



POLLI – *20 vuotta*  
omaishoidon puolesta

PÄÄKAUPUNKISEUDUN  
OMAISHOITAJAT JA LÄHEISET RY



## Mitä sinulle kuuluu?

*Meillä POLLissa on vahva halu vaikuttaa maailmaan ja muuttaa sitä osaltamme edes hitusen paremmaksi. Meille on tärkeää kysyä omaishoitajalta: ”Mitä sinulle kuuluu?”*

*Omaishoitajan tulee kokea elämä tarkoitukselliseksi. Omaishoitajuus ei saa tehdä elämästä epätasa-arvoista tai kasvattaa eroja muuhun väestöön. Me haluamme tarjota omaishoitajille työkaluja positiivisen minäkuvan vahvistamiseen. Jokainen ihminen kaipaa rakkautta, arvostusta ja kunnioitusta, ja omaishoitajalle pienikin murheeton hetki on hyvä hetki.*

*Vuosi 2018 on yhdistyksemme 20-vuotisjuhlavuosi. Muistelemme kiitollisina jo tehtyä yhteistyötä mitä erilaisimpien tahojen kanssa. Osa työstämme on edelleen näkymätöntä vaikuttamista, joka huomattaisiin vasta, jos se yhtäkkiä päättyisi. Myös vapaaehtoistoiminta on yhdistyksemme tärkeä voimavara.*

*Historiankirjoja selatessani löysin yhdistyksen ensimmäiset säännöt, joissa käytettiin tietenkin silloista yhdistyskieltä. Ohjaus- ja neuvontatyö ovat olleet mukana alusta alkaen, vaikka toimintaa kutsuttiin aikoinaan valistukseksi. Ajat muuttuvat ja omaishoitajien tarpeet muuttuvat. Me POLLissa olemme valmiita muuttamaan mukana.*

*Marja Ruotsalainen, toiminnanjohtaja*



Tervetuloa tutustumaan **20-vuotiseen** historiaamme!



## Sisältö

- s. 2.....20-vuotias POLLI
- s. 4.....Työikäiset omaishoitajat
- s. 6.....Ikääntyvät omaishoitajat
- s. 8.....Erityislapsiperheet
- s. 10.....Kokemusasiantuntijat
- s. 11 .....Huolehdi itsestäsi



- POLLI toimii omaishoitajien ja -hoidettavien edunvalvonta-, neuvonta- ja tukijärjestönä sekä viranomaisten ja järjestöjen käytettävissä olevana kokemustiedon asiantuntijana.
- Jäseneksi voi liittyä omaistaan tai läheistään hoitava tai omaishoidosta kiinnostunut. Jäsenyys ei edellytä omaishoitosopimusta. Yhdistykset ja yritykset voivat liittyä kannattajajäseniksi.
- Toiminnan tavoitteena on omaishoitoperheiden ja läheisten aseman parantaminen ja tukeminen.
- Sosiaali- ja terveysministeriön Veikkauksen tuotoista myöntämällä tuella kehitetään omaishoitajien tukitoimia huomioiden muuttuvat, monimuotoiset tilanteet monikulttuurisessa kaupunkiympäristössä.
- Visiona on edistää positiivisella työllä ja näkyvydellä omaishoitoperheiden asemaa ja auttaa erilaisissa tilanteissa olevia ihmisiä tunnistautumaan omaishoitajiksi.
- Toiminta antaa omaishoitoperheille ja jäsenistölle mahdollisuuden osallistua ja vaikuttaa.
- Vapaaehtoistoimijat ovat POLLIn toiminnan tärkeä voimavara.
- Arvoja ovat luotettavuus, kunnioittaminen, välittäminen, innovatiivisuus ja kestävä kehitys.
- Toiminta on avointa ja läpinäkyvää.
- Lisätietoja yhdistyksestä ja toiminnasta saa ottamalla yhteyttä POLLIn toimistoon Länsi-Pasilassa.



## Jäseneksi?

Kuka tahansa omaishoidosta kiinnostunut voi liittyä POLLin jäseneksi ottamalla yhteyttä toimistoomme tai kotisivuillamme [www.polli.fi](http://www.polli.fi).

Vuoden 2018 henkilöjäsenmaksu on 25 €. Jäsenet saavat ohjausta ja neuvontaa, edunvalvontaa, vertaistukea, virkistyspäiviä ja retkiä sekä muuta virkistystoimintaa jäsenhintaan, POLLin jäsenlehden ja Omaishoitajat ja läheiset -liitto ry:n LÄHELLÄ-lehden 4 kertaa vuodessa, liiton palveluoppaan, oppaan lomista ja kuntoutuskursseista sekä yhteistyökumppaneiden etuja.

### Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry

Pasilan puistotie 8  
00240 Helsinki  
arkisin klo 9–15  
puh. 040 533 2710



[www.polli.fi](http://www.polli.fi)



# mereo

Olet hyvän paikan ansainnut.

MEREO | Vanhusten Palvelutaloyhdistys ry  
on yhteiskunnallinen, yleishyödyllinen ja  
kotimainen palveluntuottaja.

## Ympäri vuorokautista palveluasumista

Tarjoamme lyhytaikaista asumispalvelua ja palveluja kotiin omaishoitajien vapaiden ajaksi. Meillä on kodikkaita pienryhmäkoteja ikääntyneille pitkäaikaiseen asumiseen Lauttasaassa, Kampissa, Matinkylässä ja Myyrmäessä. Tuotamme myös päivätoimintaa ja kotihoidon palveluja. Palveluseteliä voi hyödyntää.

Lisätietoja nettisivuiltamme [www.mereo.fi](http://www.mereo.fi).

Voit myös ottaa yhteyttä 050 444 0199 tai 050 408 3753.

[www.mereo.fi](http://www.mereo.fi)

# Etäomaishoitaja on myös työelämän voimavara

Etäomaishoitajat ovat merkittävä hoivaa antava ryhmä, joka tulevaisuudessa vain kasvaa. Suomessa on tällä hetkellä yli 65 000 etäomaishoitajaa. Annamari Salmi-Vilhunen on yksi heistä.

Annamari Salmi-Vilhunen työskentelee Helsingissä sosiaalialalla, joten omaishoito oli asiana tuttu jo ennen kuin oma äiti Pohjois-Pohjanmaalla tarvitsi hoivaa. Omaishoitotilanne syntyi vähitellen, ja nyt Annamari on toiminut äitinsä etäomaishoitajana jo vuosia.

– *Ketään ei voi velvoittaa omaishoitajaksi, mutta kannattaa miettiä, mikä elämässä on tärkeää. Minulle tärkeitä ovat läheiset ihmiseni.*

Etäomaishoiva vaatii jatkuvaa sitoutumista ja on usein sekä taloudellisesti että henkisesti raskasta. Omainen asuu toisella paikkakunnalla ja etäomaishoitaja matkustaa auttamaan läheistään varmistaakseen hänen pärjäämisensä.

– *On hienoa, että saan hoitaa äitiäni. Toisaalta olen joutunut luopumaan joistain omista jutuistani. Lisäksi me työkäiset omaishoitajat menetämme sekä työtuloja että eläkettämme, eikä omaishoitajana ole helppoa tehdä uraa.*

## Omaishoitaja on motivoitunut työntekijä

Kun Annamari matkustaa äitinsä luokse lin kuntaan, hän lentää ensin Ouluun. Siitä matka jatkuu bussilla ja taksilla.

– *Lentäminen on tietoinen valinta, sillä haluan olla hyvässä terässä, kun menen äidin luokse. Jo koneessa listaan tehtäviä, ja tietyt rutiinit käynnille ovat syntyneet tässä vuosien aikana. Perillä siivotaan ensin ja sitten juodaan kahvit.*

Annamari pystyy hoitamaan lissä myös joitain työasioita, mutta tärkeintä on olla läsnä äidin elämässä.

– *Kun olen lissä, mieli on levollinen siitä, että äiti on tässä ja näen, miten hän voi. Toisaalta äidin asiat ovat aina mielessä, olen sitten omassa kodissani Helsingissä tai äidin luona.*

Annamari on tyypillinen etäomaishoitaja: korkeasti koulutettu ja työssäkäyvä nainen, joka hoitaa vanhempansa. Työelämässä etäomaishoitajat tulisi vihdoinkin ottaa huomioon.

– *Avoimuus ja yhteisesti sovitut pelisäännöt ovat tärkeitä. Silloin omaishoitaja on työelämän joustava voimavara. Työpaikan oikeilla asenteilla ja työaikajärjestelyillä etäomaishoitajasta saadaan sitoutunut ja motivoitunut työntekijä.*



1999

Omaa toimitilaa ei ole, mutta posti kulkee liiton osoitteeseen Lapinlahdenkadulle.

