



2011

# Nackan kunnan palvelut ikäntyneille

## Sisältö

Nackan kunnan palvelut ikääntyneille _____	3
Kotipalvelu _____	3
Vuorottaja kotiin – omaistuki _____	4
Turvapuhelin _____	5
Ruokaa kotiin _____	5
Päivätoimintaa yli 65-vuotiaille _____	6
Lyhytaikaisasuminen _____	7
Tukea perheenjäsentään hoitavalle _____	8
Saat tavata muita _____	8
Hoitoavustus _____	9
Koti turvallisemmaksi Tryggven avulla _____	10
Ikääntyneiden erityisasuminen _____	11
Näin haet tukea ja apua _____	12

## Nackan kunnan palvelut ikääntyneille

Oletko yli 65-vuotias ja tarvitset esimerkiksi kotipalvelun apua tai ruokaa kotiisi toimitettuna? Pitäisikö sinun päästä ikääntyneiden erityisasumiseen?

Silloin voit hakea apua sosiaalipalvelujen vanhustenhuollon yksiköstä. Soita numeroon 08-718 80 00 ja kysy avustuskäsittelijää, joka vastaa kadusta jolla asut. Avustuskäsittelijä osaa antaa lisätietoja palveluista ja avusta. Sivulta 12 voit lukea, miten apua haetaan.

## Kotipalvelu

Kotipalvelu voi siivota, pestä pyykkiä ja käydä kaupassa puolestasi. Kotipalvelu voi myös auttaa sinua juomisessa, syömisessä, pukeutumisessa ja suihkussa käymisessä.

### **Kuka voi saada kotipalvelua?**

Voit saada kotipalvelua, jos tarvitset apua kodin tai itsesi hoidossa, koska sinulla on sairaus tai jokin toimintaeste.

### **Saat päätöksen**

Saat päätöksen siitä, miten kotipalvelu voi auttaa sinua ja kuinka moneksi tunniksi kuukaudessa sinulla on oikeus kotipalveluun.

### **Voit valita**

Voit valita yrityksen, joka tarjoaa sinulle kotipalvelua. Sen on kuitenkin oltava yritys, jonka kunta on hyväksynyt.

### **Mitä se maksaa?**

Kotipalvelu maksaa 115 kruunua tunnissa kuukauden kahdeksalta ensimmäiseltä tunnilta. Sen jälkeen kotipalvelu maksaa 90 kruunua tunnissa. Sinun ei koskaan tarvitse maksaa enempää kuin 1 712 kruunua kuukaudessa.



### **Maksat pienemmän maksun**

Maksat pienemmän maksun, jos tulosi ovat pienet.  
Sinun on voitava olla varma,  
että rahasi riittävät elämiseen maksut maksettuasi.

Siksi laissa sanotaan, että sinulle pitää jäädä elämisen  
4 832 krunna kunkaudessa jos asut yksin,  
tai 4 083 kruunua jos olet naimisissa tai avoliitossa.

### **Vuorottaja kotiin – omaistuki**

Vuorottaja on henkilö,  
joka auttaa kotona muutaman tunnin ajan,  
jotta perheenjäsentään hoitava henkilö  
saa levätä tai tehdä jotakin itsekseen.

#### **Kuka voi saada vuorottajan?**

Voit saada vuorottajan, jos hoidat kotona henkilöä,  
joka tarvitsee paljon apua,  
koska hänellä on pitkäaikainen sairaus tai toimintaeste.

#### **Saat päätöksen**

Saat päätöksen siitä,  
kuinka moneksi tunniksi kuukaudessa  
sinulla on oikeus vuorottajaan.

#### **Voit valita**

Voit valita yrityksen,  
joka antaa sinulle vuorottajapalvelua.  
Sen on kuitenkin oltava yritys, jonka kunta on hyväksynyt.

#### **Mitä se maksaa?**

Vuorottajan ja saattajan palvelut  
ovat ikääntyneille maksuttomia.

#### **Lisätietoja**

Lisätietoja saat omaisneuvoja  
Ove Lindrothilta, puhelinnumero 08-718 89 08,  
ja dementiasairaanhoitaja Iris Drevlidiltä,  
puhelinnumero 076-130 12 64.

## Turvapuhelin

Turvapuhelimella voit saada apua jos jotakin sattuu, esimerkiksi jos kaadut. Sinulla on silloin hälytysnappula käsivarressa tai kaulassa. Painat nappulaa ja voit puhua hälytyskeskuksen kanssa kaiutinpuhelimella, joten sinun ei tarvitse soittaa itse.

