

Stöd till dig som är anhörig

Tukea omaisille

Tietoa läheistään auttavalle
tarjottavista tukipalveluista



UMEÅ
KOMMUN

www.umea.se/anhorig

Sisältö

Tukea omaisille	3
Omaiskonsulentit tarjoavat apua.....	4
Omaiskorvaus	5
Päivätoimintaa läheisille	5
Lomitus	6
Lyhytaikaisasunto läheiselle ja lomitus hoitavalle omaiselle	7
Vapaaehtoiskeskus Frivilligcentralen	8
Tukea yhdistyksiltä	9
Sinun mielipiteesi tekee meistä parempia	10
Lisätietoa.....	12

Tukea omaisille

Läheisen auttaminen voi olla monella tavalla antoisaa ja mielekästä, mutta se voi aiheuttaa joskus myös vaikeuksia. Uumajan kunta voi antaa sinulle, joka olet omainen, eri tukimuotoja omasta ja läheisesi tilanteesta riippuen.

Osa tuesta, jota kunta tarjoaa annetaan tarpeen mukaan. Tämä tarkoittaa sitä, että kunnan tuen käsittelijä tekee ensin selvityksen siitä, mikäli läheiselläsi on tarvetta tukeen. Läheisesi on se henkilö joka tekee anomuksen tukipalveluun. Hakemus käsitellään sosiaalipalvelulain mukaan. Hakeaksesi tukea, katso yhteystiedot esitteen takasivulta. Lisätietoja tuesta läheisesi saat esitteestä Stöd och omsorg för äldre/Vanhusten tuki- ja hoivapalvelut.

Tietyt sosiaalipalvelun tukipalvelut on tarkoitettu kaikille, eikä niiden myöntämiseen tarvita selvityksiä. Ota suoraan yhteyttä sen toiminnan yhteyshenkilöön, josta olet kiinnostunut, tai tule käymään siellä, missä toimintaa järjestetään. Tässä esitteessä kutsutaan sinua joka auttaa omaiseksi. Sitä joka saa avun kutsutaan läheiseksi. Omaisella tarkoitetaan sinua, joka olet puoliso, avoliitossa, sukulainen tai hyvä ystävä joka autat sinulle läheistä henkilöä.

Omaiskonsulentit tarjoavat apua

Jos sinulla omaisena on tarve keskustella tilanteestasi ulkopuolisen kanssa, voit ottaa yhteyttä omaiskonsulentteihin. He voivat antaa sinulle tukea, neuvoja ja tietoa. Se tapahtuu puhelimitse, vierailun tai kotikäynnin yhteydessä. Omaiskonsulenteilla on vaitiolovelvollisuus.

Omaiskonsulentit järjestävät myös omaisille suuntautuvaa toimintaa. Voit esimerkiksi osallistua omaisten keskusteluryhmään tai saada kotiympäristön soveltamiseen liittyvää koulutusta.

Yhteystiedot

Annette Bergstrand

Puhelinnumero: 090-16 21 88

Sähköposti: annette.bergstrand@umea.se

Marianne Bäckström

Puhelinnumero: 090-16 17 64

Sähköposti: marianne.backstrom@umea.se

Kristina Sandgren

Puhelinnumero: 090-16 43 19

Sähköposti: kristina.sandgren@umea.se

Riitta Päivärinta-Stenvall

Puhelinnumero: 070-272 91 07

Sähköposti: riitta.paivarinta@umea.se

(puhuu ruotsia ja suomea)

Kunnan nettisivu:

www.umea.se/umeakommun/omsorgochhjalp/anhorigaochfrivilliga/anhorigstodavlastning/anhorigkonsulenter

Omaiskorvaus

Korvattava omaishoito on harkinnanvarainen tuki. Se tarkoittaa, että jos läheisesi hakee kotipalvelua ja saa siitä päätöksen ja sinä olet omaishoitaja, saat päätöksen mukaisesta tukipalvelusta omaiskorvauksen (anhörigarvode) kuukausittain.

