnallinen. Kelan palvelupisteisiin ei voi soittaa. Jos haluat varata ajan palvelupisteeseen, soita asiaksi koskevaan palvelunumeroon. Puhelinpalvelussa on yleensä eniten jonoja lounasaikaan ja kuun vaihteessa.

Puhelu Kelan palvelunumeroon on maksullista. Myös jonottaminen on maksullista.

Hinta on puhelinliittymäsi hinnaston mukaan paikallisverkkomaksu, kun soitat kiinteästä verkosta ja matkapuhelinmaksu, kun soitat matkapuhelimesta.

Näin tilaat Kela-taksin

Tilaa taksi oman maakuntasi tilausvälityskeskukseen numerosta edeltävänä päivänä viimeistään klo 14. Huomaa, että et voi tilata samaa matkaa alueen molemmilta palveluntuottajilta yhtäaikaaisesti. Voit tilata samalla kertaa kaikki tiedossasi olevat matkat seuraavan 14 vuorokauden ajalle.

Puhelun yhteydessä saat tiedon, mihin aikaan auto noutaa sinut. Saat myös halutessasi tekstiviestillä tiedon, kun auto on hyväksynyt tilauksen. Samassa viestissä on kuljettajan puhelinnumero. Taksin pitää saapua 15 minuutin sisällä sovitusta noutoajasta.

Tilaa matka tilausvälityskeskuksesta

myös silloin, kun tarvitset taksia äkillisesti tai olet unohtanut tilata taksin edellisenä päivänä. Tällaisissa tilanteissa menomatkan terveydenhuoltoon pitää toteutua viimeistään 2 tunnin sisällä tilauksesta. Lapin maakunnassa sen pitää toteutua viimeistään 3 tunnin sisällä tilauksesta. Paluumatkan terveydenhuollosta pitää toteutua viimeistään tunnin sisällä tilauksesta.

Jos taksi ei saavu sovittuna aikana, soita uudelleen samaan tilausvälityskeskukseen.

Jos tilaamaasi matkaan tulee muutoksia tai se peruuntuu, ilmoita siitä viipymättä tilausvälityskeskukseen. Sinulta voidaan veloittaa peruuttamatta jääneen matkan hinta.

Muista näyttää autoilijalle Kela-korttisi tai henkilötodistuksesi ennen matkan alkamista.

Saat matkakorvauksen heti taksissa ja maksat matkastasi enintään 25 euron omavastuun (2023 vuoden omavastuu).

Matka yksityiseen terveydenhoitoon

Saat korvausta yksityiseen terveydenhoitoon tehdystä matkasta vain, jos siellä saamasi hoito on Kela-korvattavaa. Yksityisen sairaanhoidon Kela-korvaukset muuttuvat 1.1.2023. Tarkista ennen matkan tilaamista, onko saamasi hoito Ke-

la-korvattavaa Kelan verkkosivuilta. www.kela.fi/sairaanhoito

Maksusitoumus, palveluseteli tai Kelan kuntoutus

Jos olet saanut hyvinvointialueeltasi maksusitoumuksen tai palvelusetelin yksityiseen terveydenhuoltoon, Kela korvaa matkan sinne, mistä olet hoidon hankkinut. Tällöin sinun pitää kertoa taksin tilauspuhelussa, että sinulla on maksusitoumus tai palveluseteli. Matka korvataan myös, jos sinulla on Kelan kuntoutuspäätös.

Vakiotaksiasiakaat

Jos sinulla on oikeus käyttää vakiotaksia, tilaa matka suoraan taksiyrittäjältä tai kuljettajalta.

Kuulo- ja puhevammaiset asiakkaat

www.kela.fi/kuulo-ja-puhevammaiset Katso tarkemmat ohjeet Kelan verkkosivuilta. www.kela.fi/kuulo-ja-puhevammaiset

Uudenmaan tilausvälityskeskusten tilausnumerot

Voit itse valita, kummasta tilausvälityskeskuksesta tilaat Kela-taksin. Soitto alueelliseen tilausnumeroon on maksuton.