2000

POLLI kirjelmöi huolestuneena, että omaishoidon määrärahat loppuvat Helsingissä joka vuosi kesken.

POL kosk tuke Sama lopett ho



**TYÖIKÄISET OMAISHOITAJAT**  
Työssäkäyvistä suomalaisista yli 700 000 hoitaa ansiotyönsä ohella apua tarvitsevaa läheistään – vanhempaansa, puolisoaan tai erityislasta.

Vanhempaansa tai puolisoaan hoitavien tilannetta ei tunnusteta samalla tavoin kuin erityislastaan hoitavien, joilla on lainsäädännön suoma mahdollisuus jäädä tarvittaessa hoitamaan lasta kotiin.

Laki omaishoidon tuesta määrittelee omaishoitajan henkilöksi, joka on tehnyt omaishoitosopimuksen kunnan kanssa. Etäomaishoitajalle ei ole virallista määritelmää.

Ansiotyön ja omaishoivan yhteensovittamiseksi on olemassa erilaisia työn organisoimisen tapoja. Näistä saat tarkempaa tietoa Ansiotyö ja omaishoito -oppaasta.



POLLI tarjoaa ryhmätoimintaa sekä työssäkäyville että niille työikäisille, jotka on irtisanottu tai lomautettu.

2001

LI laajenee, ja RAY alkaa toimintaa. Ila joudutaanamaan sijais-  
topalvelu.

2002

Omaishoitajan peruskurssilla kysytään, kuka on omaishoitaja.

2003

Toiminta laajenee: uusia projekteja, omaishoidon neuvoja, verkostoitumista, opiskelijaharjoittelijoita...

**Tarjoamme apua arkeen  
toimintakykyä tukien**



*Seniори IloA*

puh. 045 189 3863

seniori.iloa@gmail.com

www.senioriiloa.fi

## Antaa hevosen surra, sillä on suurempi pää

**Olavi Siitonen, 92, on toiminut kymmenen vuotta 91-vuotiaan vaimonsa Laila Siitosen omaishoitajana. Vaimo sairastaa Alzheimerin tautia.**

Olavi Siitonen on toiminut Alzheimerin tautia sairastavan vaimonsa Laila Siitosen omaishoitajana kymmenen vuotta. Olavi kertoo kokevansa hoitamisen raskaana, mutta pitkä yhteinen elämä ja rutiinit helpottavat arkea. Olavi käy kaupassa ja huolehtii ruoanlaitosta sekä päivittäisistä rutiineista. Öisin Laila ei tarvitse apua, mutta hän hakee turvaa Olavista. Olavi ei ole vuoteen käyttänyt lakisääteisiä vapaapäiviään, koska Laila joutuisi nukkumaan hoitopaikassa yksin ja hätääntyisi, kun Olavi ei ole vieressä.

Olavi ja Laila eivät käy yhdessä vertaisryhmissä tai muissa tilaisuuksissa.  
– *Emme me enää käy, koska ryhmissä kaikki ovat paljon nuorempia ja heillä on omat ongelmansa. Lailan kanssa olemme kokeneet sodan, ja siellä piti vain säilyä hengissä.*

### **Omaishoitaja kaipaa vaihtelua**

Olavi Siitosen oman heikentyneen terveydentilan vuoksi hoitotyö on erityisen raskasta. Olavi kertoo kaipaavansa vaihtelua arjen rutiineihin. Virike-toiminta, kuten yhteislaulu ja tietokilpailut, olisi tervetullutta.

– *Olemme olleet Lailan kanssa naimisissa 65 vuotta, ja sitä jo tietää, mitä toinen tarvitsee ennen kuin hän sanookaan. Kyllähän tämä semmoista rutiinia pitkälti jo on.*

Olavi seuraa aikaansa ja on hyvinkin tietoinen maailman tapahtumista. Hänellä on positiivinen elämänasenne ja sosiaalinen mieli. Luottamus tulevaisuuteen kantaa.

– *En murehdi tulevaa enkä mennyttä. On semmoinen sanonta, että annetaan hevosen surra, sillä on suurempi pää.*

Jo 20 vuotta Olavi on toiminut Oulunkylän kuntoutussairaalassa vapaaehtoistyöntekijänä. Hän on tuttu näky sairaalan käytävillä. Olavi on päässyt yli vaikeista sotakokemuksista ja hän katsoo tulevaisuuteen luottavasti. Hän haluaa nähdä positiiviset asiat, tukea muita ihmisiä ja tuoda heidän elämäänsä iloa ja huumoria.



