



# Palveluopas ikääntyneille

1	IKÄIHMISTEN PALVELUOHJAUS.....	1
2	HYVINVOINTIA EDISTÄVÄT KOTIKÄYNNIT YLI 75 –VUOTIAILLE .....	1
3	APUVÄLINEPALVELUT.....	1
4	TERVEYSPALVELUT.....	2
5	TERVEYDENHUOLLON MAKSUKATTO.....	3
6	KOTIHOITO .....	4
7	KOTIHOIDON TUKIPALVELUT .....	4
7.1	Ateriapalvelu .....	4
7.2	Sosiaalihuoltolain mukainen kuljetuspalvelu .....	5
7.3	Turvapuhelinpalvelu.....	6
8	YKSITYISTEN PALVELUNTUOTTAJIEN TUKIPALVELUT.....	6
8.1	Arvonlisäverottomuus.....	6
8.2	Kotitalousvähennys.....	7
9	KUNTOUTTAVAT PALVELUT .....	8
9.1	Lyhytaikaishoito Kuntotuulia.....	8
9.2	Kuntouttava päivätoiminta.....	8
10	MUISTIHOITAJA .....	8
11	IKÄIHMISTEN LIIKUNTA .....	9
11.1	Seniori- kuntosalivuorot .....	9
11.2	Kyläjummat.....	9
11.3	Voima-tasapainojumppa .....	9
11.4	Kävelyryhmät.....	10
11.5	Liikuntaneuvontapalvelu .....	10
12	OMAISHOIDONTUKI.....	10
13	KELAN ETUUDET .....	11
13.1	Eläkettä saavan hoitotuki .....	11
13.2	Eläkkeensaajan asumistuki .....	11
13.3	Lääkekorvaukset .....	12
13.4	Takuueläke.....	12
13.5	Toimeentulotuki.....	12
13.6	Kelataksi .....	13
14	EDUNVALVONTA .....	14
14.1	Edunvalvontavaltuus.....	14
15	KIRJASTON KOTIINKULJETUSPALVELU .....	14
16	ASUNNON KORJAUSNEUVONTA.....	15
17	MUUT TOIMIJA KUNNAN JA SEUTUKUNNAN ALUEELLA .....	15

---

## 1 IKÄIHMISTEN PALVELUOHJAUS

Koti- ja asumispalveluiden palveluohjaajat neuvovat ikäihmisiä julkisten, yksityisten ja kolmannen sektorin palveluista. Palveluohjaajat tekevät myös kotikäyntejä ikäihmisten luokse palvelutarpeen selvittämiseksi.

Palveluohjaajilta saat tietoa mm.

- kotihoiton palveluista
- asumispalveluista
- tukipalveluista, kuten turvapuhelinpalvelu ja ateriapalvelu
- liikkumista tukevista palveluista
- yksityisistä palveluista mm. siivouspalvelu
- taloudellisista etuuksista (Kelan hoitotuki ja asumistuki)
- liikunta- ja harrastusmahdollisuuksista

Palveluohjaajat (ma-pe klo 9.00–15.00)

Jenni Jokelainen p. 050 521 9893 [jenni.jokelainen@hattula.fi](mailto:jenni.jokelainen@hattula.fi)

Mari Kuningas p. 050 079 0034 [mari.kuningas@hattula.fi](mailto:mari.kuningas@hattula.fi)

## 2 HYVINVOINTIA EDISTÄVÄT KOTIKÄYNNIT YLI 75 –VUOTIAILLE

Yli 75 – vuotiaiden hattulaisten on mahdollista varata palveluohjaajalta maksuton kotikäynti, jonka tarkoituksena on selvittää yhdessä asiakkaan kanssa hänen tilannettaan ja kotona selviytymistä eri näkökulmista. Käynnillä kerrotaan mm. kunnassa olevista palveluista ja henkilöistä, joihin asiakas voi olla yhteydessä apua tarvitessaan. Käynnin tarkoituksena on myös opastaa ja kannustaa asiakasta käyttämään omia voimavarojaan omatoimisuuden säilyttämiseksi. Hyvinvointia edistävä kotikäynti on asiakkaalle maksuton, eikä asiakkaalla tarvitse olla vielä palveluntarvetta. Kotikäynnin tekee palveluohjaaja, ja sen kesto on n. 1,5 tuntia. Kotikäynnin voi varata ottamalla yhteyttä palveluohjaukseen (ma-pe klo 9.00–15.00) p. 050 521 9893 tai 050 079 0034

## 3 APUVÄLINEPALVELUT

Terveyskeskuksesta lainattavia välineitä ovat liikkumisen apuvälineet (sauvat, kävelytelineet, pyörätuolit) sekä päivittäisiin toimintoihin (peseytyminen, wc, ruokailu, pukeutuminen) liittyvät apuvälineet. Lyhytaikaiseen lainaan apuvälineitä saa esim. leikkausten ja tapaturmien jälkeen. Pitkäaikaiskäytön edellytyksenä on pitkäaikainen tai pysyvä toiminnan häiriö. Lisätietoja apuvälineistä ja niiden lainausehdoista saat terveyskeskuksen fysioterapeutilta.

