

Ikääntynyt, tarvitsetko apua?

Tärkeimmät yhteystiedot
keskiaukeamalla - ota talteen!

Varha mobiilisovellus
tulossa käyttöön

Asiasi on meille tärkeä
- ota yhteyttä!

Terveyspalvelut:
[varha.fi/terveysasemat](https://www.varha.fi/terveysasemat)

Sosiaalipalveluiden ohjaus
ja neuvonta: [varha.fi/soihtu](https://www.varha.fi/soihtu)

Ikääntyneiden asiakasohjaus:
[varha.fi/apua-ikaihmisille](https://www.varha.fi/apua-ikaihmisille)

Turvaamme,
parannamme,
pelastamme -
hyvinvointia
yhdessä,
joka päivä

varha

Tietoa palveluistamme, ole hyvä!



Olemme koonneet tähän lehteen sinulle tärkeää tietoa Varsinais-Suomen hyvinvointialueen keskeisistä palveluista. Sosiaali- ja terveystieteiden lisäksi alueen asukkaita palvelee Varsinais-Suomen pelastuslaitos.

Sähköinen asiointi

Varsinais-Suomen hyvinvointialueen sähköisen asiointin kanavat löytyvät verkkopalvelusta osoitteesta [varha.fi/sahkoinen-asiointi](https://www.varha.fi/sahkoinen-asiointi)

Sivulta löydät mm. lastensuojelu- ja huoli-ilmoituksen, lapsiperheille ja alle 65-vuotiaille aikuisille tarkoitettua Pyydä apua -napin sekä erilaisia hakemuslomakkeita palveluihin.

Varha mobiilisovellus tulossa käyttöön



Varha yhtenäistää digipalvelujaan uudella mobiilisovelluksella, joka on tulossa käyttöön vuosien 2024–2026 aikana. Sovelluksella voi esimerkiksi ottaa yhteyttä Varhaan, varata aikoja, tarkastella omia tietoja, täyttää esitietolomakkeita ja käyttää etävastaanottopalveluita. Sovellus tulee käyttöön vaiheittain, ensimmäiset palvelut jo syksyllä 2024.

Löydät kaikki hyvinvointialueen palvelut [varha.fi](https://www.varha.fi)- ja [tyks.fi](https://www.tyks.fi) -verkkosivuiltamme.

Löydät voimassa olevat asiakasmaksut: [varha.fi/asiakasmaksut](https://www.varha.fi/asiakasmaksut)

Voit jättää palveluistamme palautetta: [varha.fi/palaute](https://www.varha.fi/palaute)

Töihin Varhaan? [varha.fi/rekry](https://www.varha.fi/rekry)
#Hyvintekijät

Oletko sairastunut, mutta et tiedä, mihin ottaa yhteyttä?

Varha.fi-verkkopalvelusta löydät ohjeistuksen siitä, miten kannattaa toimia, kun sairastut. Olemme julkaisseet myös muita asiakkaita ohjaavia palvelupolkuja, joiden tavoitteena on ohjata asiakkaat oikeaan hoitoon tai palveluun mahdollisimman sujuvasti. Kaikki palvelupolut löydät [varha.fi](https://www.varha.fi)-verkkopalvelun etusivulta sekä osoitteesta [varha.fi/palvelupolut](https://www.varha.fi/palvelupolut)

Omaolo.fi

Omaolo-palvelusta saat arvion omasta tilanteestasi kaikkina viikonpäivinä ympäri vuorokauden. Omaolossa voit arvioida terveydentilaasi nopeasti ja vaivattomasti, ilman jonottamista. Palvelun käyttö on helppoa ja asiointi on turvallista sekä luotettavaa.

Omaolossa voit:

- tehdä arvion oireistasi ja vastauksesi perusteella saat hoitosuosituksen
- saada yhteyden ammattilaiseen tai tiedon siitä, minne ottaa yhteyttä
- arvioida mahdollisuutesi tiettyihin sosiaalipalveluihin
- arvioida terveydentilaasi terveystarkastuksen avulla
- osallistua hyvinvointiasi tukeviin valmennuksiin



Varhan terveysasemat

Oma terveysasemasi on ensisijainen hoitopaikka kaikissa sairastumistapauksissa. Terveysasemilla sinulle tehdään hoidontarpeen arviointi, jonka perusteella saat joko ohjausta ja neuvontaa tai ajan vastaanotolle. Terveysasemien palvelunumerot löytyvät keskiaukeamalta.

Kaikki Varhan terveysasemat on koottu myös osoitteeseen: [varha.fi/terveysasemat](https://www.varha.fi/terveysasemat)



Asiakasohjaus Soihtu

Soihtu-tiimi tarjoaa sosiaalihuollon neuvontaa, ohjausta ja palvelutarpeen arviointia. Voit olla Soihtuun yhteydessä, jos olet huolissasi omasta, lastesi tai läheistesi tilanteesta, esimerkiksi elämänhallintaan tai arjen sujumiseen liittyen. Soihtu-tiimit palvelevat sekä lasten että aikuisten asioissa. Yli 65-vuotiaiden osalta palvelun tarve kartoitetaan ikääntyneiden asiakasohjauksessa.

Lue lisää: [varha.fi/soihtu](https://www.varha.fi/soihtu)



Kustavi, Laitila, Masku, Mynämäki, Nousiainen, Pyhäranta, Taivassalo, Uusikaupunki ja Vehmaa:
02 410 7301

Aura, Koski TL, Lieto, Loimaa, Marttila, Oripää, Pöytyä: **02 410 7302**

Kaarina, Paimio, Sauvo: **02 410 7303**

Kemiönsaari / Parainen: **02 410 7304**

Naantali, Raisio, Rusko: **02 410 7305**

Salo, Somero: **044 778 3121**

Turku: **02 410 7307**

Digimielenterveys- klinikka

Digimielenterveysklinikka toimii Turussa, Paraisilla, Naantalissa ja Loimaalla sekä Kemiönsaarella. Tulevaisuudessa digimielenterveysklinikan palveluita on tarkoitus tarjota koko Varhan alueella.

