

TERVETULOA SENIORINEUVOLAAN

Seniorineuvola on osa Äänekosken kaupungin yli 65- vuotiaille tarkoitettuja ennaltaehkäiseviä avopalveluita

Toiminnan lähtökohtana on auttaa kotona asuvaa seniori-ikäistä edistämään omaa hyvinvointiaan ja terveyttään



SENIORINEUVOLOIDEN TOIMINTA ÄÄNEKOSKELLA 1.9.2014 ALKAEN

Seniorineuvolat ovat Äänekosken kaupungin järjestämiä matalankynnyksen maksuttomia lähipalveluita, joihin ei tarvitse varata aikaa.

Seniorineuvolapalveluiden tavoitteena on tukea ikääntyneiden yli 65 -vuotiaiden kotona asuvien

- ❖ toimintakykyä
- ❖ terveyttä ja hyvinvointia sekä
- ❖ ohjata ylläpitämään omatoimisuutta ja ehkäisemään terveydentilan heikkenemistä
- ❖ tavoitteena on myös olla kiireetön ja luottamuksellinen kohtaamispaikka eri elämäntilanteissa oleville

Seniorineuvolan puoleen voi käännyä terveyteen ja hyvinvointiin liittyvissä asioissa ja neuvolassa **tavattavissa on kotihoidon hoitaja kahdesti viikossa Konginkankaalla, Suolahdessa ja Sumiaisissa. Äänekoskella vain luennot kerran viikossa.** Ohjelmat ilmoitetaan Sisä- Suomen lehden seurapalstalla perjantaisin.

Neuvoloissa tehtäviä hoidollisia toimenpiteitä ovat mm korvahuuhtelu, verenpaineen mittaus, verensokerin mittaus, pienten ompeleiden poistot, virtsanäytteen pikatestaus, tulehdusarvon mittaus sekä painonhallinta-asiat.

Neuvoloissa **ei hoideta pitkäaikaissairaita.** Asiakas ohjataan hoitajan arvioinnin perusteella tarvittaessa **aina eteenpäin.**

Neuvolaan voi myös tulla kun on kysyttävää **palveluista** tai kun on tarve **kysyä ja keskustella** omasta elämäntilanteestaan. Neuvoloissa tuetaan ja ohjataan oikeaan palveluun ja autetaan esim. kaavakkeiden täyttämässä.

Neuvolat tarjoavat myös kerta viikkoisesti asiantuntijoiden pitämiä **keskustelu- ja luentotilaisuuksia** ikääntyneille joka kyläkunnalla. Näissä aiheina terveys ja hyvinvointi sekä mm ikäihmisten palveluista tiedottaminen. Luentoaiheina on mm jalkojen hoito, muistiasiat, mielenterveys sekä suun- ja hampaiden hoito.

Äänekosken seniorineuvola, Terveyskatu 16 (Seniorikeskuksen tilat)

- torstaisin klo 12-12.45, **asiantuntijaluento/ keskustelutilaisuus** kerhuhuoneella

Suolahden seniorineuvola, Satamakatu 4 → tulossa muutto osoitteeseen Kisakatu 4

- tiistaisin klo 10-12 kotihoidon työntekijä paikalla
- torstaisin klo 10-12 asiantuntijaluento/keskustelutilaisuus, lisäksi kotihoidon hoitaja paikalla yksilöaikoja varten

Sumiaisten seniorineuvola, Kuoppatie 3 (ent. terveysasema)

- tiistaisin klo 10-12 kotihoidon työntekijä paikalla
- torstaisin klo 10-12 asiantuntijaluento/keskustelutilaisuus, lisäksi kotihoidon hoitaja paikalla yksilöaikoja varten

Konginkankaan seniorineuvola, Konginkankaatie 195, (ent. terveysasema)

- tiistaisin klo 10-12 kotihoidon työntekijä paikalla
- torstaisin klo 10-12 asiantuntijaluento/keskustelutilaisuus, lisäksi kotihoidon hoitaja paikalla yksilöaikoja varten

Olet lämpimästi tervetullut seniorineuvolaan!

Yhteyshenkilö Päivi Kovanen
tiiminvastaava Seniorikeskus, Kuntola
P. 0400 115 375