---

---

Pappilanniemen vuodeosasto  
fysioterapia & apuvälinelainaamo  
fysioterapeutti Lauri Vainiomäki p. 050 416 5991  
soittoaika ma-pe klo 12-13

#### **4 TERVEYSPALVELUT**

Hattulan kunnan terveyspalvelujen tuotannosta vastaa Terveystalo Oy  
Käyntiosoite: Parolantie 42, 13720 Parola  
Puh. 03 673 1277  
Internet-sivut: <https://terveys.hattula.fi>

Asiointi terveysasemalla aina ensin puhelimitse numeroon 03 673 1277. Numerossa toimii takaisinsoittopalvelu. Nauhoite tulee kuunnella loppuun, jotta takaisinsoitto onnistuu.

##### **Hoidon tarpeen arviointi ja ajanvaraus**

Numerosta 03 673 1277

Päivystys arkisin klo 8:00–15:00

Suun terveydenhuollon päivystys arkisin klo 8:00-15:00

Kiireetön hoidon tarpeen arviointi arkisin klo 10:00-14:00

##### **Päivystys ja ensiapu**

Kanta-Hämeen keskussairaala, Ahvenistontie 20, 13530 Hämeenlinna.  
Henkeä uhkaavat tai muut kiireellistä hoitoa edellyttävät sairaudet ja vammat hoidetaan Kanta-Hämeen keskussairaalan yhteydessä 24 h toimivassa ensiavussa (yhteispäivystys).

##### **Valtakunnallinen Päivystysapunumero 116 117**

Päivystysapupalvelu on tarkoitettu kiireellisen sosiaali- ja terveydenhuollon neuvontaa varten. Kantahämäläisiä kehoitetaan soittamaan maksuttomaan numeroon 116 117 aina ennen kuin harkitsee päivystykseen hakeutumista.

##### **Suun terveydenhuollon päivystys**

Arki-iltapäivystys klo 15:00-21:00 ajanvarauksella, puh. 040 620 5664

Viikonloppu- ja arkipyhäpäivystys klo 8:00-21:00

Ajanvaraus klo 8.00-9.00 puh. 040 620 5664. Puhelimeen vastataan mahdollisuuksien mukaan koko päivystysaikana.

---

---

## 5 TERVEYDENHUOLLON MAKSUKATTO

Kunnallisen terveydenhuollon asiakasmaksuissa on kalenterivuositainen maksukatto. Maksukatto on vuonna 2022 692 euroa vuodessa. Maksukattoon tehdään indeksitarkistus joka toinen vuosi.

Maksukattoon lasketaan mukaan

- terveyskeskuksen avosairaanhoidon lääkäripalvelujen maksut,
- fysioterapiamaksut
- sarjahoidon maksut
- sairaalan poliklinikkamaksut
- päiväkirurgian maksut
- lyhytaikaisen laitoshoidon ja laitospalvelun maksut terveydenhuollon ja sosiaalihuollon laitoksissa
- yö- ja päivähoidon maksut
- kuntoutushoidon maksut
- suun terveydenhuollon käynti- ja toimenpidemaksut (hammasteknisiä kuluja, kuten proteeseista, purentakiskoista, oikomiskojeista ja uniapneakiskoista aiheutuvia hammasteknisiä kuluja lukuun ottamatta)
- tilapäisen kotisairaanhoidon ja kotisairaalan maksut
- terapioiden perityt maksut sekä
- toimeentulotuella maksetut maksut.
- Maksukattoon kerryttävät myös ostopalveluina tuotetut palvelut, jos ne kuuluvat kunnan järjestämisvastuulle.

Maksukattoon ei lasketa mukaan maksuja

- sairaankuljetuksesta
  - lääkärintodistuksista
  - yksityislääkärin läheteellä tehdyistä laboratorio- ja kuvantamistutkimuksista
  - sosiaalihuollon palveluista (lukuun ottamatta lyhytaikaista laitospalvelua)
  - tulosidonnaisista palveluista
  - palvelusetelin omavastuista
  - kuljetuspalvelujen omavastuista
  - täysin yksityisistä palveluista, joiden järjestämisestä kunta ei vastaa.
  - Maksukattoon ei myöskään lasketa maksuja, jotka on korvattu asiakkaalle esimerkiksi työtaturmavakuutuksen perusteella.
-

---

Maksukaton täytyttyä asiakas saa maksukaton piiriin kuuluvat palvelut pääsääntöisesti maksutta. Lyhytaikaisesta laitoshoidosta tai laitospalvelusta peritään ns. ylläpitomaksuna enintään 22,80 euroa hoitopäivältä (2022).

(Lähde: STM, Terveystieteiden tutkimuskeskus. <https://stm.fi/terveydenhuollon-maksukatto> )

Lisätietoja saat tarvittaessa: toimistos sihteeri Pasi Koivula p. 050 478 1206

## 6 KOTIHOITO

Kotihoidon tavoitteena on turvata ihmisen arkielämää elämänkaaren eri vaiheissa ja tilanteissa asiakaslähtöisyyttä kunnioittaen. Kotihoidossa korostetaan ylläpitävää ja ennaltaehkäisevää toimintakykyä edistävää toimintaa. Kotihoito kattaa kotipalvelun, kotisairaanhoidon ja tukipalvelut.

Kotihoito voi olla tilapäistä esim. sairaalasta kotiutuville tai säännöllistä päivittäin tai viikoittain annettavaa apua vanhuksille, pitkäaikaissairaille tai vammaisille.

Mikäli avun tarve on säännöllistä ja jatkuvaa, tehdään asiakkaalle hoito- ja palvelusuunnitelma asiakkaan omaisten ja hoitoon ja huolenpitoon osallistuvien työntekijöiden yhteistyönä. Kotihoidon palveluihin hakeudutaan ottamalla yhteyttä palveluohjaajaan, joka tekee palvelutarpeen arvioinnin.