Digimielenterveysklinikka on tarkoitettu yli 18-vuotiaille, jotka kaipaavat tukea mielenterveysasioissa, ovat huolissaan päihteiden käytöstä tai kaipaavat keskustelutukea hankalassa elämäntilanteessa. Huoli voi liittyä esimerkiksi mielialaan, masennukseen, ahdistuneisuuteen, traumaattiseen kriisiin tai muuhun pitkäaikaiseen mielenterveyden häiriöön.

Digimielenterveysklinikalla palveluita tarjotaan videovastaanottoina ja puhelinpalveluina. Apuna käytetään digitaalisia työkaluja, esimerkiksi terapianavigaattoria.

Lue lisää:
[varha.fi/digimielenterveysklinikka/terapianavigaattori.fi](https://www.varha.fi/digimielenterveysklinikka/terapianavigaattori.fi)

Vammaisten palveluohjaus

Vammaisten palveluohjauksessa kartoitamme tarvitsemiesi tuki-toimien tarpeen. Vammaisten palveluohjauksessa vammaisen henkilö ja hänen omaisensa saavat neuvontaa, ohjausta ja tietoa tarjolla olevista vammaispalveluista.

Yhteystiedot ja asiointinumerot:
[varha.fi/vammaisten-palveluohjaus](https://www.varha.fi/vammaisten-palveluohjaus)

Varha-tasoinen omaishoidon palkkioihin ja Oima-palveluun liittyvä neuvonta:

Sähköposti:
omaishoidontukilapsetjatyoikaiset@varha.fi

Puh. 040 154 7309, puhelinaika ma-pe klo 9-11

Muissa asioissa olethan ensisijaisesti yhteydessä omaan omaishoidon työntekijääsi.

Lue lisää:
[varha.fi/omaishoidontuki](https://www.varha.fi/omaishoidontuki)

Oman hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen

Haetko muutosta elintapoihisi ja arkeesi? Kiinnostaako vapaaehtoisuutta? Varhan nettisivuilta löydät kootusti tukea ja apua oman hyvinvointisi lisäämisen mm. erilaisten ryhmätoimintojen tai omahoito-
polkujen muodossa.

Lue lisää: [varha.fi/hyhte](https://www.varha.fi/hyhte)



Varsinais-Suomen pelastuslaitos

Varsinais-Suomen pelastuslaitos on yksi Suomen 21 pelastuslaitoksesta. Pelastuslaitos tuottaa onnettomuuksien ehkäisyä, pelastustoiminnan ja varautumisen palveluja maakunnan 27 kunnalle. Toiminta-alue käsittää noin 20 000 neliökilometriä, josta lähes puolet on vesistöä.

TYKS

Turun yliopistollinen keskussairaala

Erikoissairaanhoito

Palvelemme Varhan asukkaita kaikilla erikoissairaanhoidon osa-alueilla. **Tarvitset lääkärin lähetteen** kiireettömään erikoissairaanhoitoon sekä laboratorio-, kuvantamis- tai muuhun tutkimukseen. Hakeudu sairastuessasi omaan terveyskeskukseesi, työterveysasemallesi tai yksityislääkärille. Lääkäri kirjoittaa sinulle lähetteen sairaalaan tutkimuksiin tai hoitoon, jos sairauden hoito sitä edellyttää.

Laboratorio ja näytteenoton ajanvaraus

Ajanvaraus ja neuvonta puh. 02 313 6321, arkisin 7-14.30
Ajanvaraus verkossa:
[tyks.vihta.com](https://www.tyks.vihta.com)

Voit tehdä varauksen itsellesi tai läheisesi. Saat tekstiviestillä ja/tai sähköpostilla varausvahvistuksen, joka sisältää varausvaimen ja pin-koodin, joiden avulla voit katsoa, muuttaa tai peruuttaa varauksia.

Katso lisätietoja laboratorion ja usein kysytyt kysymykset verkkosivuilta [tyks.fi](https://www.tyks.fi) → Laboratorio ja näytteenoton ajanvaraus.

Röntgen ja kuvantaminen

Tutkimusajan varauksesta huolehtii hoidostasi vastaava terveydenhuollon yksikkö. Tutkimusajasta tiedotetaan sinulle kirjeitse kotiin ohjeiden kanssa.

Lue lisää:
[tyks.fi/asiointi](https://www.tyks.fi/asiointi)

Hyvinvointialueen vaihte palvelee kiireettömissä asioissa puh. 02 263 3111

Sähköposti: pelastuslaitos@varha.fi

Palveleva palotarkastaja palvelee arkisin klo 9-14, puh. 050 433 0260 tai pelastuslaitos.palotarkastaja@varha.fi

Lue lisää:
[pelastustoimi.fi/varsinais-suomi](https://www.pelastustoimi.fi/varsinais-suomi)

Hätätilanteessa, soita aina 112

Ikääntynyt, tarvitsetko apua?

Jos olet jo Varhan kotihoidon tai vammaispalveluiden asiakas, olethan yhteydessä asioitasi hoitavaan tahoon. Jos et vielä saa ikääntyneiden palveluita, voit ottaa yhteyttä Varsinais-Suomen ikääntyneiden keskitettyyn asiakasohjaukseen. Asiakasohjaus tarjoaa neuvontaa ja ohjausta ikääntyneille ja heidän läheisilleen kotona asumista tukevista palveluista. Asiakasohjauksesta saat tietoa myös kunnan, yritysten, yhdistysten ja järjestöjen toiminnasta ja palveluista.

