



PALVELUJA JA
KOHTAAMISPAIKKOJA
SENIOREILLE

ENO

Velmu-hahmot: Ninka Reittu



Sisällys

JULKISET PALVELUT	6
ENON PALVELUPISTE.....	6
ENON TERVEYSASEMA (Siun sote)	8
Terveydenhuollon palveluihin hakeutuminen.....	8
Terveysaseman ajanvaraus ja neuvonta.....	8
Diabeteshoitaja.....	9
Fysioterapia ja apuvälinepalvelut	9
Hoitotarvikejakelu	10
Mielenterveys- ja päihdepalvelut	10
Laboratorion, röntgenin ja Marevan-hoidon vastaukset	11
Omahoitopalveluja	11
Hammashoito	12
Enon terveystakeskussairaala	13
SIUN SOTE	13
Ikäihmisten palveluohjaus	13
Kotihoito	14
Gerontologinen eli vanhussosiaalityö	15
Huoli-ilmoitus	15
Muistihoitaja.....	15
Omaishoidon tuki.....	16
Ikäneuvola.....	16
Muita palveluja kotona asumisen tueksi.....	17

KELA	20
ASIOINTILIIKENNE	21
VANHUSNEUVOSTO	21
KIRJASTOPALVELUT.....	22
Enon kirjasto	22
Uimaharjun kirjasto	22
Kirjastoauto Runo-Antti (Kontiolahti ja Eno)	22
JÄRJESTÖJEN TOIMINTA	23
ELÄKELIITON ENON YHDISTYS.....	23
ENON 4H-YHDISTYS.....	23
Nuorten yritystoiminta	23
Enon ekokeskus	23
ENON AA-RYHMÄ	24
ENON AIVOHALVAUS- JA AFASIAKERHO	25
ENON HENGITYSYHDISTYS.....	25
ENON LATU.....	26
ENON LINTUKERHO	26
ENON LUONNONYSTÄVÄT.....	26
ENON MARTTAYHDISTYS.....	27
ENON SYDÄNYHDISTYS	27
ENON SÄIHKE.....	28
ENON VANHUSTEN TUKI	29
JOENSUUN SETLEMENTTI / ELÄKEIKÄISTEN TOIMINTA	31
JOENSUUN SEUDUN OMAISHOITAJAT	32

KULTTUURIYHDISTYS LOUHI	32
PAREMPI ARKI	33
PAUKKAJAN TEATTERIYHDISTYS	34
POHJOIS-KARJALAN MUISTI	34
POHJOIS-KARJALAN SYÖPÄYHDISTYKSEN ENON OSASTO	35
POHJOIS-KARJALAN SOSIAALITURVAYHDISTYS/VELMU-TOIMINTA.....	36
TAIDEKARTTA RY.....	37
UIMAHARJUN ELÄKELÄISET	37
UIMAHARJUN ELÄKKEENSAAJAT	37
UIMAHARJUN KASARI	38
VERÄJÄ.....	38
ASUKAS- JA KYLÄYHDISTYKSET	39
Joensuun Kylät.....	39
Eno-seura.....	39
Enon kyläyhdistys	40
Karhunsalon kyläyhdistys	40
Ahvenisen kyläyhdistys.....	40
Herajärven kyläyhdistys.....	41
Louhiojan kyläyhdistys.....	41
Kuisma-Majoinvaaran kyläyhdistys	41
Luhtapohja-Palovaara kylätoimikunta.....	41
Pamilon kyläyhdistys	41
Paukkajan kyläyhdistys	41
Revonkylän kyläyhdistys.....	42

Ukkolan kyläyhdistys	42
Kuusijärven kylätoimikunta	42
Uimaharjun taajamayhdistys	42
Ukkolan kyläyhdistys	42
Sarvinki-Pirttivaara	42