Säännöllisen kotihoidon maksut määräytyvät sen mukaan, miten paljon asiakas tarvitsee palvelua.

Lisätietoja palveluohjaajilta: p. 050 521 9893 tai p. 050 079 0034

## 7 KOTIHOIDON TUKIPALVELUT

Kotona selviytymisen tueksi on mahdollista saada erilaisia tukipalveluja. Kunnan tuottamia tukipalveluja ovat ateria-, turva- ja kuljetuspalvelu. Lisätietoja tukipalveluista saat palveluohjaajilta: p. 050 521 9893 tai p. 050 079 0034

### 7.1 Ateriapalvelu

Ateriapalvelun avulla tuetaan asiakkaan kotona asumista sekä monipuolista ja riittävää ravitsemusta. Ruokailumahdollisuus palvelupisteissä tukee asiak-

---

---

kaan omatoimisuutta, itsenäisyyttä, sosiaalista ja fyysistä aktiivisuutta. Sosiaalihuoltolain mukainen ateriapalvelu on tarkoitettu kotona asuville ikäihmisille, joiden voimavarat eivät riitä aterioiden valmistamiseen itse, tai ruokailu ilman ateriapalvelua on yksipuolista tai epäsäännöllistä.

Ateriapalvelua haetaan palveluohjauksen kautta. Ateriapalvelua myönnettäessä arvioidaan palvelun tarve ja kesto. Palvelu voidaan myöntää tilapäisenä tai toistaiseksi voimassa olevana. Kotiin kuljetetun lounasaterian hinta on 6,20 euroa/ateria. Ateriat ovat kylmiä lämmitettäviä aterioita, jotka kuljetetaan tiistai- ja perjantai-iltapäivisin. Palvelukeskusateriointi on mahdollista Tuulikodissa Katinalassa ja palvelutalo Punojanportissa Parolan keskustassa.

## **7.2 Sosiaalihuoltolain mukainen kuljetuspalvelu**

Sosiaalihuoltolain mukaisia kuljetuspalveluja voidaan myöntää tukipalveluna henkilölle, jolla on ikääntymisen ja sairauksien vuoksi huomattavia liikkumisvaikeuksia ja joka ei kykene käyttämään julkisia joukkoliikennevälineitä. Palvelun myöntäminen perustuu tarveharkintaan ja hakijan taloudelliseen tilanteeseen. Bruttotuloraja on yhden henkilön taloudessa 1278€/kk, ja kahden henkilön taloudessa 2236€/kk. Varallisuusraja palvelun myöntämisessä on 20 000€/henkilö. Varallisuutena ei oteta huomioon asiakkaan omassa käytössä olevaa vakituista asuntoa. Mikäli tulo- ja/tai varallisuusrajat ylittyvät, sosiaalihuoltolainmukaista kuljetuspalvelua ei pääsääntöisesti myönnetä. Kuljetuspalvelulla ei korvata julkisen liikenteen puutteita.

Sosiaalihuoltolain mukaista kuljetustukea myönnetään asiointi- ja virkistysmatkoja varten enintään kahdeksan matkaa kuukaudessa. Hattulassa matkustusalueeksi on määriteltä Hattulan ja ydin Hämeenlinnan alueet. Tapauskohtaisesti tulee kysymykseen lähin palvelutaajama ydin Hämeenlinnan tilalle. Kuljetuspalvelua ei saa käyttää lääkärissäkäynti-, sairaala- tai kuntoutusmatkoihin, joihin on mahdollisuus saada korvausta muun lainsäädännön mukaisesti esimerkiksi Kansaneläkelaitokselta.

Kuljetuspalveluja haetaan kirjallisesti kuljetuspalvelujen hakemuslomakkeella, johon liitetään terveydenhuoltohenkilön lausunto. Palvelun myöntäminen perustuu tarveharkintaan ja hakijan taloudelliseen tilanteeseen, joiden arvioinnissa käytetään terveydenhuoltohenkilön antamaa lausuntoa sekä tietoja hakijan bruttotuloista ja varallisuudesta. Lisätietoja hakemisesta ja hakulomakkeita saat palveluohjaajilta p. 050 521 9893 tai p. 050 079 0034.

---

---

### 7.3 Turvapuhelinpalvelu

Turvapuhelimen tavoitteena on mahdollistaa kotona asuminen ja tuoda asiakkaalle turvallisuudentunnetta. Turvapalvelun avulla asiakkaalle mahdollistetaan avun saanti kotiin ympäri vuorokauden.

AddSecure Oy toimii turvapuhelinpalvelujen tuottajana turvapuhelinlaitteiden ja hälytysten vastaanoton osalta. Turva-auttajina toimivat Hattulan kotihoidon työntekijät klo 7-22 ja yöhoitaja klo 22-07 välisenä aikana. Kun asiakkaalle on myönnetty turvapalvelu, toimitetaan asiakkaan tiedot AddSecure Oy:lle ja turva-auttajille. Asiakkaan tulee luovuttaa asuntonsa avain turva-auttajien käyttöön palvelun keston ajaksi. AddSecure Oy käy asentamassa turvapuhelinlaitteen asiakkaan kotiin ja vastaa jatkossa myös laitteiden huollosta. Turvapuhelimen asennuksen jälkeen palvelu on toiminnassa.