Mikäli et enää selviydy päivittäisistä kotiaskareista tai hygieniatoimista, voit ottaa yhteyttä asiakasohjaukseen. Saat sitä kautta palvelutarpeen arvioinnin, jonka perusteella päätökset palveluiden myöntämisestä tehdään aluehallituksen hyväksymien myöntämisperusteiden mukaisesti.

Asiakasohjauksen tarjoama neuvonta ja ohjaus ovat asiakkaalle maksuttomia.

Kotona asumista tukevat palvelut

Tukipalvelut ovat palveluita, jotka tukevat ja helpottavat kotona asumista. Tukipalveluiden tarkoitus on auttaa sinua suoriutumaan jokapäiväiseen elämään kuuluvista askareista mahdollisimman itsenäisesti ja lisätä hyvinvointiasi. Usein juuri tukipalvelut ovat ensimmäisiä palveluita, joita saatat tarvita kotona asumisen tueksi.

Varhan tarjoamia tukipalveluita ovat:

- ateriapalvelu
- asiointipalvelu
- kuntouttava päivätoiminta
- peseytymispalvelu
- turvapalvelu
- vaatehuoltopalvelu
- siivouspalvelu.

Varha myöntää tukipalveluita yksilöllisten tarpeittesi mukaan. Arvio tukipalveluiden myöntämisestä tehdään samalla, kun yleistä palvelutarvetta arvioidaan. Jotkin tukipalvelut on tarkoitettu vain säännöllisten palveluiden piirissä oleville asiakkaille. Lisäksi omilla tuloillasi tai kotitaloutesi yhteenlasketuilla tuloilla saattaa olla vaikutuksia tukipalveluiden myöntämiseen.

Jos haluat hakea ikääntyneiden kotona asumista tukevia palveluita, sinun tulee täyttää tukipalveluiden hakemuslomake. Löydät lomakkeen osoitteesta varha.fi/hae-ikaantyneiden-tukipalveluita

Voit myös ottaa yhteyttä Varsinais-Suomen ikääntyneiden keskitettyyn asiakasohjaukseen.

Tukipalveluista peritään hyvinvointialueen määrittämä asiakasmaksu.

Ikääntyneiden omaishoito

Ikääntyneen omaishoito tarkoittaa 65 vuotta täyttäneen henkilön hoitoa ja huolenpitoa kotioloissa omaisen tai muun läheisen henkilön avulla. Omaishoitajan pitää terveystensä ja toimintakykynsä puolesta olla soveltuva omaishoitajan tehtävään. Lisäksi hoidettavan kodin pitää olla terveydellisiltä ja muilta olosuhteiltaan siellä annettavalle hoidolle sopiva.

Varha tarjoaa omaishoidon avuksi omaishoidon tukea. Omaishoidon tuki on kokonaisuus, joka muodostuu hoidettavalle annettavista palveluista sekä omaishoitajalle tarkoitetuista hoitopalkkioista, vapaapäivistä ja tehtävää tukevista palveluista.

Omaishoidon tuen hoitopalkkion suuruus määräytyy hoidon sitovuuden ja vaativuuden mukaan. Omaishoitajalle maksettava hoitopalkkio on veronalaista tuloa.

Jotta voit saada omaishoidon tukea, tulee sinun ensin täyttää omaishoidon tuen hakemus. Tämän jälkeen hoidettavalle tehdään palvelutarpeen arviointi, jonka perusteella päätös tuen myöntämisestä tehdään.

Löydät omaishoidon tuen sähköisen hakemuslomakkeen osoitteesta varha.fi/hae-omaishoidon-tukea



Kuntoutus ja arviointi

Toimintakykyä arvioimiseksi sinulle voidaan aloittaa kuntouttava arviointijakso, joka toteutetaan joko omassa kodissasi tai kuntoutus- ja arviointiyksikössä. Kuntouttavan arviointijakson tavoitteena on toimintakyvyn kohentaminen ja kotona pärjäämisen vahvistaminen sekä yksilöllisen palvelutarpeesi selvittäminen. Jakson päätteeksi moniammatillinen tiimi arvioi yhdessä sinun ja läheistesi kanssa, mitä kotona asumista tukevia ja turvaavia palveluita tai apuvälineitä tarvitset.

Kotihoito

Kotihoito tarkoittaa, että sinua autetaan kodissasi sellaisissa päivittäisissä toiminnoissa, joista et suoriudu itsenäisesti tai lähipiirin avulla. Tällaisia toimintoja voivat olla esimerkiksi syöminen tai WC-käynnit. Kotihoidon tavoitteena on tukea omatoimista elämää sekä kannustaa sinua omien voimavarojesi käyttöön.

Kotihoitoa voidaan tarjota myös etäpalveluna, jos se asiakkaan toimintakyky huomioon ottaen on mahdollista. Kotihoidon etähoivakäynnit toteutetaan helpokäyttöisen tablettitietokoneen avulla. Etähoivapalvelu ei vaadi asiakkaalta erityisiä teknologisia taitoja.

Säännöllinen kotihoito on maksullista.

Ikääntyneiden asumispalvelut

Ikääntyneiden asumispalveluihin sisältyvät yhteisöllinen asuminen ja ympärivuorokautinen asuminen. Palveluista ja asumisesta peritään hyvinvointialueen määrittämä asiakasmaksu.

Yhteisöllinen asuminen on Varhan järjestämää asumispalvelua, johon asiakas saa kotihoidon palveluita ja muita tukipalveluita. Yhteisöllisessä asumisessa korostuu yhteisöllisyys ja sosiaalinen kanssakäyminen muiden asukkaiden kanssa. Sosiaalista kanssakäymistä edistävää toimintaa järjestetään säännöllisesti.

Yhteisöllinen asuminen on sopiva palvelumuoto silloin, kun asuminen omassa kodissa kotihoidon palveluiden avulla ei onnistu, mutta et kuitenkaan ole jatkuvan avun tarpeessa. Asumismuoto sopii erityisesti ikäihmisille, jotka kokevat yksinäisyyttä ja turvattomuutta.