# Turvallista asumista ja yksilöllistä hoivaa

- myös lyhytaikaishoitoa!  
Toimimme valtakunnallisesti, Helsingistä  
Rovaniemelle. Olemme suomalaisia arjen  
asiantuntijoita jo yli 20 vuoden kokemuksella.

Lue lisää:  
[www.yrjohanna.fi](http://www.yrjohanna.fi)  
tai soita **020 742 9888**



**YRJÖ JA HANNA**  
KODIT

## IKÄÄNTYVÄT PUOLISO- HOITAJAT

POLLI tukee ikääntyviä omaishoitajia erilaisin vertaisryhmin ja vapaaehtoistoiminnan keinoin.

POLLIn soittajavapaaehtois- ja ystävätoiminnat tuovat iloa arkeen ja lievittävät yksinäisyyttä. Retket ja juhlat sekä keittokeskiiviikkotoiminta mahdollistavat usein myös hoidettavan mukanaanoton.

Omaishoidon vasta aloittaneille POLLI tarjoaa yhteistyössä kunnan kanssa OVET- valmennusta, jossa saa tietoa ja välineitä omaishoittoon. Kysy lisätietoja POLLIn työntekijöiltä!



## Helykodeista löytää kodin!

Turvallista, viihtyisää ja virikkeellistä asumista palveluasunnoissa tai ryhmäkodeissa.



Itä-Helsingin  
lähimmäistyö  
**HELly**

Puh. 09 3424 700  
[www.helyry.com](http://www.helyry.com)

Tarjoamme myös lyhytaikaisia hoivapaikkoja omaishoitajien lomien ajaksi, soita ja kysy lisää.



Oksana Kuronen opiskelee parhaillaan omaishoidon kokemusasiantuntijaksi. Tarinallaan hän kannustaa muita kertomaan avoimesti lapsen sairaudesta.

Kolmisenkymmentä vuotta sitten Oksana Kuronen asui miehensä kanssa Tallinnassa ja Suomenlahden takana syntyi myös esikoinen. Perhe oli asettunut aloilleen, mutta suunnitelmat heittivät yhtäkkiä kuperkeikkaa, kun lapsi alkoi saada sairauskohtauksia seitsemän kuukauden ikäisenä.

Nuoripari päätti lähteä hakemaan lääketieteellistä apua Suomesta ja muuttaa miehen kotimaahan. Lapsi pääsi hoitoon, mutta samalla Oksana löysi itsensä kielitaidottomana vieraasta maasta. Hän muistelee lähtökohtaa ristiriitaisin tuntein.

– Etukäteen en tiennyt sairaudesta mitään enkä puhunut asiasta kenellekään. Kohtaukset tulivat öisin, joten valvoimme jatkuvasti tai nukuimme vuorotellen koiranunta. Olimme onnellisia, että lapsi sai lääkityksen ja hoitoa, mutta samalla olimme todella väsyneitä ja mielessä pyörivät syyllisyyden tunteet.

2005

Muutto Santakadulta Länsi-Pasilan käytännöllisiin tiloihin. Alueellisesti toiminta supistuu Helsinkiin ja Vantaalle.

2007

Monipuolista toimintaa. Kirjoittajapiiri pyörii, kokki-kerho kokoontuu ja tarinateatteriakin kokeillaan.

POLL  
kymme  
taiva  
Jäseniä

## Vertaistuki auttaa koko perhettä

Kukaan ei voinut kysyä, kuinka perhe jaksaa, koska ulkopuoliset eivät tienneet asioiden todellista tilaa.

– *Aluksi emme ymmärtäneet pyytää apua, vaikka joskus olisi ollut pakonomainen tarve puhua jonkun ihmisen kanssa tai lähteä edes pariiksi tunniksi elokuviin. Olisi pitänyt tietää ja osata kauhean paljon, mutta kaikki kävi niin äkkiä ja arjen pyörittäminen vei voimat.*

Oksana Kuronen kertoo, että myöhemmin vertaistuki on merkinnyt paljon hänelle itselleen. Myös sairaalle lapselle ja sisaruksille on tärkeä hakea vertaistukea, joka sopii kuhunkin ikäkauteen ja elämäntilanteeseen.