SEURAKUNNAT43

ENON SEURAKUNTA..... 43

Keskeiset toimipisteet:	43
Seurakunnantoimisto (ma-pe klo 9–12)	43
Diakoniatyö	44
Messut	44
Ryhmätoiminta	44
Ruokailut ja kahvilat	45

ORTODOKSINEN SEURAKUNTA..... 45

MUUT PALVELUT46

ALUEELLA TOIMIVIA HOIVAKOTEJA 46

Hopearanta (Siun sote).....	46
Palvelutalo Kotiranta	46
Hoitokoti Aukusti Oy.....	46
Hoitokoti Tuuletar.....	47

ENON APTEEKKI 47

UIMAHARJUN APTEEKKI..... 47

Esitteessä olevista palveluista ja toiminnoista saat lisätietoa:

Siun Sote/vaihde

puh. 013 3300

www.siunsote.fi

Joensuun kaupunki/vaihde

puh. 013 267 7111

www.joensuu.fi

Järjestötoiminta:

www.jelli.fi



JULKISET PALVELUT

Joensuun alueella julkiset sosiaali- ja terveystalvet tuottaa Siun sote.

ENON PALVELUPISTE

Kunnantie 2, 81200 Eno

puh. 013 337 7688

eno.palvelut@joensuu.fi

Tuija Muja, palveluneuvoja

puh. 050 331 9207, tuija.muja@joensuu.fi

Päivi Pussinen, palveluneuvoja

puh. 050 401 1565, paivi.pussinen@joensuu.fi

Avoinna ma 8–11 ja 12–16, ti ja to 9–11 ja 12-15, ke ja pe 9-12

Enon palvelupiste on yhteispalvelupiste, josta saa kaupungin ja Siun soten palveluja.

Kassapalvelut

Joensuun kaupungin laskut voi maksaa ilman palvelumaksuja.

Myös Siun soten ja Pohjois-Karjalan Pelastuslaitoksen laskujen maksu.

Kaupungin lomakkeiden nouto ja jättäminen

Saatavilla rakennuslupa- ja huoneistohakemukset sekä erilaiset avustushakemukset. Voit jättää kaikki kaupungille osoitetut hakemukset ja muut asiakirjat palvelupisteelle.

Kaupungin kuulutukset (epävirallinen ilmoitustaulu)

Nähtävillä Enon aluetta koskevat ilmoitukset ja kuulutukset.

Myynnissä

Kopiointipalveluja, lainhuuto-, rasitus- ja kiinteistörekisteriotteita, kartta- ja asemakaavaotteita sekä alueen historiasta kertovia kirjoja ja retkeilykarttoja.

Palvelupisteessä hoidetaan

Lähiosoitteen määrittämissä kiinteistöille, hakemusten vastaanotto. Enon alueen matkailuneuvontaa.

Kansalaisopistotoimintaan liittyvää neuvontaa.

Enon alueen venepaikkojen jako on Saimaan Satamat Oy:llä www.saimaansatamat.fi.

Enon urheiluhallin, kuntosalin ja Uimaharjun koulun liikuntasalin liikuntapaikkakorttien myynti sekä Uimaharjun kuntosalin ja liikuntasalin kulkutunnisteiden myynti.

Yli 65-vuotiaille joensuulaisille myynnissä liikunnan edistämiseen tarkoitettu Seniorikortti:

- Kortteja on kaksi erilaista, keskusta-alueelle ja maaseutualueelle suunnattu kortti. Kaikki joensuulaiset ovat oikeutettuja kumpaankin korttiin, riittää että ikää on tarpeeksi. Muista varata henkilöllisyystodistus mukaan, jotta näemme että olet ”täysi-ikäinen”. Kortti on aina henkilökohtainen.
- Maaseutualueen seniorikortti on ns. kulkutunniste ja se ostetaan palvelupisteeltä. Sillä on Enon alueella oikeus pääsyyn yleisvuoroina Enon liikuntahallin kuntosalille ja Uimaharjun liikuntakeskuksen kuntosalille.
- Kansalaisopisto sekä liikuntapalvelut järjestävät yhteistyössä ohjattuja liikuntakursseja. Niiltä 65-vuotiailta tai vanhemmilta, jotka osallistuvat ohjattuihin liikuntaryhmiin, ei kurssimaksun lisäksi peritä erillistä seniorikorttimaksua. Kurssimaksun kuittia vastaan he saavat halutessaan lunastaa alueen palvelupisteeltä kulkutunnisteen.