AddSecure Oy laskuttaa asiakasta turvalaitteista ja hälytysten vastaanottamiset (turvapalvelu turvapuhelimella 8,97€/kk). Turva-auttajakäynnit laskuttaa Hattulan kunta. Turva-auttajakäynneistä peritään tilapäisen kotihoidon maksu, 12,20 euroa/käynti. Ilman turvapuhelinta tehtyjen turva-auttajakäyntien hinta on 25 euroa/käynti.

Lisätietoa turvapuhelinpalvelusta ja sen tilaamisesta saat palveluohjaajilta p. 050 521 9893 tai p. 050 079 0034.

## 8 YKSITYISTEN PALVELUNTUOTTAJIEN TUKIPALVELUT

Asiakas voi ostaa palveluita myös yksityiseltä palveluntuottajalta. Kunnan kotihoitoon ei kuulu siivous, pyykkihuolto, eikä kauppa-asiointi, joten nämä palvelut asiakas voi ostaa suoraan yksityiseltä palveluntuottajalta.

Listan alueella toimivista yksityisistä palveluntuottajista saat palveluohjaajilta p. 050 521 9893 tai p. 050 079 0034 tai Hattulan kunnan internetsivuilta osoitteesta: <https://www.hattula.fi/palvelut/sosiaali-ja-terveyspalvelut/sosiaalipalvelut/ikaihminen-palvelut/tukipalvelut/ostettavat-siivous-ja-asiointipalvelut/>

### 8.1 Arvonlisäverottomuus

Kotipalveluja ja niiden tukipalveluja voi ostaa myös arvonlisäverottomana sosiaalihuoltopalveluna, jos palvelun ostaja on sosiaalihuollon tarpeessa. Tämä tarkoittaa sitä, että asiakkaan toimintakyky on alentunut esimerkiksi sairauden, vamman tai ikääntymisen vuoksi. Kotipalveluilla tarkoitetaan esimerkiksi

---



---

asumiseen, henkilökohtaiseen hoivaan ja huolenpitoon, sekä muuhun tavanomaiseen elämään kuuluvia toimia tai niissä avustamista. Kotipalvelujen tukipalveluilla tarkoitetaan esimerkiksi ateria, vaatehuolto, siivous, kylvytys ja saattajapalveluja sekä sosiaalista kanssakäymistä edistäviä palveluja.

Yksityiset palveluntuottajat voivat myydä sosiaalihuoltopalveluja arvonlisäverottomasti, mikäli heidän toimintansa on sosiaaliviranomaisten valvomaa. Yrittäjät, jotka ovat merkittynä palveluohjaajilta ja nettisivuilta saatavaan listaan (kts. yllä), ovat tehneet ilmoituksen toiminnastaan kuntaan ja he voivat myydä palveluja myös arvonlisäverottomasti. Lisätietoja asiasta saat palveluohjaajilta p. 050 521 9893 tai p. 050 079 0034.

## 8.2 Kotitalousvähennys

Kotitalousvähennys tarkoittaa helpotusta veroihin. Kotitalousvähennystä voi saada mm. hoiva- ja hoitotyöstä ja esimerkiksi seuraavista kotitaloustöistä:

- siivous
- ruuanlaitto
- pyykinpesu, silitys ja muu vaatteiden huolto
- piha-alueen ja puutarhan hoito
- lumenluonti.

Kotitalous-, hoiva- ja hoitotyöstä kotitalousvähennyksen maksimi vuonna 2022 on 3 500 euroa henkilöltä. Omavastuu on 100 euroa vuodessa henkilöltä. Kotitalousvähennyksen saa vain työn osuudesta. Työn osuudesta voi vähentää 60 %, kun työ ostetaan ennakkoperintärekisteriin kuuluvalta yritykseltä.

Kotitalousvähennystä ei saa esimerkiksi sellaisesta hoiva- ja hoitotyöstä, jota terveydenhoitopalvelut tekevät arvonlisäverottomasti. Kunnan tuottamista palveluista, kuten kotihoidosta, ei kotitalousvähennystä voi saada.

Lisätietoja kotitalousvähennyksestä saat verohallinnon internetsivuilta <https://www.vero.fi/henkiloasiakkaat/verokortti-ja-veroilmoitus/tulot-ja-vahennykset/kotitalousvahennys/> tai verohallinnon palvelunumerosta p. 029 497 002

---

---

## 9 KUNTOUTTAVAT PALVELUT

### 9.1 Lyhytaikaishoito Kuntotuulia

Tuulia-kodissa sijaitsevassa Kuntotuulian yksikössä tavoitteena on tukea asiakkaita kuntoutuksen ja virkistykseen avulla selviytymään omassa kodissaan mahdollisimman pitkään, sekä antamaan lepoa omaishoitajille tärkeässä työssään.

Hoitojaksot suunnitellaan kunkin asiakkaan tarpeen mukaan ja niiden kesto on yleensä muutamasta päivästä kahteen viikkoon. Hoito ei kerrytä asiakkaan maksukattoa. Palvelun hinta on 30,40 € / vuorokausi.

Kuntotuuliaan ei voi matkustaa Kelataksilla, vaan asiakas maksaa matkakustannuksensa itse. Matkoihin voi käyttää asiakkaalle myönnettyä sosiaalihoitolain tai vammaispalvelulain mukaista kuljetuspalvelua (ns. taksikorttia).