– *Nyt osaan kannustaa puhumaan lapsen sairaudesta avoimesti. Arkielämän kokemusten jakaminen auttaa, ja pienikin vinkki voi olla kullannarvoinen. Toisaalta netti on tulvillaan kauhutarinoita sairauksista, ja olisi osattava erottaa oikea tieto ja kuvitelmat.*

Oksana pitää tärkeänä myös sitä, että sairasta lasta ohjataan itsenäistymään mahdollisuuksien mukaan.

– *Lapsen tulee oppia kertomaan sairaudestaan. Järjestöjen leirit ja muu toiminta mahdollistavat sosiaalisen kanssakäymisen, eikä lapsi koe jäävänsä ulkopuoliseksi ikätovereiden seurassa.*

2008

I juhlii  
n vuotista  
iltaan.  
on 850.

2009

Toimintakalenterissa ovat mm. keittokeskiviikko, turinatorstai ja lystilauantai.

2012

Vapaaehtois-toiminnalla tarjotaan uudenlaista iloa omaishoitajien arkeen.

## ERITYISLAPSIPERHEET

POLLI tarjoaa erityislastaan hoitaville omaishoitajille ELÄMÄNLANKA-ryhmän, joka on vanhempien toiveesta toiminnallinen. Ryhmän tapaamisten omavastuu on 10€/hlö/kerta (ellei toisin sovita). Koska kyseessä on avoin ryhmä, voit osallistua sinulle sopivilla kerroilla. Suunnittelemme sisältöä ryhmän omien toiveiden mukaan.

Jos kiinnostuit, ota yhteyttä POLLiin!



## MYYRINHAMMAS

Erikoishammasteknikon palveluita Myyrmässä ja Pikku Huopalahdessa.

Erikoishammasteknikot

### Kotikäynnit

koko pääkaupunkiseudulla.

Hammasproteesien valmistus, -korjaus ja -pohjaus.

Hammaslääkärin palvelut Myyrmässä.



Sini  
Joutsjoki



Juri  
Koivistoinen

[www.myyrinhammas.fi](http://www.myyrinhammas.fi) | Iskostie 4, 01600 Vantaa | puh. 09 563 1500

# Kokemusasiantuntija tarjoaa syvällistä tukea

Kokemusasiantuntija Hannu Koivula kertoo omaishoidosta laajalla kentällä. Kuulijoina on sosiaalialan ammattilaisia ja opiskelijoita sekä ihmisiä, joita omaishoitajuus koskettaa oma-kohtaisesti. Kokemusasiantuntijan koulutus on antanut voimaa myös omaan surutyöhön.

Hannu Koivulan puoliso Leena sairastui laaja-alaiseen aivoinfarktiin kahdeksan vuotta sitten. Äkilliset elämänmuutokset koettelivat muutenkin, sillä Hannun pitkä työsuhde päättyi yt-neuvotteluissa samoihin aikoihin. Kun Hannusta oli tullut vaimonsa omaishoitaja, työvoima-toimistossa katsottiin, ettei hänellä ollut oikeutta työttömyyskorvaukseen.

*– Yhtäkkiä olin yksin – ilman tuloja, vertaistukea ja tietoa siitä, miten tällaisesta tilanteesta ylipäätään voi selvitä.*

Elämää alkoi leimata paitsi huoli ja pelko myös taistelu etuuksien ja oikeuksien puolesta. Onneksi tytär löysi Pääkaupunkiseudun Omaishoitajat ja Läheiset ry:n, josta Hannu sai lopulta asiantuntija-apua.

*– Olin elämäni vaikeimmassa tilanteessa, enkä olisi selvinnyt yksin. Kuvaan tätä viittä vuotta taistelujaksoksi. Omaisena panostin aktiivisesti kuntoutukseen, vaikka anomien ja hylkäykset turhauttivat.*

## Toiveikkaana eteenpäin

Leena nukkui pois viiden vuoden uuvuttavan sairastamisen jälkeen. Hannu päätti ryhtyä vapaaehtoistoimintaan, jotta muiden omaishoitajien ei tarvitsisi kulkea yhtä kivistä polkua.

*– Nykyisin olen omaishoitajan tukihenkilö ja soitan puhelinringissä keskustelua kaipaaville.*

Hannu suoritti myös kokemusasiantuntijan koulutuksen, jolloin ymmärrys omaishoitajuuden moninaisuudesta kasvoi entistä syvällisemmäksi. Omaishoitotilanne mielletään usein ikäihmisten hoitamiseksi, vaikka monet hoidettavat ovat lapsia tai työikäisiä. Omaishoitotilanne voi yllättää missä elämänvaiheessa tahansa.