Muut kaupungin palvelut

Rakennusvalvonnan päivystys to vain ajanvarauksella

tarkastusrakennusmestari Mika Silvennoinen, **puh. 0500 299 575**

Maaseutuasiamies ma–ti klo 9–15 Antti Ryyänen puh. **050 310 9752**

Kokoustiloja varattavissa (Enon palvelupisteen, ent. kunnanvirasto kokoustilat).

Maksuton nettipiste ja tulostusmahdollisuus.

Siun soten palvelut

Sosiaalitoimisto avoinna ma-ke 9–15 neuvonta puh. 013 330 2810 (ma-to 9-12 ja 13-15, pe 9-12 ja 13-14)

- asiakasvastaanotto vain ajanvarauksella

Palvelupiste suljettu kesäkuun lopusta heinäkuun loppuun

ENON TERVEYSASEMA (Siun sote)

Enontie 52, 81200 Eno

Terveydenhuollon palveluihin hakeutuminen

Henkeä uhkaavissa tilanteissa soita 112

Muu kiireellinen hoito:

ota yhteyttä Enon terveysasemalle, **puh. 013 330 2214 (ma-pe klo 8 16)** tai Päivystysapu 116 117 -palveluun

Päivystysapu 116 117 on kansallinen sosiaali- ja terveydenhuollon neuvonta- ja ohjauspalvelu, jossa tehtävään koulutetut ammattilaiset vastaavat puheluusi vuorokauden ympäri vuoden jokaisena päivänä. Maksuttomasta numerosta saat neuvoja äkillisiin terveysongelmiin.

Terveysaseman ajanvaraus ja neuvonta

puh. 013 330 2214 (ma-pe klo 8–16)

Huom! Huomioitahan koronavirukseen liittyvän poikkeustilanteen!

www.siunsote.fi/korona.

Soita ennen kuin tulet terveysasemalle. Ajanvaraus vain puhelimitse!

Jonottaminen ja takaisinsoittopyynnön jättäminen

Puheluun vastaa ensin äänite, joka kertoo ohjeet soittopyynnön jättämiseen. Jos katkaiset puhelun ja soitat uudelleen, joudut jonon viimeiseksi. Jätä aina

ensisijaisesti takaisinsoittopyyntö. Ajanvaraaja soittaa sinulle takaisin saman päivän aikana. Puhelusta ja jonotusajasta menee soittajan liittymäsopimuksen mukainen maksu.

Toimintaohje kuulovammaisille

Mikäli puhelimesta asiointi on mahdotonta, voit laittaa tekstiviestin terveysasemalle puh. 050 356 8813 (ma-pe 8-16).

Ajanvarauksen peruminen

Jos et pääse varatulle käynnille, aika perutaan ensisijaisesti puhelimitse.

Sähköinen ajanvaraus

Verkkoajanvarauspalvelussa voit varata ajan sairaanhoitajalle esimerkiksi, jos kyseessä on flunssa, vatsatauti, iho-oireet, pienet vammat tai tarvitet rokotuksia. Aikoja sairaanhoitajalle voi varata samalle päivälle. Lisäksi voit varata aikoja tai jättää yhteydenottopyynnön mm. terveydenhoitajalle, fysioterapeutille ja diabeteshoitajalle. Sähköisesti tehdyn ajanvarauksen perumiseen tarvitet varaustunnuksen.

<https://eweb.pohjoiskarjala.net/webajanvaraus/app>

Huom! Tällä hetkellä ajanvaraukset vain puhelimitse.