Ympärivuorokautinen asuminen voidaan järjestää joko ympärivuorokautisena palveluasumisena tai laitospalveluna. Ympärivuorokautinen asuminen on tarkoitettu ikääntyneille, jotka eivät selviydy kotonaan edes kotihoidon avulla, vaan tarvitsevat runsaasti ympärivuorokautista hoivaa ja apua.

Oletko huolissasi ikääntyneestä läheisestääsi?

Jos olet huolissasi ikääntyneestä henkilöstä, joka on kykenemätön pitämään huolta omasta terveydestään tai turvallisuudestaan, voit tehdä hänestä huoli-ilmoituksen. Ilmoituksen voi tehdä kuka tahansa. Yksityishenkilö voi tehdä ilmoituksen myös nimettömästi.

Löydät sähköisen lomakkeen huoli-ilmoituksen tekemiseen osoitteesta varha.fi/huoli-ilmoitus

Ilmoituksen perusteella ikääntyneeseen ollaan yhteydessä ja kerrotaan ilmoituksen tekijä ja sisältö. Ikääntyneen kanssa yhdessä selvitetään hänen oma näkemysensä tilanteesta ja mietitään avuntarvetta.

Sosiaali- ja terveydenhuollon viranomaisilla on salassapito- ja vaitiolovelvollisuus, joten emme voi antaa yksityishenkilöön liittyviä tietoja ilmoituksen tekijälle.

Käytä ilmoituslomaketta tilanteissa, jotka eivät vaadi kiireellistä selvitystä tai avuntarvetta. Ilmoitukset käsitellään arkipäivisin.

Jos tilanne sen sijaan on kiireellinen, ota välittömästi yhteyttä sosiaalipäivystykseen puh. 02 262 6003 tai hätätilanteissa soita 112.

Asiakasohjauspuhelin palvelee arkisin klo 9–15

Puh. 02 262 6164

Omaan tai läheisesi terveyden-tilaan liittyvissä asioissa, olethan suoraan yhteydessä terveysasemaasi tai hoitavaan tahoosi.

Lisätietoja: varha.fi/apua-ikaihmisille





Terveysasemien hoidon tarpeen arvioinnin yhteystiedot Kontaktuppgifter till hälsostationer, bedömning av vårdbehovet

Hoidon tarpeen arvioinnin puhelinasiointi on avoinna ma-to klo 8-16 ja pe klo 8-15. Voit myös tehdä oirearvion Omaolo-palvelussa omaolo.fi
Terveysasemat: varha.fi/terveysasemat

Bedömning av vårdbehovet görs per telefon mån.-tors. kl. 8-16 och fre. kl. 8-15. Du kan också göra en symtombedömning i e-tjänsten omaolo.fi
Hälsostationer: varha.fi/hälsostationer

Alastaro
02 761 2020

Aura
024 864 1270

Kaarina - S:t Karins
Pääterveysasema -
Huvudhälsostation

Yhteydenotot asiakkaan sukunimen mukaan - Välj telefonnummer enligt efternamn

A-Hel 02 588 2811
Hem-Kom 02 588 2812
Kon-Lz 02 588 2813
Lå-Poh 02 588 2814
Poi-Sun 02 588 2815
Suo-Ö 02 588 2816

Lieto - Lundo
02 4873 7231

Tarvasjoki
02 4873 7535

Loimaa
Pääterveysasema -
Huvudhälsostation
02 761 2020

Marttila - S:t Mårtens
024 873 7525

Masku - Masko
02 447 7500

Mynämäki - Virmo
02 447 7500

Parainen - Pargas
Houtskari - Houtskär
Iniö
Korppoo - Korpo
Nauvo - Nagu
02 454 5200

Pyhäranta
02 8451 2400

Pöytyä - Pöytis
Kyrö, Riihikoski, Yläne
024 864 1270

Raisio - Reso
02 410 7200

Rusko, Vahto
02 410 7204

Sauvo - Sagu
02 474 6202

Somero
02 779 2511

Taivassalo - Tövsala
02 8451 2400

Turku - Åbo
Keskustan terveysasema -
Hälsostationen Centrum
Kirkkotien terveysasema -
Kyrkovägens hälsostation
Mäntymäen terveysasema -
Tallbackens hälsostation
Varissuon terveysasema -
Kråkkärrets hälsostation
Runosmäen terveysasema -
Runosbackens hälsostation
02 266 1130

Littoinen - Littois 02 588 2817
Piikkiö - Pikis 02 588 2818

Kemiönsaari - Kimitoön
Taalintehtas - Dalsbruk
02 426 0400

Koski TL - Koskis
02 4873 7530

Kustavi - Gustavs
02 8451 2400

Laitila - Letala
02 8501 8301

Naantali - Nådendal
02 436 2760

Merimasku 02 436 2723

Rymättylä - Rimito
02 436 2795

Velkua 040 900 0864

Oripää
02 761 2020

Paimio - Pemar
02 474 6202

Salo
Pääterveysasema -
Huvudhälsostation
02 772 606

Läntinen terveysasema
- Västra hälsostationen
02 772 3621

Halikko 02 772 3362
Kiikala 02 772 3226
Kisko 02 772 3133
Kuusjoki 02 772 3150
Perniö - Bjärnä 02 772 6225
Suomusjärvi 02 772 3140

**Pansion terveysasema -
Pansio hälsostation**
02 266 1031

Uusikaupunki - Nystad
02 8451 2400

Vehmaa - Vemo
02 8451 2400

Neuvolat:
varha.fi/neuvolat
Rädgivningarna:
varha.fi/radgivningar



Suun terveydenhuolto Munhälsövård

Suun terveydenhuollon puhelinajanvarauspisteet ovat auki maanantai-torstai klo 8-16 ja perjantai klo 8-15.
Hammashoitolat: varha.fi/hammashoitolat