*– Kokemusasiantuntijana voin auttaa, vaikuttaa asenteisiin ja hankkia arvostusta omaishoitajille. Saan ryhmätoiminnasta voimaa myös itselleni. Kun on elänyt 40 vuotta yhdessä, ei kumppani koskaan unohdu, mutta nyt voin katsoa elämäni toiveikkaana eteenpäin.*

2013

POLLI viettää 15-vuotisjuhlia. Yhdistyksen strategiassa määritellään arvot, toimintajatus ja visio.

2015

POLLI alkaa tarjota erityistä tukea monikulttuurisille omaishoitoperheille.

2016

Ensimmäiset koulutetut omaishoidon kokemusasiantuntijat valmistuvat.

2017

Helsingin omaishoidon tuen muutokset aiheuttavat keskustelua. POLLI ottaa kantaa.

2018

Työ jatkuu. POLLI juhlii 20-vuotista toimintaansa. Yhdessä omaishoidon puolesta!



## HUOLEHDI ITSESTÄSI

Läheisen sairastuminen voi synnyttää haastavia tunteita; pelkoa, avuttomuutta, turhautuneisuutta, pettymystä, väsymystä, syyllisyyttä, ärtyneisyyttä ja halua eristäytyä. Myös keho saattaa reagoida jännittymällä ja kipuilemalla.

Omaishoitajan on tärkeää muistaa pitää hyvää huolta myös itsestään. Itseään voi auttaa hyväksymällä tunteensa, hakemalla tietoa, puhumalla toisten kanssa ja noudattamalla omia päivittäisiä rutiineja. Huolehdi perustarpeistasi, anna itsellesi omaa aikaa, välttele eristämistä ja osallistu vertaistukiryhmiin.



Ota yhteyttä POLLiin. Olemme täällä sinua varten!

## KENKÄ-RALE

PALVELEVA KENKÄKAUPPA, MYÖS ERITYISJALKINEET



## KENKÄ EI SAA OLLA ONGELMA!

Me autamme teitä valitsemaan kengät jalkojenne mukaan. Valikoimissa on myös laaja erityisjalkinemallisto ja suurimassa osassa tuotteistamme on tukipohjallisen tai muun apuvälineen käyttömahdollisuus. Kengissämme laajuudet **G-M**.

## TERVETULOA!

AVOINNA

Ma-pe 10-17.30 • La 9-14

 TÖÖLÖNTORIN "TAKAKULMA"

TÖÖLÖNTORINKATU 7 • HELSINKI  
PUH. 09 495 697 • [www.kenka-rale.fi](http://www.kenka-rale.fi)



Kotilääkäri

Hoivapalvelut

Kotisairaanhoido

Kodinhoito ja siivous

Turvapuhelinpalvelut

Fysioterapia

Jalkahoito

## Apua omaishoidon arkeen: Stellan kotipalvelut

**M**e Stellalla mahdollistamme sinulle ja läheisillesi sujuvan arjen ja mahdollisimman onnellisen elämän omassa kodissanne.

Suunnittelemme jokaiselle asiakkaallemme henkilökohtaisen ja kokonaisvaltaisen tuen arjen helpottamiseksi. Teemme yksilöllisen hoito- ja palvelusuunnitelman aina tiiviissä yhteistyössä omaisten kanssa.

**MEIHIN VOI LUOTTAA**, sillä kaikki yli 400 hoitotyötä tekevää stellalaista on koulutettuja sekä tehtävänsä

perehdytettyjä terveyden- ja kodinhoiton ammattilaisia.

Ja koska tehtävämme on varmistaa parhaat mahdolliset puitteet kotona asumiseen, järjestämme myös tarvittavat apuvälineet ja hoitotarvikkeet.

**OLEMME LÄSNÄ** kotonanne täysin tarpeidenne mukaan, päiväkäynnistä ympärivuorokautiseen hoitoon. Tarjoamme myös apua omaishoitajan vapaan ajaksi sekä esimerkiksi yksittäisille saattajakäynneille. Olemme oman kotinne palvelutalo. ■

# Stella

Varaa maksuton suunnittelukäynti!

020 768 9788

stella.fi

Puheluhinnat kaikkiin 010- ja 020-alkuisiin palvelunumeroihimme 8,35 snt/puhelu + 16,69 snt/min (sis. alv 24 %).