Diabeteshoitaja

puh. 013 330 2514 (ma-pe klo 13–14)

Fysioterapia ja apuvälinepalvelut

puh. 013 330 2601

(ajanvaraus ma-pe klo 7.30–15.30)

Fysioterapeutit tutkivat ja neuvovat tuki- ja liikuntaelinvaivoissa. Fysioterapiaan voit tulla ilman lähetettä varaamalla itse ajan ja sen kautta voit saada pienimuotoisia apuvälineitä. Muut apuvälineet saat apuvälinepalvelun kautta.

Hoitotarvikejakelu

Enontie 52, 82100 Eno

puh. 013 330 2804 (ma-to 8-15, pe 8-14)

tai sähköpostilla hoitotarvikejakelu@siunsote.fi

Tarvikkeet noudettavissa valitsemastasi noutokaapista. Tarvikkeita säilytetään viikon ajan. Mikäli et pääse noutamaan tarvikkeita, ilmoittamalla siitä säilytysaikaa voidaan pidentää.

Ohjeita tilaamiseen:

Tarvikkeet tulee tilata kaksi viikkoa ennen hakuajankohtaa. Sinulle ilmoitetaan, kun tuotteet ovat saapuneet. Kotijakeluna toimitettavien hoitotarvikkeiden tilaamiseen saat hoitotarvikejakelusta erilliset ohjeet.

Mielenterveys- ja päihdepalvelut

Mielenterveys- ja päihdepalvelut tukevat ihmistä toimimaan arjessa itsenäisesti ja yhdessä muiden ihmisten kanssa. Ongelmatilanteita voivat laukaista monenlaiset tekijät. Ota rohkeasti yhteyttä!

Mielenterveys- ja päihdepalvelujen hoitokoordinaattorit puh. 013 330 2145
(ma-pe klo 8–15.45)

Kiireellisissä asioissa:

Päivystävä päihdesairaanhoitaja Pohjois-Karjalan keskussairaalan yhteispäivystyksessä, Tikkamäentie 16, 80120 Joensuu ilman ajanvarausta (joka päivä klo 8–16)

Yhteyden päivystävään päihdesairaanhoitajaan saat Päivystysavun numerosta **116 117**.

Aikuispsykiatrian tehostettu avohoito

puh. 013 330 2132

(arkisin klo 8–21, viikonloppuisin ja pyhäpäivinä klo 13–15)

Laboratorion, röntgenin ja Marevan-hoidon vastaukset

tulee katsoa ensisijaisesti Omakanta-palvelusta

<https://www.kanta.fi/omakanta>

Laboratoriotutkimuksia varten tarvitset lähetteen terveysaseman lääkäriltä tai hoitajalta. Tavallisimpiin laboratoriokokeisiin voit tulla ilman ajanvarausta, mutta aikoja voi myös varata ISLABin verkkopalvelussa

<https://islab ajanvaraus.fi/rms.do?url=kyslabb>

tai **puh. 044 717 8888** (ma-pe klo 12–14)

Omahoitopalveluja

Omaolo

Omaolo on kansallinen digipalvelu, joka auttaa sinua arvioimaan hoidon tai palvelun tarvettasi. Omaolosta löydät sosiaali- ja terveyspalvelut, nopeasti ja esteettömästi, ympäri vuorokauden. Omaolon antamat suositukset ovat aina henkilökohtaisia. Ne perustuvat ajantasaisimpaan tieteelliseen tutkimusnäyttöön ja kansallisesti yhteisesti sovittuihin kriteereihin

www.omaolo.fi

Kanta-palvelu/Omakanta

Palvelussa näet omat terveystiedot ja reseptit, voit pyytää reseptin uusimista sekä tallentaa elinluovutus- ja hoitotahdon. <https://www.kanta.fi/omakanta>

Medinet-terveyspalvelu

Palvelussa Siun sotien asiakas voi seurata ja päivittää terveystietojaan.