### 9.2 Kuntouttava päivätoiminta

Päivätoiminta on tarkoitettu Hattulan kunnassa asuville henkilöille, joilla on esimerkiksi heikentyneen muistin tai sairauden takia vaikeuksia selvitä päivittäisistä askareista kotona. Henkilöille, joilla liikkuminen kodin ulkopuolella on hankalaa sekä yksinäisille ikäihmisille, joilla virikkeet ja kontaktit toisiin ihmisiin ovat vähäisiä. Toiminnan tavoitteena on luoda turvallinen ja asiakasta kunnioittava ilmapiiri, jossa hänellä on mahdollisuus sosiaaliseen kanssakäymiseen. Asiakkaan voimavarat ovat toiminnan lähtökohtana.

Päivätoimintaan sisältyy mm. lukemista, kuntopiiriharjoittelua, pelaamista, käsitöitä, keskustelua sekä menneistä että ajankohtaisista asioista. Lisäksi vierailuvia esiintyjä, hartaushetkiä ja teemajuhlia. Päivätoimintapäivän hinta on 20,80 €/kerta, ja kuljetusmaksu 3,40 €/suunta. Päivätoimintapäivän hintaan sisältyy aamupala, lounas ja iltapäiväkahvi.

Kuntotuuliaan ja päivätoimintaan hakeudutaan palveluohjauksen kautta. Lisätietoja asiasta saat palveluohjaajilta p. 050 521 9893 tai p. 050 079 0034.

## 10 MUISTIHOITAJA

Muistihoitaja toimii lääkärin työparina muistisairauksien tunnistamisessa, taudinmäärityksessä, hoidossa, ohjauksessa ja seurannassa. Vastaanotolle pääsee ilman lähetettä; itse hakeutuen tai omaisten aloitteesta, terveysaseman

---

---

lääkärin tai sairaanhoitajan aloitteesta tai kotihoidon ohjaamana. Muistites-  
taukset, neuvonta ja ohjaus tehdään kotona tai vastaanotolla. Vastaanotto-  
käynti on maksuton.

Muistihoitaja Susanna Pulkkinen  
Vanhainkodintie 5, 13800 Katinala  
Vastaanotto vain ajanvarauksella.  
p. 050 543 8464  
[susanna.pulkkinen@hattula.fi](mailto:susanna.pulkkinen@hattula.fi)

## 11 IKÄIHMISTEN LIIKUNTA

### 11.1 Seniori- kuntosalivuorot

Pekolan koulun kuntosalia voivat eläkeläiset käyttää veloituksetta ma-pe klo  
14.30-15.30. Kuntosalin käyttöä varten tulee kuitata avain kirjaston palvelu-  
pisteeltä. Tiedustelut ja laitteiden käyttöön perehdytys: Pia Vekka,  
[pia.vekka@hattula.fi](mailto:pia.vekka@hattula.fi) / 050 595 3389.

Terveysaseman kuntosalille mahdollisuus varata vuoro pienryhmän käyttöön  
tai varata yksittäinen paikka jo valmiiseen pienryhmään. Salivuorojen tiedus-  
telut ja laiteopastusta antaa Pia Vekka 050 5953389 / [pia.vekka@hattula.fi](mailto:pia.vekka@hattula.fi) tai  
Päivi Vuori 050 344 7670 / [paivi.vuori@hattula.fi](mailto:paivi.vuori@hattula.fi). Maksuton!

### 11.2 Kyläjummat

Ryhmät tarkoitettu sivukylillä asuville senioreille. Helpoin harjoittein kehitte-  
tään kehon voimaa ja tasapainoa. Tunneilla käytetään myös liikuntavälineitä  
(et tarvitse omia välineitä). Jumppa ei sisällä lattiaharjoitteita! Ohjaajana Pia  
Vekka 050 595 3389 / [pia.vekka@hattula.fi](mailto:pia.vekka@hattula.fi) Kyläjummat: Kouvala-Hyrvälä,  
Tyrvöntö-Lepaa, Vuohiniemi ja Pekola (kävelyryhmä ja kuntosaliryhmä)

### 11.3 Voima-tasapainojumppa

Jumpassa tehdään monipuolisesti helppoja voima- ja tasapainoharjoitteita  
käyttäen erilaisia liikuntavälineitä ja oman kehon painolla (et tarvitse omia vä-  
lineitä). Tuolia voi käyttää tukena liikkeissä. Ei lattiaharjoitteita! Ryhmät ko-  
koontuvat maanantaisin ja tiistaisin ja torstaisin. Vaatii ilmoittautumisen. Oh-  
jaajana Pia Vekka 050 5953389 / [pia.vekka@hattula.fi](mailto:pia.vekka@hattula.fi)

---

---

## 11.4 Kävelyryhmät

Ryhmät tarkoitettu kaikille kävelystä kiinnostuneille senioreille. Ryhmät koontuvat kaksi kertaa viikossa (Parola ja Pekola). Ryhmät toimii omatoimisesti. Lisää tietoa senioriliikuntalukujärjestyksestä.

## 11.5 Liikuntaneuvontapalvelu

Maksuton liikuntaneuvonta tarjoaa sinulle yksilöllistä tukea ja työkaluja terveytesi edistämiseen. Liikuntaneuvoja auttaa sinua aloittamaan liikunnan turvallisesti. Keskustelemme kanssasi myös uni- ja ravitsemustottumuksistasi. Liikuntaneuvoja testaa, tukee ja ohjaa sinua pienin askelin pidemmän aikaa. Tavoitteena on edistää hyvinvointia ja saavuttaa pysyvästi terveempi olo.