Telefonbokningen till munhälsövården är öppen mån.-tors. kl. 8-16 och fre. kl. 8-15.
Tandklinikerna: varha.fi/tandkliniker

Alastaro
Sosiaali- ja terveysasema -
Social- och hälsostation
02 761 2018

Aura
Terveysasema - Hälsostation
Kyrö
Riihikoski
Yläne
02 486 41330

Kaarina - S:t Karins
Pääterveysasema -
Huvudhälsostation
Littoinen - Littois
Piikkiö - Pikis
02 588 2200

Lieto - Lundo
Pääterveysasema -
Huvudhälsostation
Koulukeskus - Skolcentret
Ilmarinen
Tarvasjoen hyvinvointikeskus -
Tarvasjoki välfärdscenter
02 487 37353

Loimaa
Pääterveysasema -
Huvudhälsostation
Hirvikoski
Oripää
02 761 2018

Marttila - S:t Mårtens
Hammashoitola -
Tandklinik
02 487 37353

Paimio - Pemar
Pääterveysasema -
Huvudhälsostation
Sauvon terveysasema -
Sagu hälsostation
02 474 6210

Parainen - Pargas
Suun terveydenhuollon keskitetty ajanvarausnumero palvelee sekä Paraisten, Nauvon, Korppoon, Houtskarinn, Korppoon, Houtskarinn että Iniön asukkaita.

Mun- och tandvårdens centraliserade telefonbokning gäller invånare i Pargas, Nagu, Korpo, Houtskär och Iniö.
02 454 5300

Turku - Åbo
Keskushammashoitola:
Luolavuorentie 2,
talo 1 C, 2. kerros.
Ajanvaraus ja peruutus:
02 266 0644

Centraltandklinik:
Luolavuorivägen 2,
byggnad 1 C, 2. våningen
Tidsbokning och avbokning:
02 266 0644

Uusikaupunki - Nystad
02 845 12600

Kemiönsaari - Kimitoön
02 426 0525

Koski TL - Koskis
Terveysasema - Hälsostation
02 487 37353

Laitila - Letala
Terveyskeskus ja kouluhammashoitola -
Hälsostation och skoltandklinik
02 850 18304

Masku - Masko
Mynämäki - Virmo
Nousiainen - Nousis
02 447 7700

Naantali - Nådendal
Naantalinnin terveyskeskus ja Rymättylän hoitola -
Hälsostationen i Nådendal och klinikerna i Rimito
02 436 2602

Raisio - Reso
Ihalan ja terveysteyksen hoitola -
Ihala och hälsokorsningens klinik
02 434 3746

Rusko
Ruskon ja Vahdon hoitola -
Klinikerna i Rusko och Vahto
02 434 3746

Salo
Läntinen terveysasema -
Västra hälsostationen
02 772 3852

Kustavi - Gustavs
Ei hoitolaa, puh. Uuteenkaupunkiin
02 845 12600,
josta saa aikoja Uuteenkaupunkiin,
Pyhärantaan, Taivassaloon tai Vehmaalle

Ingen klinik, tfn Nystad
02 845 12600 för tider i Nystad, Pyhäranta, Tövsala eller Vemo

Pyhäranta
02 845 12904

Taivassalo - Tövsala
02 845 12901

Vehmaa - Vemo
02 845 12900

Suun terveydenhuollon päivystys:
varha.fi/suunterveydenhuollonpaivystys
Munhälsövärdsjouren:
varha.fi/tandvardsjouren

Palveluverkkomme uudistus on käynnissä ja toimipaikkoihin tulee muutoksia vuosina 2024-2026.
Vi förnyar vårt servicenät och det här medför ändringar i verksamhetsställena under 2024-2026.

Päivystykset

Tyks Akuutissa ja lasten päivystyksessä hoidetaan äkillisesti sairastuneita ja loukkaantuneita ympäri vuorokauden.

Tee omaolo-oirearvio tai soita aina ennen lähtöä päivystysnumeroon, josta saat hoidontarpeen arvioinnin sekä toimintaohjeet.

Käytössämme on takaisinsoittojärjestelmä. Jos vaivasi ei uhkaa henkeä tai vaadi nopeaa hoitoa, sinut ohjataan terveysasemallesi tai saat hoito-ohjeet.

Akuutti, päivystysneuvonta (ei vaadi suuntanumeroa) 116117

Lapset ja nuoret, päivystysneuvonta 02 313 1420

Raskaus ja synnytykset, päivystysneuvonta 02 313 1000

Tekstiviestipalvelu on tarkoitettu henkilöille, jotka eivät kuule tai pysty tuottamaan puhetta, **050 592 4740**

Päivystyspisteemme sijaitsevat Turussa, Loimaalla, Salossa ja Uudessakaupungissa.

Hätätilanteissa soita aina 112

Lisätietoa: tyks.fi/paivystys

Sosiaali- ja kriisipäivystys

Sosiaali- ja kriisipäivystys auttaa ympäri vuorokauden. **Kiireellisiä tilanteita ovat esimerkiksi:**

- akuutti huoli lapsen tai perheen tilanteesta
- huoli aikuisen tai vanhuksen pärjäämisestä kotona
- perheväkivaltatilanne
- akuutti kriisiavun tarve (esim. onnettomuus, läheisen äkillinen kuolema, väkivaltatilanne, vakava vammautuminen, tulipalo)

Varsinais-Suomen sosiaali- ja kriisipäivystys **02 262 6003 / 112**

Jourmottagningar

ÅUCS Akuten och jouren för barn och unga tar emot akut insjuknade eller skadade patienter dygnet runt.

Gör en symtombedömning i Omaolo-tjänsten eller ring alltid innan du åker till jouren för att få en bedömning av vårdbehovet samt anvisningar.

