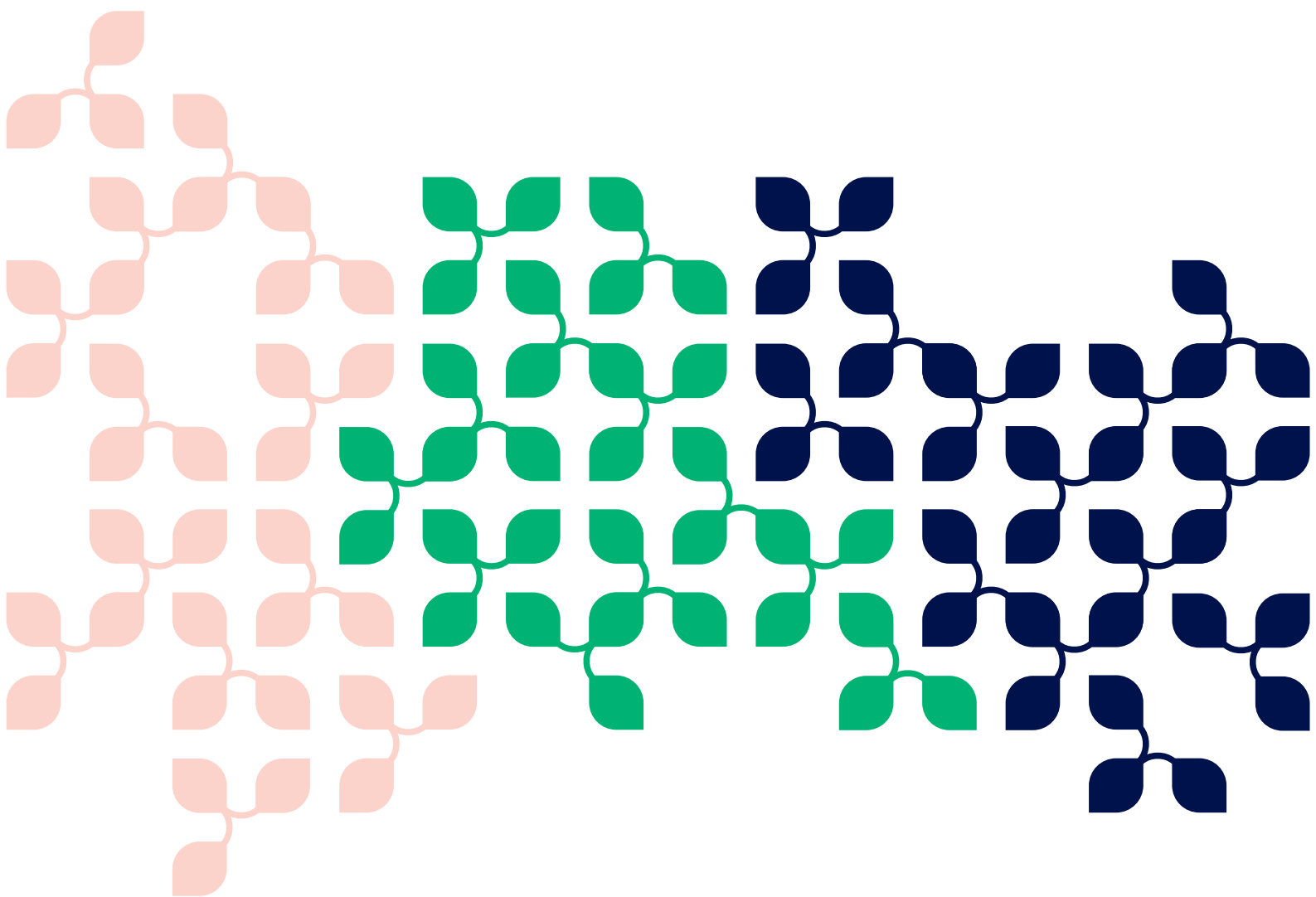


*Välitämme yhdessä
oululaisista ikäihmisistä.*



OULUN LÖYTÄVÄ VANHUSTYÖ

**Löydetään
yhdessä!**





Pohde

Pohjois-Pohjanmaan
hyvinvointialue

Aino-neuvonta 08 669 1010

Yleistä neuvontaa ja ohjausta +65-vuotiaille ja heidän läheisilleen. www.pohde.fi/palvelut/ikaihmissen-palvelut



Caritas Säätiö

Caritas Säätiö 044 055 9977

Ihmisen matkassa. Toivoa, tukea ja turvallisuutta.
www.caritas-saatio.fi



DIGI
jelppari

DigiJelppari 044 468 4201

Vieraileva digiapu neuvoo ja opastaa digiasioissa kotonasi. www.caritas-saatio.fi/palvelut/digijelppari



Diakonissa-
laitos

Oulun D-asema 050 438 9845

Kaikille avoin kohtaamispaikka ja kansalaistoiminnan keskus. www.hdl.fi/d-asema-oulu/