Jos teet hälytyksen, hälytyskeskus lähettää tarvittaessa kotiisi hälytyspartion.

### **Kuka voi saada turvapuhelimen?**

Henkilöt, jotka tarvitsevat apua nopeasti, voivat saada turvapuhelimen. Niitä voivat olla henkilöt, jotka saattavat kaatua tai jotka pelkäävät kaatuvansa.

### **Mitä se maksaa?**

Turvapuhelin maksaa 105 kruunua kuukaudessa. Hälytyspartion käynti on maksuton.

## Ruokaa kotiin

Voit tilata kotiisi valmista ruokaa. Voit valita monista eri ruokalajeista. Maksat ruoan itse.

### **Kuka voi saada ruokaa kotiin?**

Jos sinun on vaikea laittaa ruokaa itse, voit saada kotiisi valmista ruokaa.

### **Mitä se maksaa?**

Yksi ruoka-annos maksaa 49 kruunua. Kotipalvelu voi lämmittää ruoan ja auttaa sinua sen syömisessä.

### **Miten se tapahtuu?**

Saat ruoan kotiisi ennalta sovittuna viikonpäivänä. Sinun tai jonkun muun on oltava kotona vastaanottamassa ruoka.



## Päivätoimintaa yli 65-vuotiaille

### **Päivätoiminta**

Päivätoiminnassa voit tehdä ennalta sovittuina päivinä hauskoja asioita yhdessä toisten kanssa.

Voit saada päivän aikana sitä apua ja hoitoa, jota tarvitset. Jos haluat, voit jumpata yksin tai ryhmässä.

Jos osallistut päivätoimintaan, saat tarvittaessa matka-apna edestakaisin.

Myös matkasi maksetaan.

Päivätoiminta on avoinna arkisin.

Osallistut siihen ennalta sovittuina päivinä.

Dementiasairautta sairastaville on olemassa omaa päivätoimintaansa.

### **Näin saat ja valitset päivätoimintaa**

Käyt keskustelemassa

yhdessä tai useammassa niistä päivätoimintapaikoista, jotka Nackan kunta on hyväksynyt.

Avustuskäsittelijät osaavat kertoa sinulle niistä päivätoimintapaikoista.

He voivat myös auttaa sinua keskustelemaan päivätoimintapaikkojen työntekijöiden kanssa.

### **Mitä se maksaa?**

Paivätsiminta maksaa saman verran tunilta kuin kotipalvelu. Ruoan maksat itse.

Jokainen päivä, jona osallistut päivätoimintaan, maksaa 115 kr. Maksu lisätään kotipalvelumaksuun.

Ensimmäiset 8 tuntia päivätoiminnassa

maksavat 115 kr, sen jälkeen 90 kr.

Et koskaan maksa enempää kuin 1 712 kruunua kuukaudessa.

### **Maksat pienemmän maksun**

Maksat pienemmän maksun, jos tulosi ovat pienet.

Sinun on voitava olla varma,

että rahasi riittävät elämiseen maksut maksettuasi.



## Lyhytaikaisasuminen

Voit viettää lyhyen aikaa lyhytaikaisasunnossa, jossa saat hoitoa. Siellä on henkilökuntaa ja sairaanhoitaja. Nackan kunta maksaa matkasi sinne ja sieltä takaisin.

### Mihin lyhytaikaisasuminen on tarkoitettu:

- Perheenjäsentään hoitava henkilö saa levätä sillä aikaa kun omainen asuu lyhytaikaisasunnossa.
- Voit asua lyhytaikais sillä aikaa kun kunta tutkii, voitko muuttaa takaisin kotiin sairaalassa oltuasi.
- Voit asua lyhytaikais sillä aikaa kun kunta tutkii, tarvitsetko paikan ikääntyneiden erityisasunnosta.
- Voit asua lyhytaikais sillä aikaa kun odotat paikkaa ikääntyneiden erityisasunnosta.
- Sinun on voitava levätä ja toipua, jos olet ollut sairaana tai loukannut itsesi.

### Kuka voi saada lyhytaikaisasumista?

Voit saada lyhytaikaisasumista, jos tarvitset paljon apua päivisin, iltaisin, viikonloppuisin ja öisin eikä kotipalvelu riitä.

