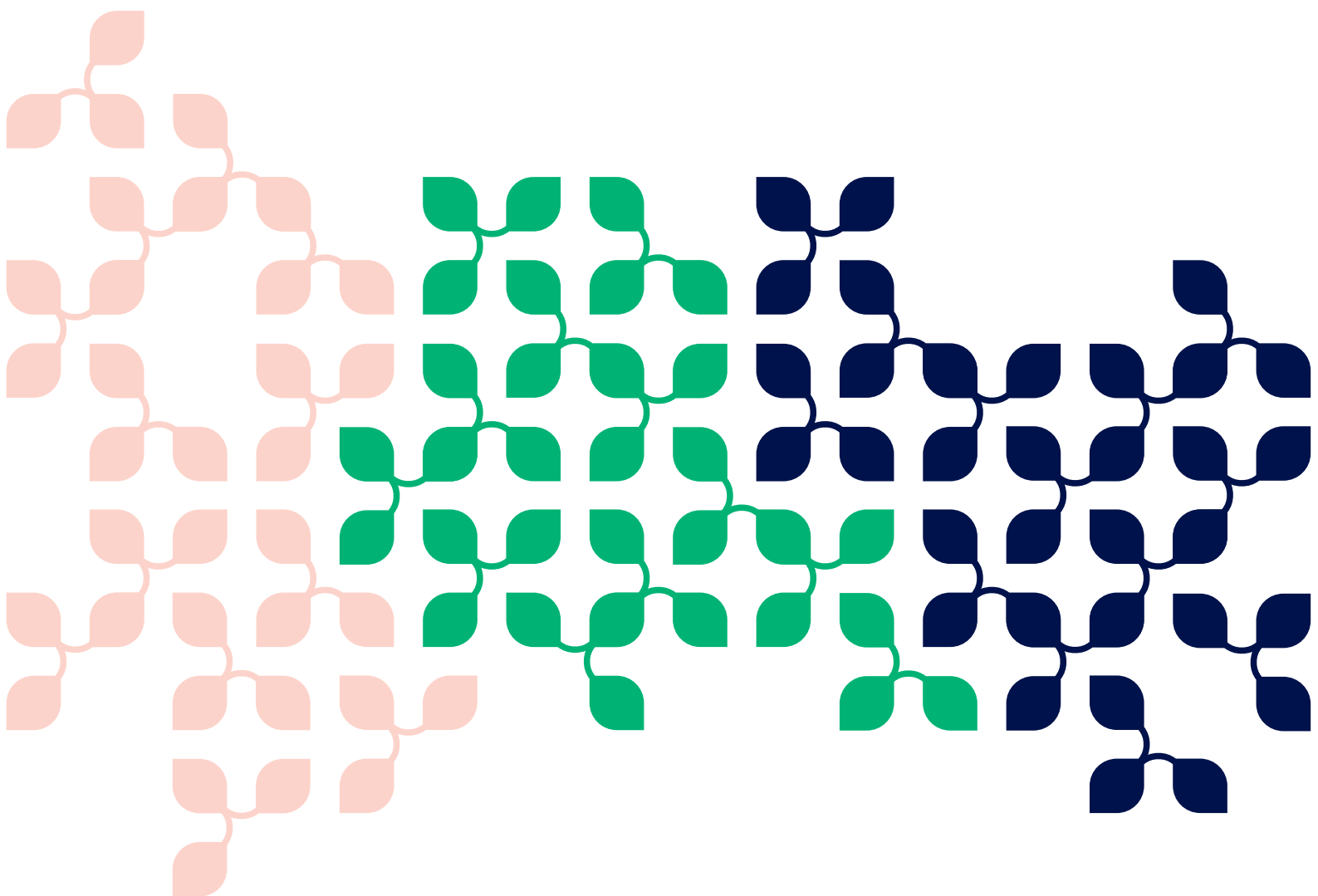


*Välitämme yhdessä
oululaisista ikäihmisistä.*



OULUN LÖYTÄVÄ VANHUSTYÖ

**Löydetään
yhdessä!**





Pohde

Pohjois-Pohjanmaan
hyvinvointialue

Aino-neuvonta 044 703 4973

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



DigiJelppari 044 468 4201

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



Diakonissa-
laitos

Oulun D-asema 050 438 9845

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



Ikäihmissen Olohuone 040 578 7834

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



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



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 Mäntykoti ry 044 550 4801
Vapaaehtoistoimintaa Mäntykodin asiakkaiden iloksi. www.mantykoti.fi



Huimaus- ja Meniere-liitto ry 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

Punainen Risti
Oulun piiri



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



Mielen vireys 041 454 8261
Mieli voimavarana - Kohdataan ja voimaannutaan. www.mielenvireys.fi



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



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