Ikäihmisten
Olohuone

Ikäihmisten Olohuone 044 971 7334

Yhdessäoloa, ohjelmaa ja tekemistä.
www.ikaihmissenolohuone.elakkeensaajat.fi



Yhdessä

Keikka-apu 050 312 5680

Apua ja tukea +65-vuotiaille arkeen keikkavapaaehtoisilta. www.odl.fi/keikka-apu



Kela (eläke-etuudet) 020 692 202

Auttaa etuuksiin liittyvissä asioissa. Oulun Kela, Sepänkatu 18, Oulu. www.kela.fi



Kotikummit

Kotikummit 040 182 2673

Vapaaehtoisystäviä +65-vuotiaille kotihoidon asiakkaille. www.odl.fi/kotikummit



Lomakoti Onnela 040 837 4445

Mukavaa tekemistä, ilmaista ruokailua ja ruoka-apua ikäihmisille. www.lomakotionnela.fi



OULU

Ikäihmisten kulttuurihyvinvointi 040 513 5401

Tarjolla ikäihmisille suunnattua kulttuuritoimintaa.
www.kulttuurivalve.fi/ikaihmisset



Oulun Seudun Kuulo ry 044 260 4771

Vertais- ja virkistystoimintaa, neuvontaa ja kuulolähipalvelua. www.oulunseudunkuulo.net



Oulun Seudun Muistiyhdistys ry 044 033 2992

Muistisairaiden ja heidän läheistensä tukena. www.osmy.fi



Oulun Seudun KILPI ry 050 551 1467

On potilasjärjestö kilpirauhas- ja lisäkilpirauhassairaille läheisineen. www.kilpirauhasliitto.fi



Pohjois-Suomen Meniere-yhdistys 040 560 0953

Tietoa sisäkorvaperäisiä huimaussairauksia sairastaville. www.huimausjameniereliitto.fi



Oulun seudun omaishoitajat ry 040 526 8105

Toimintaa, tietoa ja tukea omaishoitotilanteeseen. www.osol.fi



Seurakuntien diakoniatyö 040 574 7157

Ikääntyneiden ja heidän läheistensä tukena. www.oulunseurakunnat.fi



Suomen Punainen Risti 040 147 9350

Oulu: Ohjausta, tukea, ystäviä ja ruoka-apua. www.rednet.punainenristi.fi/oulu



Vanhustyön keskusliitto 050 568 1107

Omahoitovalmennusta muistisairaille, monipuolista toimintaa etänä ja materiaaleja. www.vtkl.fi



Vuolle Setlementti ry 050 471 7193

Seniorikeskus - ystäviä, yhdessä tekemistä ja opiskelun iloa. www.vuolleoulu.fi



Mielenvireys ry 040 412 5247

Tukea mielen hyvinvointiin ikääntyessä - Kohdataan ja voimaannutaan yhdessä. www.mielenvireys.fi



OULUN
ENSI- JA
TURVAKOTI RY

Oulun ensi- ja turvakoti ry 0400 581 606

Älä epäröi ottaa yhteyttä, Oulun turvakoti päivystää
24/7. www.oetk.fi

mieli

Oulun seudun
mielenterveys ry

Oulun Kriisikeskus 044 369 0500

Ajanvarauksella maksutonta, lyhytkestoista
keskusteluapua elämän kriiseihin.



Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry 0400 274 833

Tietoa, jos huolestut läheisesi päihteiden käytöstä tai
pelaamisesta. www.ehyt.fi



HÖYHTYÄN VÄLKE
VÄLITTÄMISEN KESKUS

Höyhtyän Välke 044 237 4957

Lintulammen asukasyhdistys ry:n monipuolista eri
ikäryhmille suunnattua toimintaa. www.lintulampi.net



HYVÄN MIELEN TALO

Hyvän mielen talo ry 041 540 2354

Tarjoaa toimintaa, tietoa ja tukea kaikille mielen
hyvinvoinnista kiinnostuneille. www.hyvanmielentalo.fi



*Yksilöllistä tukea elämän haasteisiin ja apua - myös kotiin.
Keikka-apua ja kohtaamista.
Vertaistukea ja neuvontaa.
Yhdessäoloa ja yhdessä tekemistä.*



Pidä huolta, tee huoli-ilmoitus,
mikäli sinulla herää huoli iäkkästä henkilöstä, joka on kykenemätön
vastaamaan omasta huolenpidostaan, terveydestään tai
turvallisuudestaan. Huoli-ilmoitus on vanhuspalvelulain mukainen
ilmoitus iäkkään henkilön palvelutarpeesta.
Sosiaalipäivystys 044 703 6235



Ota yhteyttä,
Matleena Keränen 044 734 0302
matleena.keranen@caritas-saatio.fi

www.oulunloytavavanhustyo.fi