<https://medinet.pohjoiskarjala.net>

Semppi-sivut

Sivuilta saa tietoa terveydestä, vinkkejä parempiin elämäntapoihin sekä omahoitopisteiden yhteystiedot.

<http://www.semppi.fi/>

Hammashoito

Enon hammashoitola, väliaikaiset tilat koulun pihassa sijaitsevassa kontissa, Alapappilantie 6, 81200 Joensuu

ajanvaraus arkipäivinä puh. 013 330 2411 (ma-to klo 8–15, pe klo 8–14)

Virka-ajan jälkeen Pohjois-Karjalan keskussairaalan yhteispäivystys, Tikkamäentie 16

Päivystysapu **116 117** -palvelun kautta (ma-pe klo 15–21)

Hammaslääkäripäivystys viikonloppuisin ja arkipäivinä yhteispäivystyksessä (klo 12–21), ajanvaraus **puh. 050 301 1592** (klo 11–12), numero ei voi vastaanottaa tekstiviestejä.

Tämän jälkeen **Päivystysapu 116 117** -palvelun kautta (klo 21 saakka)

Päivystysvastaanotto on tarkoitettu ensiapuluontoista hoitoa vaativille potilaille. Päivystyksessä emme paikkaa lohjenneita hampaita tai korjaa irronneita täytteitä.

Ajanvarauksen takaisinsoittopalvelu

Kiireettömissä asioissa voit jättää takaisinsoittopyynnön ja sinulle soitetaan takaisin saman päivän aikana. Salaiseen numeroon emme voi soittaa takaisin.

Varatun ajan peruminen

Ajan voit perua hammashoitolaan puhelimitse tai tekstiviestipalvelun (puh. 050 902 3537) kautta.

Kuurot tai huonokuuloiset asiakkaat

Voit sekä varata että perua ajan tekstiviestillä, puh. 050 902 3539. Tekstiviestiajanvaraus on kiireettömiä ajanvarauksia varten.

Tekstiviestimuistutus

Vastaanottoajasta saat tekstiviestin kaksi vuorokautta ennen varattua aikaa. Web-ajanvarauksista ei lähde muistutusta. Tekstiviestiin ei voi eikä pidä vastata.

Enon terveyskeskussairaala

Enontie 52, 81200 Eno

osasto **puh. 013 330 6682, 013 330 6722**

osastonhoitaja **puh. 013 330 6723**

Huom! Vierailuaika klo 11–19. Huomioithan koronan vaikutukset toimintaan.

Tutkimus, kuntoutus ja hoito tapahtuu terveyskeskussairaalassa (entiset vuodeosastot) silloin, kun hoito ei vaadi keskussairaalahoitoa. Terveyskeskussairaalaan tullaan joko keskussairaalan lääkärin tai oman terveysaseman avovastaanoton lääkärin läheteellä.

SIUN SOTE

Ikäihmisten palveluohjaus

Seniorineuvonta Ankkuri

Rauhankatu 1 b, Matti-talo, 80100 Joensuu

puh. 013 330 2890 (arkisin klo 8–16) seniorineuvonta.ankkuri@siunsote.fi

Huom! Asiointi koronatilanteen vuoksi vain ajanvarauksella.

Enon ja Uimaharjun palveluohjaaja **puh. 013 330 7116**

Seniorineuvonta Ankkurista saat neuvontaa, tietoa ja ohjausta ikäihmisten palveluista, jotka tukevat kotona asumista. Ankkurista saat tietoa myös järjestöjen ja yksityisten palveluista sekä apua taloudellisiin kysymyksiin ja etuisuuksiin liittyvissä asioissa. Terveysasioita Ankkurin puhelinalueesta ei voi tiedustella.