Omaiskorvausta saa henkilökohtaisesta avusta esimerkiksi läheisen henkilökohtaisen hygienian huolehtimisesta, pukeutumisesta ja riisumisesta. Avun tarpeen on oltava jokapäiväistä. Omaishoito on suoritettava silloin, kun läheisellä on siihen tarve myönnetyn tukipäätöksen mukaan.

Päivätoimintaa läheisille

Läheisillä on mahdollisuus osallistua päivätoimintaan. Päivätoiminnat tarjoavat sosiaalista kanssakäymistä ja mielekästä toimintaa vierailijoiden tarpeet ja kiinnostuksen kohteet huomioon ottaen.

Päivätoiminta läheisille antaa hoitaville omaisille mahdollisuuden omaan aikaan.

Päivätoiminta on harkinnanvarainen tuki.



Lomitus

Sinä, joka autat läheistäsi, voit saada lomitusta hoitotyössäsi. Saat mahdollisuuden rentoutua ja hoitaa omia asioita sillä aikaa kun joku toinen vastaa hoidosta.

Joustava lomitus

Joustava lomitus on tukimuoto ensikädessä sinulle, jolla ei ole muita tukimuotoja hoidossasi mutta se voi olla myös täydennys muille hoitomuodoille. Voit saada ilmaisen lomituksen kotonasi aina 25 tuntia/kuukausi ilman hoitomuodon selvitystä ja tukipäätöstä. Tuki myönnetään sinulle joka voit jättää läheisesi vain lyhyitä hetkiä. Sinun on asuttava yhdessä läheisesi kanssa ja hänen on oltava yli 18 vuotta.

Lisätietoja joustavasta lomituksesta:

Lena Tannfors

Puhelin: 090-16 17 79

Sähköposti: lena.tannfors@umea.se

Lomitus kotona

Jos läheiselläsi on suuri hoidontarve voit saada lomitusta kotonasi. Kotipalvelun henkilökunta tulee kotiisi ja lomittaa sinua sovitun ajanjakson ajaksi.

Lomitus kotona on harkinnanvarainen tuki.



Lyhytaikaisasunto läheiselle ja lomitushoitavalle omaiselle

Sinä, joka olet omainen voit saada lomitusta, kun läheisesi asuu lyhytaikaisasunnossa. Saat mahdollisuuden lepoon ja läheisesi saa hoivaa ja hoitoa. Läheisesi voi olla lyhytaikaisasunnossa säännöllisin välein tai satunnaisesti. Asumisen pituus ja aikavälit perustuvat avun tarpeeseen.

Lyhytaikaisasunto on harkinnanvarainen tuki.



Vapaaehtoiskeskus Frivilligcentralen

Vapaaehtoiskeskus Frivilligcentralen on aatteellinen organisaatio, joka järjestää, organisoii ja välittää yhteyksiä vapaaehtoistyötä tekevien ja apua tarvitsevien ihmisten kesken.

Seuraavassa on muutamia esimerkkejä Frivilligcentralin vapaaehtoisten tarjoamista palveluista:

- seuralainen läheisellesi, jos sinulla on tarve omien asioiden hoitamiseen.
- seuralainen esim. kulttuuritapahtumiin, ostoksille, sairaalakäynneille tai kävelyretkille
- kevyt avustus kotona esim. verhojen ripustaminen, lamppujen vaihto yms. joka ennaltaehkäisee onnettomuuksia.

Haluatko apua Frivilligcentralenilta?

Puhelinnumero: 090-77 72 15

Puhelinaika: arkisin klo 10–12

Eposti: frivilligcentralen@umea.se

Verkko-osoite: www.umea.se/frivilligcentralen

Tukea yhdistyksiltä

Västerbottenin afasiayhdistys

Afasiföreningen i Västerbotten

Nettisivu: www.afasi.ac.se

Uumajan Punainen risti

Röda korset i Umeå

Nettisivu: www.umeakretsarna.se

Västerbottenin Parkinson-yhdistys

Parkinsonföreningen Västerbotten

Nettisivu: www.parkinsonforbundet.se

Uumajan dementiayhdistys

Demensföreningen i Umeå

Dementialinja: 0485-375 75 antaa puhelinneuvontaa.