Suomen LähiLogistiikka Oy (LähiKyyti)
0800 05 150

(ruotsinkielinen tilausnumero)
0800 05 151

Taksi Helsinki Oy
0800 414 600

(ruotsinkielinen tilausnumero)
0800 414 601

Kelan palvelunumerot

Asuminen

020 692 210

- yleinen asumistuki
- väliaikainen sähkötuki

Eläkkeet

020 692 202

- eläkkeensaajan asumistuki
- eläkkeensaajan todistukset ja kortit
- leskeneläke
- työkyvyttömyyseläke
- takuueläke
- vanhuuseläke

Kuntoutus ja vammaistuet

020 692 205

- alle 16-vuotiaan vammaistuki
- 16-vuotta täyttäneen vammaistuki
- eläkettä saavan hoitotuki
- kuntoutus
- kuntoutusraha
- vammaiskortti

Perintäkeskus

020 634 4940

- palvelemme ma-pe klo 10-15
- etuuksien takaisinperintä

Sairastaminen ja kortit

020 692 204

- eurooppalainen sairaanhoitokortti
- Kela-kortti
- lääkekorvaukset
- matkakorvaukset
- sairaanhoitokorvaukset

Toimeentulotuki

020 692 207

- perustoimeentulotuki
- maksusitoumus lääkkeisiin
- vuokravakuus

Lääkekorvaukset

Saat korvausta lääkkeistä, kliinisistä ravintovalmisteista ja perusvoiteista, jotka on määrätty reseptillä sairautesi hoitoon, ja joille on vahvistettu korvattavuus.

Alkuomavastuu 50 euroa

Kela korvaa lääkekustannuksia sen jälkeen, kun kalenterivuositainen 50 euron alkuomavastuu on kohdallasi täytynyt. Alkuomavastuu kertyy, kun ostat reseptillä korvausjärjestelmään kuuluvia lääkkeitä. Voit tarkistaa kalenterivuoden aikana kertyneen alkuomavastuun OmaKelasta.

Apteekki saa Kelasta ajantasaisen tiedon kertyneestä alkuomavastuusta ja alkuomavastuun täyttymisestä

Apteekki tarkistaa oikeutesi korvaukseen sähköisesti Kelasta. Esimerkiksi tieto erityiskorvausoikeudesta on näin aina lääkettä ostaessasi ajan tasalla.

Apteekki kertoo vaihtokelpoisista valmisteista ja sinulle edullisimmasta valmisteesta. Suostumuksellasi apteekki voi vaihtaa lääkkeen halvempaan valmisteseen, ellei lääkäri ole kieltänyt vaihtoa.

Vuosiomavastuu kertyy, kun ostat reseptillä korvausjärjestelmään kuuluvia lääkkeitä. Myös maksamasi alkuomavastuu kerryttää vuosiomavastuuta. Voit tarkistaa kalenterivuoden aikana kertyneen vuosiomavastuun OmaKelasta.

Apteekki saa Kelasta ajantasaisen tiedon kertyneestä vuosiomavastuusta ja vuosiomavastuun täyttymisestä.

Kun vuosiomavastuu täyttyy, sinulla on oikeus lisäkorvaukseen. Tällöin maksat

loppuvuoden ajan jokaisesta ostamastasi korvattavasta lääkkeestä vain 2,50 euroa.

Lääkekorvauksien vuosiomavastuu suurenee vuonna 2024. Eduskunta on hyväksynyt hallituksen lakiesityksen, jossa lääkkeiden vuosiomavastuu suurenee 592,16 eurosta 626,94 euroon vuonna 2024.

Lähde: Kelan verkkosivut

Edunvalvonta ja toisen asioiden hoitaminen

Kun henkilö ei pysty hoitamaan asioitaan itse esimerkiksi sairauden tai vammautumisen takia, on etsittävä ratkaisu, miten hänen asioitaan hoidetaan hänen puolestaan. Läheinen voi hoitaa toisen asioita esimerkiksi Suomi.fi-valtuuksien avulla tai edunvalvontavaltakirjalla. Edunvalvojaa voi hakea vain, jos muut vaihtoehdot eivät riitä.