### Mitä se maksaa?

Maksat 57 kruunua vuorokaudessa ja lisäksi 100 kruunua vuorokaudessa ruoasta.



## Tukea perheenjäsentään hoitavalle

Sinä joka haluat ja jaksat hoitaa perheenjäsentäsi kotona teet tärkeää työtä.

Se voi kuitenkin olla vaikeaa eri tavoin.

Tässä on luettelo tuesta, jota voit saada, jotta jaksat hoitaa jotakuta kotona.

Jos haluat tietää tuesta lisää, voit lukea lisää kyseisen otsikon kohdalta.

- Vuorottaja kotiin
- Päivätoiminta
- Kotipalvelu
- Lyhytaikaisasuminen
- Hoitoavustus
- Turvapuhelin

## Saat tavata muita

Nackan kunta, Punainen Risti, Ystäväpalvelu ja Valtakunnallinen omaisten liitto pitävät huolen siitä, että saat tavata muita.

Lisätietoja saat omaisneuvoja Ove Lindrothilta, puhelinnumero 08-718 89 08, ja demenciasairaanhoitaja Iris Drevidiltä, puhelinnumero 076-130 12 64.

### **Punainen Risti 08-716 08 64**

Punainen Risti voi auttaa sinua tapaamaan muita ihmisiä, jotta jaksat kotona hoitamista.

### **Ystäväpalvelu 08-718 08 06**

Ystäväpalvelusta (Väntjänst) annetaan tukea ikääntyneille, soitetaan heille ja lähdetään seuraksi sairaalaan.

### **Valtakunnallinen omaisten liitto 0340-154 40**

Valtakunnallinen omaisten liitto AHR (Anhörigas Riksförbund), tarjoaa tukea ja apua niille, joilla on perheenjäsen kotihoidossa tai vanhuksille tarkoitettussa asunnossa.

Nackan omaisyhdistyksen puhelinnumero on 08-715 53 98.

## **Hoitoavustus**

Jos tarvitset kotonasi paljon hoitoa perheenjäseneltäsi, voit saada hoitoavustusta sellaiseen, missä kotipalvelu tavallisesti auttaa.

Hoitoavustus on 2 075 kruunua kuukaudessa.

Siitä ei mene veroa.

Jos saat hoitoavustusta, voit saada myös kotipalvelua, ja sinua hoitava henkilö voi saada muuta tukea.

### **Kuka voi saada hoitoavustusta?**

- Sinun tulee olla 65-vuotias tai sitä vanhempi.
- Sinun tulee olla kirjoilla ja asua Nackassa.
- Sinulla tulee olla hoidon tarvetta vähintään viisi tuntia vuorokaudessa.
- Sinua hoitavan henkilön tulee asua siellä missä sinäkin.
- Sinua hoitava henkilö ei saa olla työsuhteessa, toimia henkilökohtaisena avustajana eikä saada Vakuutus-kassan läheishoitorahaa.

### **Tähän voit käyttää hoitoavustusta**

Hoitoavustuksella voit hankkia apua riisuutumiseen ja pukemiseen, suihkussa ja wc:ssä käymiseen.

Jos sinulla on dementia, voit käyttää tukea siihen, että joku huolehtii sinusta vuorokauden ympäri.





Et voi saada tukea siihen,  
että joku käy puolestasi kaupassa,  
laittaa ruokaa tai siivoaa puolestasi.

Sairaanhoido vastaa siitä,  
että saat apua lääkkeiden ottamisessa,  
ruiskeiden saamisessa tai haavojen hoidossa.  
Siihen voi käyttää hoitoavustusta.

## **Koti turvallisemmaksi Tryggven avulla**

Tarvitsetko apua tekemään kodistasi turvallisen?  
Tryggve-palvelu voi auttaa.  
Pelastuslaitos tarjoaa tämä palvelun  
kaikille yli 70-vuotiaille kuntalaisille.

### **Mitä se maksaa?**

Tryggve on ilmaista.  
Palvelun tarkoitus on tehdä kodistasi turvallinen,  
jotta et kaatuisi ja loukkaisi itseäsi.  
Tryggve auttaa sinua asioissa,  
jotka saattavat olla vaarallisia ikääntyneille.

### **Tähän voit saada apua**

Tryggve auttaa sinua nostamaan painavia tavaroita,  
nousemaan tikkaille ja muuta vastaavaa.