Vi använder ett återuppringsningssystem. Om ditt tillstånd inte är livshotande och inte kräver akutvård hänvisas du till din hälsostation eller så får du vårdanvisningar.

Jourhjälp (inget riktnummer behövs): 116117

Jouren för barn och unga: 02 313 1420

Jouren för gravida och föderskor: 02 313 1000

Textmeddelandetjänsten är avsedd för personer som inte kan höra eller producera tal: **050 592 4740**
Våra jourmottagningar finns i Åbo, Loimaa, Salo och Nystad.

Ring alltid 112 i en nödsituation.

Mer information: tyks.fi/jour

Social- och krisjouren

Social- och krisjouren erbjuder hjälp dygnet runt. **Kontakta jouren om du t.ex. upplever:**

- akut oro för situationen hos ett barn eller en familj
- oro för en vuxen eller äldre persons förmåga att klara sig hemma
- våld i hemmet
- akut behov av krishjälp (t.ex. olycka, plötslig död av en nära anhörig, våld, allvarlig skada eller sjukdom, brand)

Social- och krisjouren i Egentliga Finland: **02 262 6003 / 112**

Du som är äldre, behöver du hjälp?

Om du redan får till exempel hemvård eller handikappservice ska du i första hand kontakta den enhet som sköter dina ärenden. Om du ännu inte får tjänster för äldre kan du kontakta den centraliserade kundhandledningen för äldre i Egentliga Finland. Kundhandledningen erbjuder äldre och deras närstående rådgivning och handledning gällande olika tjänster som stöder boende hemma. Den ger också information om verksamhet och service som erbjuds av kommuner, företag, föreningar och organisationer.

Kontakta kundhandledningen om du upplever att du inte längre klarar av att sköta dina sysslor i hemmet eller din hygien. Via kundhandledningen får du en bedömning av servicebehovet och utifrån den ett beslut om beviljande av service. Beslutet grundar sig på principer för beviljande av service som godkänts av välfärdsområdesstyrelsen.

Kundhandledningens tjänster är avgiftsfria för kunden.

Tjänster som stöder boende i hemmet

Stödtjänster är sådana tjänster som stöder och underlättar ditt boende hemma. Syftet med stödtjänsterna är att hjälpa dig så att du kan sköta dina dagliga sysslor så självständigt som möjligt, samt att öka ditt välbefinnande. Stödtjänster är ofta de första

tjänsterna som erbjuds för att hjälpa dig att bo kvar hemma.

Varha erbjuder följande stödtjänster:

- måltidstjänster
- uträttande av ärenden
- rehabiliterande dagverksamhet
- badservice
- trygghetstjänster
- klädvårdsservice
- städservice.

Varha beviljar stödtjänster enligt dina individuella behov. En bedömning av om stödtjänster kan beviljas görs samtidigt som ditt allmänna servicebehov bedöms. Vissa stödtjänster är avsedda endast för sådana klienter som omfattas av regelbundna tjänster. Därtill kan dina egna inkomster eller ditt hushålls totala inkomster inverka på beviljandet av stödtjänster.

Fyll i ansökningsblanketten för stödtjänster om du vill ansöka om tjänster som stöder boende i hemmet. Blanketten finns på Varhas webbplats: varha.fi/ansok-aldres-stodtjanster

Du kan också kontakta den centraliserade kundhandledningen för äldre i Egentliga Finland.

En kundavgift som fastställs av välfärdsområdet tas ut för stödtjänsterna.

Närståendevård för äldre

Med närståendevård för äldre avses vård och omsorg av en person över 65 år som ordnas i hemmet med hjälp av en anhörig eller någon annan närstående. Närståendevårdaren ska ha en tillräckligt god hälsa och

funktionsförmåga för att kunna sköta uppgiften. Dessutom ska hemmets sanitära och övriga förhållanden lämpa sig för den vård som tillhandahålls där.

Varha beviljar stöd för närståendevård. Stödet är en helhet som täcker de tjänster som den vårdbehövande får samt närståendevårdarens arvode, ledigheter och stödtjänster.

Storleken på närståendevårdarens arvode bestäms enligt hur bindande och krävande vården är. Arvodet är skattepliktig inkomst.

För att kunna få stöd för närståendevård ska du först fylla i ansökan om stöd för närståendevård. Efter det görs en bedömning av servicebehovet för den som vårdas. Beslutet om beviljandet av stöd för närståendevård fattas utifrån denna bedömning.

Den elektroniska blanketten för ansökan om närståendevård finns på Varhas webbplats: varha.fi/ansok-stod-for-narstaendevard



Rehabilitering och bedömning

En rehabiliterande bedömningsperiod kan inledas för att bedöma din funktionsförmåga. Perioden genomförs hemma hos dig eller på en rehabiliterings- och bedömningsenhet. Målet är att förbättra din funktionsförmåga och dina möjligheter att klara dig hemma samt att bedöma ditt individuella servicebehov. När perioden slutar bedömer ett multiprofessionellt team tillsammans med dig och dina anhöriga, hurdana tjänster eller hjälpredskap du behöver i hemmet.

Hemvård

Hemvård innebär att du får hjälp i ditt hem med sådana sysslor som du inte klarar av själv eller med hjälp av din närkrets. Det kan till exempel handla om att äta eller gå på toaletten. Målet med hemvården är att hjälpa dig till ett självständigt liv hemma samt att uppmuntra dig att utnyttja dina egna kraftresurser.

Hemvård kan också erbjudas på distans, om det är möjligt med tanke på klientens funktionsförmåga. Hemvårdens distanstjänster genomförs med hjälp av en lättanvänd surfplatta och kräver inga särskilda tekniska kunskaper av klienten.

Regelbunden hemvård är en avgiftsbelagd tjänst.