Minkälaisia vaihtoehtoja on läheisen asioiden hoitoon?

Lähiomainen tai muu luotettava henkilö voi tukea taloudellisten asioiden hoitamisessa esimerkiksi silloin, kun henkilön fyysinen toimintakyky on heikentynyt, mutta hän ymmärtää asioiden merkityksen. Läheinen voi hoitaa sellaisia asioita, joita henkilö ei itse pysty rajoitteidensa takia hoitamaan. Henkilö saattaa esimerkiksi ymmärtää laskujen maksamisen merkityksen, allekirjoittaa satunnaiset, ei automaattisesti maksetut laskut ja laittaa ne maksupalvelukuoreen. Läheinen voi sitten viedä kuoren postilaatikkoon.

Tämän lisäksi läheinen tai muu luotettava henkilö voi

- hakea etuutta, kuten eläkettä, jos hakija ei pysty hakemaan etuutta itse tai huolehtimaan siihen liittyvistä oikeuksistaan
- antaa hoitosuostumuksen potilaalle, joka ei sitä pysty itse antamaan
- osallistua sosiaalihuollon asiakkaan palvelujen suunnitteluun silloin, kun asiakas ei pysty siihen itse tai ymmärrä ehdotettuja vaihtoehtoja ja niiden vaikutuksia.

Edunvalvontavaltuutus eli tuen tarpeen ennakointi

Miksi tekisin edunvalvontavaltuutuksen?

Voit ennakoida tuen tarpeen ja tehdä edunvalvontavaltuutuksen siltä varalta, että et itse pysty myöhemmin hoitamaan asioitasi. Valtuutus kirjataan valtakirjaan, johon voit nimetä etukäteen, kuka saa hoitaa asioitasi ja miten niitä saa hoitaa. Voit myös määrittellä siinä, miten valtuutetun toimintaa valvotaan. Se on siis edunvalvojan määrittämistä joustavampi ja kevyempi tapa järjestää omien asioiden hoitaminen tulevaisuutta varten.

1. Laadi edunvalvontavaltakirja hyvissä ajoin tulevaisuuden varalle

Edunvalvontavaltakirjan avulla voit nimetä oman luottohenkilön hoitamaan asioitasi. Voit tehdä valtakirjan valmiiksi tulevaisuutta varten siltä varalta, ettet enää pystyisi siitä myöhemmin päättämään tai hoitamaan itse asioitasi.

Suosittelemme käyttämään valtakirjan laatimisessa apuna asiantuntijaa, kuten

oikeusaputoimistoa, asianajotoimistoa, lakiasiantoimistoa tai pankin notariaattipalveluita.

Älä toimita valtakirjaa meille hyväksyttäväksi tai tallennettavaksi. Valtuutettu toimittaa valtakirjan meille vasta sitten, jos et pysty enää itse hoitamaan asioitasi.

2. Säilytä alkuperäinen valtakirja

Huolehdi, että valtakirja on valtuutetun saatavilla, jos sen vahvistaminen tulee ajankohtaiseksi. Voit esimerkiksi antaa valtakirjan säilytettäväksi valtuutetulle. Valtakirjan voi myös antaa säilytettäväksi pankin tallelokeroon. Tällöin on tärkeää, että valtuutetulla on pääsy sinne.

Älä toimita valtakirjaa meille säilytettäväksi. Valtuutettu toimittaa sen meille vasta sitten, jos et pysty enää itse hoitamaan asioitasi.

Edunvalvontavaltuutukseen liittyvät lomakkeet

Edunvalvontavaltuutukselle ei ole olemassa yhtä oikeaa valtuutusmallia. Löydät erilaisia malleja internetistä. Valtakirjan laatimisessa kannattaa kuitenkin pyytää apua asiantuntijalta.

Lähde: Digi- ja väestötietotietovirasto



Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue
Västra Nylands välfärdsområde

luvn.fi