Liikuntaneuvontapalvelu alkaa kokeiluryhmän muodossa elokuussa 2022 ja laajemmin tammikuussa 2023. Projektin alkaessa kohderyhmänä on vähän liikkuvat työiän yläpäässä olevat ja juuri eläkkeelle siirtyneet hattulalaiset. Lisätietoja liikuntaneuvontapalvelusta saat liikuntakoordinaattori Pia Vekalta p. 050 595 3389 ja [pia.vekka@hattula.fi](mailto:pia.vekka@hattula.fi)

**Lisää ikäihmisten liikuntamahdollisuuksia löytyy ikäihmisten liikuntalukkarista, jonka löydät mm. kunnan nettisivuilta tai kirjastosta.**

## 12 OMAISHOIDONTUKI

Omaishoidon tukea voidaan myöntää Hattulassa asuville, hattulalaisille henkilöille. Koti- ja asumispalveluiden palveluohjaaja tekee päätöksen omaishoidontuen myöntämisestä 65 vuotta täyttäneiden osalta. Alle 65-vuotiaiden osalta päätöksen tekee vammaispalvelun sosiaalityöntekijä. Omaishoidon tuki ei ole subjektiivinen oikeus, vaan omaishoidon tuen myöntäminen perustuu kunnan harkintaan ja kunnan määrittelemiin kriteereihin. Avuntarve pelkäänsä kodinhoidollisissa töissä ja asioinnissa kodin ulkopuolella ei oikeuta omaishoidon tukeen. Tukeen ei ole myöskään oikeutta, mikäli hoidettava asuu palvelutalossa tai tehostetun palveluasumisen yksikössä.

Omaishoidon tuki on luokiteltu kolmiportaiseksi. Sosiaali- ja terveysministeriö vahvistaa vuosittain hoitopalkkion alimman määrän, joka 1.1.2022 on 423,61 euroa/kk. Arviointitilanteessa katsotaan aina asiakkaan kokonaistilannetta.

---

---

Omaishoidon tukea haetaan kirjallisesti hakemuslomakkeella. Lomakkeita saa Hattulan koti- ja asumispalveluiden nettisivuilta tai koti- ja asumispalveluista pyytämällä. Hakumenettely on jatkuva. Hakemukseen on liitettävä ajan tasalla oleva lääkärin C-lausunto.

Lisätietoa omaishoidontuen hakemisesta saat palveluohjaajilta p. 050 521 9893 tai p. 050 079 0034.

## **13 KELAN ETUUDET**

### **13.1 Eläkettä saavan hoitotuki**

Hoitotuen tavoitteena on helpottaa vammaisen tai pitkäaikaisesti sairaan eläkkeensaajan jokapäiväistä elämää, toimintakykyä, kuntoutusta ja hoitoa. Sinulla voi olla oikeus eläkettä saavan hoitotukeen, jos toimintakykysi on vamman tai sairauden vuoksi heikentynyt yhtäjaksoisesti vähintään vuoden ajan.

Hoitotuen saaminen edellyttää, että tarvitset apua tai ohjausta ja valvontaa henkilökohtaisissa toiminnoissa, kuten peseytymisessä, pukeutumisessa tai kommunikoinnissa. Eläkettä saavan hoitotuki on porrastettu kolmeen tasoon: perushoitotukeen (73 e/kk), korotettuun hoitotukeen (159,04 e/kk) ja ylimpään hoitotukeen (336,30 e/kk). (Lähde: [www.kela.fi](http://www.kela.fi))

Hoitotukea haetaan Kelan lomakkeella/sähköisesti OmaKelassa. Hakemukseen tarvitaan liitteeksi lääkärin c-lausunto (korkeintaan 6kk vanha). Lisätietoa asiasta saat Kelan internetsivuilta: [www.kela.fi](http://www.kela.fi) tai puhelinpalvelusta p.020 692 205. Myös palveluohjaajilta saat lisätietoa hakemisesta ja tarvittaessa apua hakemuksen täyttöön p. 050 521 9893 tai p. 050 079 0034.

### **13.2 Eläkkeensaajan asumistuki**

Voit saada eläkkeensaajan asumistukea, kun asut vakinaisesti Suomessa, olet pienituloinen ja saat eläkettä, joka oikeuttaa eläkkeensaajan asumistukeen. Voit saada asumistukea vakinaiseen vuokra- tai omistusasuntoon. Kelan sivuilta [www.kela.fi](http://www.kela.fi) löytyy laskuri, jolla asumistuen määrä voi arvioida. Eläkkeensaajan asumistukea haetaan Kelan lomakkeella/sähköisesti OmaKelassa.

---

---

Lisätietoa asiasta saat Kelan internetsivuilta: [www.kela.fi](http://www.kela.fi) tai puhelinpalvelusta p.020 692 202. Myös palveluohjaajilta saat lisätietoa hakemisesta ja tarvittaessa apua hakemuksen täyttöön p. 050 521 9893 tai p. 050 079 0034.

### **13.3 Lääkekorvaukset**

Kela korvaa lääkekustannuksia sen jälkeen, kun kalenterivuositainen 50 euron alkuomavastuu on kohdallasi täytynyt. Korvauksen määrä riippuu lääkkeestä ja sinulle myönnetystä korvausoikeuksista. Korvausluokkia on kolme: peruskorvaus, alempi erityiskorvaus ja ylempi erityiskorvaus. Sinulla voi olla oikeus myös lisäkorvaukseen. Voit ostaa kerralla korvattuna enintään 3 kuukauden lääkemäärän. Jos kyseessä on kallis lääke, voit ostaa kerralla korvattuna kuitenkin enintään 1 kuukauden lääkemäärän. Kun vuosiomavastuu täyttyy, sinulla on oikeus lisäkorvaukseen. Tällöin maksat loppuvuoden ajan jokaisesta ostamastasi korvattavasta lääkkeestä vain 2,50 euroa. Vuonna 2022 lääkekustannusten vuosiomavastuu (lääkekatto) on 592,16 euroa. (Lähde: [www.kela.fi](http://www.kela.fi)). Lisätietoa asiasta saat Kelan internetsivuilta: [www.kela.fi](http://www.kela.fi) tai puhelinpalvelusta p.020 692 204 sekä apteekista.