Boendetjänster för äldre

Boendetjänster för äldre innefattar gemenskapsboende och boende dygnet runt. En klientavgift som fastställs av välfärdsområdet tas ut för servicen och boendet.

Gemenskapsboende är en boendetjänst som Varha tillhandahåller, där klienten får hemvårds- och stödtjänster. På ett gemenskapsboende läggs tonvikten på gemenskap och socialt umgänge med andra boende. Verksamhet som främjar socialt umgänge ordnas regelbundet.

Gemenskapsboende är en lämplig serviceform om du inte längre kan bo hemma med hjälp av hemvårdstjänster, men inte heller behöver hjälp hela tiden. Boendeformen lämpar sig särskilt för äldre personer som upplever ensamhet och otrygghet.

Boende dygnet runt kan vara antingen serviceboende med heldygnsovning eller institutionsvård. Boende dygnet runt finns till för äldre personer som inte klarar sig hemma ens med hemvårdens hjälp utan behöver mycket omsorg och hjälp dygnet runt.

Är du orolig för en äldre närstående?

Du kan göra en orosanmälan om du är orolig för en äldre person som är oförmögen att ta hand om sin egen hälsa eller säkerhet. Anmälan kan göras av vem som helst. En privatperson kan också göra anmälan anonymt.

En elektronisk blankett för orosanmälan finns på Varhas webbplats: varha.fi/orosanmalan

Efter anmälan kontakter vi den äldre personen och berättar vad anmälan gäller och vem som gjort den. Vi diskuterar den äldre personens egen syn på sin situation och kartlägger hjälpbehovet.

Social- och hälsovårdsmyndigheterna har tystnadsplikt och därför kan vi inte lämna ut personliga uppgifter till den som gjort anmälan.

Orosanmälan är till för situationer som inte kräver akut utredning eller hjälp. Anmälningarna handläggs under vardagar.

Kontakta socialjouren i akuta fall tfn 02 262 6003. Ring 112 i en nödsituation.



Kundhandledningens telefon-tjänst vardagar 9-12

Tfn 02 262 6174

Om ditt ärende gäller ditt eget eller din närståendes hälsotillstånd ska du kontakta din hälsostation eller din behandlande enhet.

Mer information: varha.fi/hjalp-aldre-personer



varha

Information om våra tjänster, varsågod!

I den här tidningen har vi samlat viktig information om social- och hälsovårdstjänster samt räddningstjänsterna i Egentliga Finlands välfärdsområde.

Elektroniska tjänster

På [varha.fi/elektronisk-arendehantering](https://www.varha.fi/elektronisk-arendehantering) hittar du alla e-tjänster inom Egentliga Finlands välfärdsområde.

Här finns bland annat en blankett för barnskydds- och orosanmälan, Be om hjälp-knappen (för barnfamiljer och vuxna under 65 år) samt ansökningsblanketter för olika tjänster.

Varhas mobilapp lanseras snart



Vi förenhetligar våra digitala tjänster med en ny mobilapp som införs stegvis 2024–2026. Med appen kan du till exempel kontakta social- och hälsovården, boka tid, granska dina uppgifter, fylla i förhandsuppgifter samt använda distansmottagnings-tjänster. Appen införs stegvis för olika tjänster från hösten 2024.

Du hittar alla välfärdsområdets tjänster på våra webbplatser [varha.fi](https://www.varha.fi) och [tyks.fi](https://www.tyks.fi)

Här hittar du Varhas kundavgifter: [varha.fi/kundavgifter](https://www.varha.fi/kundavgifter)

Ge respons på våra tjänster: [varha.fi/respons](https://www.varha.fi/respons)

Jobba i Varha? [varha.fi/sv/rekry](https://www.varha.fi/sv/rekry)
#ViGörEttGottJobb



Fråga
Annika-tjänsten
hjälp på svenska
040 749 31 87
mån.-tis. kl. 10-11
fraga.annika@varha.fi

Är du sjuk men vet inte vart du ska vända dig?

På webbplatsen [varha.fi](https://www.varha.fi) finns det servicesstigar som leder dig till rätt service när du är sjuk. Det finns också andra servicesstigar som ska hjälpa dig hitta rätt vård eller service så lätt som möjligt. Du hittar servicestigar via ingångssidan på [varha.fi](https://www.varha.fi) och på adressen [varha.fi/servicesstigar](https://www.varha.fi/servicesstigar)

Omaolo.fi

I tjänsten Omaolo får du en bedömning av ditt vårdbehov dygnet runt alla dagar i veckan. Du kan bedöma ditt hälsotillstånd snabbt och enkelt, utan att köa. Omaolo är en pålitlig och säker tjänst som är lätt att använda.

I Omaolo kan du:

- göra en bedömning av dina symtom och få en vårdrekommendation utifrån dina svar
- få kontakt med vårdpersonalen eller information om vart du ska vända dig
- bedöma dina möjligheter till vissa former av socialservice
- bedöma ditt hälsotillstånd med hjälp av en hälsokontroll
- delta i coaching för att stödja ditt välbefinnande.



Hälsostationerna i Varha

Din egen hälsostation är din primära vårdplats vid alla sjukdomsfall. Ditt vårdbehov bedöms på hälsostationen och därefter får du anvisningar eller råd, eller en tid till mottagningen. Hälsostationernas servicenummer finns på mittuppslaget.

Kontaktuppgifterna till alla hälsostationer i Varha finns också på [varha.fi/halsostationer](https://www.varha.fi/halsostationer)



Kundhandledningen Fackla

Fackla-teamen tillhandahåller rådgivning, handledning och bedömning av servicebehovet inom socialvården. Du kan kontakta Fackla om du är orolig för din egen, dina barns eller dina närståendes situation, t.ex. gällande livshantering eller hantering av vardagen. Fackla-teamen riktar sig till både barn och vuxna. Servicebehovet för personer över 65 år kartläggs av kundhandledningen för äldre.