Nettisivu: www.demensforbundet.se/foreningar/umea

Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft Umeå

Nettisivu: www.hjarnkraft.nu, www.hjarnet.nu

Neuroförbundet Umebygden

Nettisivu: www.neuroforbundet.se/umebygden

Omaisten liitto

Anhörigas riksförbund

Omaisten liitto on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton liitto, joka tukee omaisia ja omaishoitajia, hoidettavan iästä, sukupuolesta tai diagnoosista riippumatta. Päämäärämme on tukea omaisia, jotka eri tavoin osallistuvat läheisensä hoitoon.

Omaisten liittolla on valtakunnallinen tukipuhelin linja, Anhöriglinjen, josta saa tukea kokeneilta omaisilta puhelinnumero: 0200-239 500.

Puhelinaika: maanantai, tiistai, torstai ja perjantai klo. 10.00–12.00 sekä 13.30–15–00 ja keskiviikkona klo. 19.00–20.00.

E-posti: anhoriglinjen@anhorigasriksforbund.se

Nettisivu: www.anhorigasriksforbund.se

Sinun mielipiteesi tekee meistä parempia

Vanhustenhuoltolautakunta ja yksilö- ja perhelautakunta vastaavat myös kunnan tarjoamasta omaistuesta. Lautakuntien päämääränä on ylläpitää hyvää laatua toiminnoissaan. Siksi pidämme arvokkaana saada sinun mielipiteesi – se antaa meille mahdollisuuden parantaa toimintaamme.

Mikäli sinulla on valituksia tai mielipiteitä toiminnoistamme haluamme kannustaa sinua ottamaan asian esiin suoraan sen kanssa jota asia koskee. Sekä myönteiset että kielteiset mielipiteet työnteostamme kuuluvat laatutyömme piiriin ja niitä kannustetaan tuomaan esille.

Jos olet antanut valituksen etkä ole tyytyväinen siihen miten sitä käsitellään ota yhteys lähimpään johtotason esimieheen. Voit tietysti tehdä niin myöskin jos et itse halua puhua sille jota asia koskee. Lähin johtava esimies ottaa mielipiteesi tai valituksesi vastaan sekä informoi sinua 2 viikon sisällä siitä mitä valituksellesi on tapahtunut. Lähin johtava esimies vastaa sitten siitä että suoritettut toimenpiteet tarkastetaan. Mikäli et koe mitään parannusta asiassa voidaan valitus viedä eteenpäin seuraavan alla kuvatun järjestyksen mukaisesti:

1. Puhu ensin sille jota asia koskee
2. Toiseksi ota yhteys yksikön johtajaan
3. Kolmanneksi ota yhteys toimialajohtajaan
4. Viime kädessä ota yhteys aluevastaavaan johtajaan

Anna valituksia tai mielipiteitä netin kautta tai postitse

Voit myös jättää valituksesi tai mielipiteesi suoraan netissä tai tavallisessa postissa.

Kunnan nettisivuston ”medborgarslussen” kautta voit suoraan kirjata valituksesi ja mielipiteesi ja lähettää ne meille. Ilmoituksesi rekisteröidään ja me huolehdimme siitä että se menee oikealle henkilölle.

Voit myös käyttää mielipidekaavakettamme. Kaavake on ladattavissa kunnan nettivustolta ja voit lähettää sen ilman postimerkkiä tavallisessa postissa. Kaavakkeen voi myös tilata soittamalla tai sähköpostin kautta.

Ilmoita nimi ja osoite tai puhelinnumero jos haluat että otamme sinuun yhteyden ja kerromme millä tavalla olemme valvoneet juuri sinun mielipiteesi. Voit myös antaa mielipiteesi nimettömänä.

Puhelin: 090-16 10 00

Sähköposti: ifnamnden@umea.se, aldrenamnden@umea.se

Netti osoite: www.umea.se/kommun



Lisätietoa

Lisätietoa tukipalvelujen hakemisesta löytyy Uumajan kunnan nettisivulta:

www.umea.se/umeakommun/omsorgochhjalp/hjalpihemmet

Nettisivulla voit saada tietoa myös kuuntelemalla.

This information is also available in other languages.

Call Umeå Kommun at 090-16 10 00.