### **13.4 Takuueläke**

Takuueläke turvaa Suomessa asuvalle henkilölle vähimmäiseläkkeen (855,48 e/kk), jos kaikki hänen eläkkeensä ennen verotusta ovat yhteensä enintään 848,56 e/kk. Tuloraja ja vähimmäiseläke jäävät kuitenkin tätä pienemmäksi, jos henkilö on varhennetulla vanhuuseläkkeellä. Takuueläkettä haetaan Kelan lomakkeella/sähköisesti OmaKelassa. Lisätietoa asiasta saat Kelan internetsivuilta: [www.kela.fi](http://www.kela.fi) tai puhelinpalvelusta p.020 692 202.

### **13.5 Toimeentulotuki**

Perustoimeentulotukea voi saada henkilö tai perhe, jonka tulot ja varat eivät riitä välttämättömiin jokapäiväisiin menoihin, kuten ruokaan, vaatteisiin ja asumiseen. Perustoimeentulotuki on viimesijainen tuki, ja sen määrään vaikuttavat kaikki käytettävissäsi olevat tulot ja varat. Tuloiksi lasketaan myös muut sosiaalietuudet. Kelan internet-sivuilta löydät laskurin, jolla voit arvioida, onko sinulla oikeutta toimeentulotukeen. Toimeentulotukea haetaan Kelan lomakkeella/sähköisesti OmaKelassa. Lisätietoa asiasta saat Kelan internetsivuilta: [www.kela.fi](http://www.kela.fi) tai puhelinpalvelusta p.020 692 207.

---

---

Hattulan kunnan sosiaalipalvelun ohjaajat palvelevat kuntalaisia taloudellisen tuen asioissa. Heiltä voit tarvittaessa pyytää neuvoa/apua myös toimeentulotuen hakemiseen.

Sosiaalipalveluohjaajat:

Hanna Vainionpää (sukunimen alkukirjaimet A-M)

p. 050 528 0103 [hanna.vainionpaa@hattula.fi](mailto:hanna.vainionpaa@hattula.fi)

Katja Raikas (sukunimen alkukirjaimet N-Ö)

p. 050 568 8480 [katja.raikas@hattula.fi](mailto:katja.raikas@hattula.fi)

### 13.6 Kelataksi

Voit saada korvauksen taksimatkasta terveydenhuollon toimipisteisiin, jos joudut käyttämään taksia terveydentilasi tai puutteellisten liikenneolosuhteiden vuoksi. Jos käytät taksia terveydentilasi vuoksi, tarvitset terveydenhuollon antaman todistuksen (Todistus matkakorvausta varten, SV 67). Jotta Kela voi korvata matkan, matka pitää tilata alueellisesta tilausnumerosta.

Jos käytät taksia puutteellisten liikenneolosuhteiden vuoksi, perustele taksin käyttö tilauspuhelin yhteydessä. Voit pysähtyä paluumatkalla hakemassa apuvälineitä terveyskeskuksesta tai sinulle määrättyjä lääkkeitä apteekista.

Jos sinulla on oikeus Kelan korvaamaan taksimatkaan, tilaa taksi alueellisesta tilausnumerosta. Saat matkakorvauksen heti taksissa ja maksat matkastasi enintään 25 euron omavastuun. Jos tilaat taksin muulla tavoin, Kela ei korvaa matkaasi. Jos itse maksamasi matkakustannukset ylittävät kalenterivuoden aikana 300 euroa, et maksa loppuvuoden matkoistasi mitään. Tähän 300 euron vuosiomavastuuseen lasketaan mukaan yksittäisten matkojen omavastuut ja niitä pienemmät kustannukset.

Tilaa matka edeltävänä päivänä viimeistään klo 14.00. Tilaa matka alueellisesta numerosta myös silloin, kun tarvitset taksia äkillisesti tai olet unohtanut tilata taksin edellisenä päivänä. Voit tilata samalla kertaa kaikki tiedossasi olevat matkat seuraavan 14 vuorokauden ajalle.

Alueelliset tilausnumerot Kanta-Häme (soitto on maksutonta):

- Taksi Helsinki Oy, 0800 414 616
- Suomen Lähilogistiikka Oy (LähiKyyti), 0800 051 57

(Lähde: [www.kela.fi](http://www.kela.fi)). Lisätietoa asiasta saat Kelan internetsivuilta: [www.kela.fi](http://www.kela.fi) tai puhelinpalvelusta p.020 692 204.

---

---

## 14 EDUNVALVONTA

Edunvalvoja tai edunvalvontavaltuutettu voi olla tarpeen, jos esimerkiksi vaikea sairaus tai korkea ikä ovat heikentäneet asianomaisen henkisiä kykyjä niin, että hän ei itse kykene hoitamaan taloudellisia asioitaan tai valvomaan etujaan.

Edunvalvojan määrää Digi- ja väestötietovirasto tai tuomioistuin. Edunvalvojana voi toimia yksityishenkilö, esimerkiksi omainen tai muu läheinen. Edunvalvojaksi voidaan määrätä myös yleinen edunvalvoja, joka hoitaa näitä tehtäviä työnsä puolesta.