Läs mer: [varha.fi/fackla](https://www.varha.fi/fackla)

Digital mentalvårdsklinik

Den digitala mentalvårdskliniken har verksamhet i Åbo, Pargas, Nådendal, Loimaa och Kimitoön. Framöver ska digitala mentalvårdstjänster erbjudas inom hela Varha.

Den digitala mentalvårdskliniken riktar sig till personer över 18 år som behöver stöd i frågor som gäller psykisk hälsa, som är oroliga för sitt missbruk eller som behöver samtalsstöd i en svår livssituation. Det kan vara fråga om oro över psykiskt mående, depression, ångest, en traumatisk kris eller någon annan långvarig utmaning med psykisk ohälsa.

Distansmottagningen genomförs via videosamtal eller per telefon. Dessutom används digitala verktyg, såsom terapinavigatörn.

Läs mer: [varha.fi/digital-mentalvårdsklinik-terapianavigaattori.fi](https://www.varha.fi/digital-mentalvårdsklinik-terapianavigaattori.fi)

Främja ditt välbefinnande och din hälsa

Vill du ändra din livsstil och vardag? Är du intresserad av frivilligarbete? På Varhas webbplats hittar du information om hur du kan främja ditt välbefinnande, till exempel genom gruppaktiviteter eller egenvård.

Läs mer: [varha.fi/sv/hyte](https://www.varha.fi/sv/hyte)

Gustavs, Letala, Masko, Nousis, Nystad, Pyhäranta, Tövsala, Vemo och Virmo: **02 410 7301**

Aura, Koskis, Lundo, Loimaa, Oripää, Pöytis, S:t Mårtens: **02 410 7302**

Pemar, Sagu, S:t Karins: **02 410 7303**

Kimitoön, Pargas: **02 410 7304**

Nådendal, Reso, Rusko: **02 410 7305**

Salo, Somero: **044 778 3121**

Åbo: **02 410 7307**



Handledning inom funktionshinderservicen



Stödbehovet för personer med funktionsnedsättning kartläggs av servicehandledningen inom funktionshinderservicen. Här får du och dina närstående rådgivning, handledning och information om funktionshinderservicen.

Kontaktuppgifter: [varha.fi/funktionshinderservicens-servicehandledning](https://www.varha.fi/funktionshinderservicens-servicehandledning)

Rådgivning gällande Oima-tjänsten samt arvoden för närståendevårdare inom Varha

E-postadress: omaishoidontukilapsetjatyoikaiset@varha.fi

Tfn **040 154 7309**, mån.-fre. kl. 9-11

I andra ärenden ska du i första hand kontakta din kontaktperson inom närståendevården.

Läs mer: [varha.fi/stod-for-narstarendevard](https://www.varha.fi/stod-for-narstarendevard)



Egentliga Finlands räddningsverk

Egentliga Finlands räddningsverk är en av Finlands 21 räddningsverk. Räddningsverket tillhandahåller olycksförebyggande tjänster, räddningstjänster och beredskapstjänster för landskapets 27 kommuner. Verksamhetsområdet omfattar cirka 20 000 kvadratkilometer, varav nästan hälften består av vatten.



Åbo universitetscentralsjukhus

Specialiserad sjukvård

Vi ger specialiserad sjukvård inom alla specialområden. **Du behöver läkarremiss** för att få icke-brådskande specialiserad sjukvård, samt för laboratorieprov, bilddiagnostik eller annan undersökning. Besök din hälsocentral, företagshälsövården eller en privatläkare om du blir sjuk. Vid behov skriver läkaren en remiss till sjukhuset för undersökning eller behandling.

Laboratorium och provtagning

Tidsbokning och rådgivning **02 313 6321**, vardagar kl. 7-14.30
Tidsbokning på nätet: [tyks.vihta.com](https://www.tyks.vihta.com)

Du kan boka tid för dig själv eller en närstående. En bokningsbekräftelse, som innehåller en bokningsnyckel och pin-kod, skickas per sms/e-post. Med dem du kan se, ändra eller avboka din tid.

Se mer information om laboratorierna samt vanliga frågor på [tyks.fi](https://www.tyks.fi) → Laboratorium och tidsbeställning för provtagning.

Röntgen och medicinsk utbildning

Den hälso- och sjukvårdsenhet som tar hand om din vård, bokar en tid för undersökning för dig. Tidpunkten för undersökningen samt anvisningar skickas hem till dig per post.

Läs mer: [tyks.fi/skot-arenden-pa-natet](https://www.tyks.fi/skot-arenden-pa-natet)

Räddningsverkets växel för icke-brådskande ärenden: tfn **02 263 3111**

E-post: pelastuslaitos@varha.fi

Jourhavande brandinspektör kl. 9-14, tfn **050 433 0260** eller pelastuslaitos.palotarkastaja@varha.fi

Läs mer: [pelastustoimi.fi/sv/egentliga-finlands-raddningsverk](https://www.pelastustoimi.fi/sv/egentliga-finlands-raddningsverk)

Ring alltid 112 i en nödsituation

Du som är äldre, behöver du hjälp?

**De viktigaste kontaktuppgifterna
finns på mittuppslaget – spara det!**

**Varhas mobilapplikation
lanseras snart**

**Ditt välbefinnande är
viktigt för oss – tveka
inte att ta kontakt!**

Hälso- och sjukvård:
[varha.fi/halsostationer](https://www.varha.fi/halsostationer)

Rådgivning och handledning
inom socialservice:
[varha.fi/fackla](https://www.varha.fi/fackla)

Kundhandledning för äldre:
[varha.fi/hjalp-aldre-personer](https://www.varha.fi/hjalp-aldre-personer)

**Vi tryggar,
vi botar,
vi räddar –
välfärd
tillsammans,
varje dag**