### **Tässä on joitakin esimerkkejä siitä, missä Tryggve voi auttaa:**

- Palovarottimien asennus
- Lamppujen ja sulakkeiden vaihto
- Verhojen ottaminen alas tai ripustaminen
- Irrallaan olevien johtojen kiinnittäminen
- Huolehtiminen siitä, ettet liukastu mattoihin

Tryggve-palvelu tulee kotiisi tarkastamaan asuntosi.  
Siinä käytetään apuna Pelastuslaitoksen  
luetteloa Arkipäivän turvallisuus.

Tryggve ei tee puusepäntöitä, joita muut yritykset tekevät.  
Tryggve ei myöskään tee töitä,  
joita kodinhoitopalveluja myyvät yritykset tekevät.

### **Näin saat apua Tryggveltä**

Soita numeroon 08-718 80 00 ja kerro mihin tarvitset apua.  
Tryggve soittaa sinulle takaisin mahdollisimman pian.

## **Ikääntyneiden erityisasuminen**

Erityisasunto on asunto,  
jossa saa palveluja ja hoitoa öisin ja päivisin.  
Saat kaikkea apua, jota arkielämässäsi tarvitset.  
Sinua hoitaa henkilökunta ja sairaanhoitaja.  
Sinun on mahdollista asua erityisasunnossa koko elämäsi ajan.

### **Kuka voi saada erityisasunnon?**

Voit saada erityisasunnon, jos tarvitset paljon apua,  
jota kotipalvelu ei voi tarjota.  
Se voi olla apua päivisin, iltaisin, viikonloppuisin ja öisin.  
Saat myös apua, jos voit psyykkisesti huonosti.

### **Voit valita**

Jos olet saanut päätöksen erityisasumisesta,  
voit valita jonkin kunnan hyväksymistä asuntoloista.

### **Mitä se maksaa?**

Maksat hoitomaksua 1 712 kruunua kuukaudessa.  
Maksat myös vuokran ja ruoan.  
Eri asuntoloissa on eri hinnat.  
FKysy hintoja vanhustenhuollon yksiköstä.  
Maksat pienemmän maksun, jos tulosi ovat pienet.



## Näin haet tukea ja apua

Tukea haetaan sosiaalipalvelujen vanhustenhuollon yksiköstä. Puhelinnumero on 08-718 80 00.

Voit myös kirjoittaa osoitteeseen:

Socialtjänsten  
Enheten Äldre  
Nacka kommun  
131 81 Nacka

Avustuskäsittelijä kertoo, millaista apua on saatavissa ja selvittää, millaista apua sinä tarvitset.

### Selvitys

Avustuskäsittelijä käy luonasi ja selvittää, millaista apua tarvitset.

Jos olet sairaalassa, niin sinä, perheesi ja omaisesi voitte yhdessä tavata avustuskäsittelijän ja sairaanhoitohenkilökuntaa ja keskustella siitä, minkälaista apua tarvitset.

### Päätös avun saamisesta

Mitä avun myöntäminen tarkoittaa?  
Avun myöntäminen tarkoittaa, että avustuskäsittelijä on päättänyt, minkälaista apua tarvitset ja minkä verran apua sinun on oikeus saada, esimerkiksi montako tuntia viikossa voit saada kotipalvelua. Lähetämme tiedon päätöksestä kotiisi.

### Mitä hylkäävä päätös tarkoittaa?

Hylkäävä päätös tarkoittaa, että sinulla ei ole oikeutta siihen apuun, jota olet hakenut. Lähetämme tiedon hylkäämispäätöksestä kotiisi.

### Voit valittaa päätöksestä

Jos et ole tyytyväinen päätökseen, voit valittaa siitä lääninoikeuteen.

### **Mitä päätöksestä käytännössä seuraa**

Kun olet saanut päätöksen myönnetystä avusta, esimerkiksi kotipalvelu, lyhytaikaisasuntola tai erityisasuntola voi alkaa auttaa sinua.

Joskus sinun on mahdollista valita, kuka sinua auttaa.

Avustuskäsittelijä osaa kertoa, keistä sinun on mahdollista valita, ja voi lisäksi auttaa sinua keskustelemaan heidän kanssaan.





Nacka kommun  
Socialtjänsten  
Enheten Äldre  
131 81 Nacka  
Telefonnummer 08-718 80 00

Nackan kunta  
Sosiaalipalvelut  
Vanhustenhuollon yksikkö  
131 81 Nacka  
Puhelinnumero 08-718 80 00