Edunvalvontavaltuutettu on aina yksityishenkilö ja hän voi valvoa henkilön etua, jos valtuuttaja on etukäteen tehnyt edunvalvontavaltuutuksen toimintakyvyn heikkenemisen varalta. (Lähde: [www.oikeus.fi](http://www.oikeus.fi)).

### 14.1 Edunvalvontavaltuutus

Edunvalvontavaltuutus tarjoaa asioiden hoitamiselle edunvalvojan määräämistä kevyemmän ja joustavamman vaihtoehdon. Edunvalvontavaltuutuksella henkilö voi itse etukäteen määrätä, kenet haluaa asioiden hoitajaksi silloin, jos hän itse tulee kykenemättömäksi hoitamaan asioitaan esimerkiksi sairauden tai heikentyneen terveydentilan vuoksi. Edunvalvontavaltuutus tulee tehdä kirjallisesti testamentin tapaan. Kun valtuutuksen antanut henkilö ei kykene enää hoitamaan asioitaan esimerkiksi sairauden vuoksi, valtuutettu voi pyytää Digi- ja väestötietovirastoa vahvistamaan valtuutuksen. (Lähde: [www.oikeus.fi](http://www.oikeus.fi) ja [www.dvv.fi](http://www.dvv.fi)).

Lisätietoja edunvalvojan määräämisestä, hakemisesta ja edunvalvontavaltuutuksesta saat Digi- ja väestötietovirastosta [www.dvv.fi](http://www.dvv.fi) tai kunnan palveluohjaajilta p. 050 521 9893 tai p. 050 079 0034.

## 15 KIRJASTON KOTIINKULJETUSPALVELU

Kirjaston kotipalvelu toimittaa aineistoa niille asiakkaille, jotka eivät itse pääse kirjastoon korkean iän tai liikuntavaikeuksien vuoksi. Kirjastoautoreittien varrella asuville asukkaille, kirjasto voi myös toimittaa valmiita aineistokasseja kirjastoauton matkassa asiakkaan toiveiden mukaan. Lisätietoja Hattulan kirjastosta Minna Linna-Vuori p. 050 5522 896.

---



---

## 16 ASUNNON KORJAUSNEUVONTA

Vanhustyön keskusliiton korjausneuvonta on asuntojen korjaus- ja muutostarpeiden arviointia ja korjausten edistämisen sekä avustusten hakemisessa auttamista yli 65-vuotiaille. Yleisimpiä ikääntyneiden asuntoihin tarvittavia korjauksia ovat pesutilojen muutokset sekä erilaiset esteettömyyttä parantavat muutostyöt. Rakenteiden ja järjestelmien huonokuntoisuus aiheuttaa myös yleistä peruskorjaustarvetta.

Vanhustyön keskusliiton korjausneuvojat avustavat sotainvalideja, veteraaneja ja muita ikääntyneitä ihmisiä asunnossa tarvittavien muutostöiden kartoittamisessa, suunnittelussa ja korjausavustusten hakemisessa. Tarvittaessa korjausneuvojat auttavat myös muutostyöt suorittavan urakoitsijan etsimisessä. Korjausneuvonta on maksutonta, remonttikulut asiakas maksaa itse. Mahdolliset avustukset kattavat osan kustannuksista.

Lisätietoja: Vanhustyönkeskusliitto <https://vtkl.fi/toiminta/korjausneuvonta> Korjausneuvonnan palvelunumero palvelee arkisin klo 9-15 puh. 09 350 860 13

## 17 MUUT TOIMIJAT KUNNAN JA SEUTUKUNNAN ALUEELLA

Erilaiset yhdistykset tuottavat paljon ikäihmisten hyvinvointia edistävää toimintaa ja ovat monelle ikäihmiselle tärkeä vaikuttamis- ja osallistumismuoto. Hattulassa on useita aktiivisia kyläyhdistyksiä, jotka toimivat asukkaiden lähiympäristön hyväksi. Hattulassa toimii myös useita seudullisia yhdistyksiä, kuten erilaisia potilas- ja vammaisyhdistyksiä. Yhdistysten toiminta voi pitää sisällään mm. sääntömääräisiä kokouksia, liikunta- ja/tai muita toiminnallisia kerhoja, vapaaehtoistyötä, erilaisia talkoita, tapahtumia, vertaistukea, luentoja ja koulutusta.

Hattulan evankelisluterilaisessa seurakunnassa tehdään paljon ikäihmisten hyvinvointia edistävää työtä. Seurakunnan diakonit tekevät kotikäyntejä sovittusti, pyydettyä tai tervehdysluonteisesti eri ikäisten luo ja säännöllisesti joka vuosi 90-vuotiaiden ja sitä vanhempien luo. Seurakunta järjestää erilaisia tilaisuuksia ja tapahtumia säännöllisesti kuukausittain, sekä toiminnallisia piirejä viikoittain. Kerran vuodessa seurakunta järjestää yhteiset syntymäpäiväjuhlat 70-, 75-vuotiaille ja 80- ja 85-vuotiaille. Seurakunta toimii yhteistyössä eri tahojen kanssa esim. Hattulan kunta ja Omaishoidon tukiverkosto (SPR, K-H Muistiyhdistys, FinFami, Hämeenlinnan Seudun Omaishoitajat ry) järjestävät yhteisiä tapahtumia kuntalaisille.

---