Palveluohjaus

Ankkurin kautta voidaan tarvittaessa varata henkilökohtainen puhelinasiointiaika paikalliselle palveluohjaajalle tai sosiaalityöntekijälle sekä tarvittaessa sopia kotikäynti, jossa tarkemmin käydään läpi palvelujen tarvetta ja tarpeenmukaisia tukimuotoja. Palveluohjaajat tekevät mm. palvelutarpeen kartoituksia, myöntävät Siun Soten kotihoidon tuki-, hoiva- ja hoitopalveluja sekä ohjaavat ikäihmisiä tarvittavien palvelujen piiriin.

Palveluja kotona asumisen tueksi

Kotona asumisen tueksi on saatavana erilaista apua ja hoivaa. Näitä palveluja ovat esim. erilaiset tukipalvelut, kuten turvapuhelin- ja ateriapalvelut tai kotihoidon hoiva- ja hoitopalvelut. Palvelut voivat olla järjestöjen, yritysten tai Siun soten järjestämiä. Palvelujen järjestämisen yhtenä vaihtoehtona on palveluseteli. Näitä palveluja voit tiedustella, jos sinulla tai läheiselläsi herää huoli kotona pärjäämisestä, kotiin tarvitaan tukea ja apua ja/tai asuminen omassa kodissa on turvatonta.

Voit tehdä sähköisen hakemuksen ikääntyvien palveluihin myös miunpalvelut.fi kautta.

<https://miunpalvelut.fi/siunsote/hakemus-ikaantyvien-palveluihin-siunsote>

Kotihoito

Seniorineuvonta Ankkuri

Rauhankatu 1 A, Matti-talo, 80100 Joensuu

puh. 013 330 2890 (arkisin klo 8–16) seniorineuvonta.ankkuri@siunsote.fi

Enon alueen kotihoito puh. 013 330 6780 (vuorovastaava/päivystyspuhelin klo 7–21)

Kotihoidolla tarkoitetaan omassa kodissa annettavaa kotipalvelua, kotisairaanhoidoa tai niiden yhdistelmää. Kotihoitoa voi saada, jos tarvitsee apua kotioloissa selviytymiseen toimintakyvyn heikennettyä joko pysyvästi tai tilapäisesti.

Kotihoidon palvelut ovat harkinnanvaraisia. Palvelujen myöntäminen perustuu asiakkaan toimintakykyyn ja palvelutarpeeseen, jonka arvioi oman asuinalueen palveluohjaaja.

Gerontologinen eli vanhussosiaalityö

Rauhankatu 1a, sisäpiha/Martta-talo, 80100 Joensuu

Soiita ovikelloa. Asiointi ajanvarauksella.

Enon ja Uimaharjun sosiaalityöntekijä **puh. 013 330 7110**

Sosiaalityön tehtävänä on tukea ikäihmistä sosiaalisissa ongelmissa ja erilaisissa vaikeissa elämäntilanteissa. Sosiaalityöntekijä hoitaa esimerkiksi vuokra-asumiseen liittyviä asioita, sosiaalisten ja taloudellisten asioiden selvittelyä sekä auttaa erilaisten etuuksien hakemisessa. Sosiaalityöntekijä antaa myös neuvontaa ja ohjausta, selvittää ongelmatilanteita ja etsii ratkaisuvaihtoehtoja yhdessä asiakkaan ja omaisten sekä muiden yhteistyötahojen kanssa.

Huoli-ilmoitus

Jos olet huolissasi ihmisestä, joka ei mielestäsi pysty vastaamaan huolenpidostaan, terveydestään tai turvallisuudestaan, voit tehdä ilmoituksen asiasta. Huolta voi aiheuttaa esimerkiksi ikäihmisen kotona pärjääminen tai yksin asuvan aikuisen elämänhallinnan ongelmat.

Ilmoituksen voi tehdä kuka tahansa, joka on huolestunut toisen henkilön elämäntilanteesta. Ilmoituksesi perusteella sosiaalipalvelujen ammattilaiset arvioivat avun tarpeen ja millaista apua henkilön tai perheen elämäntilanteeseen voidaan tarjota. Tee sähköinen huoli-ilmoitus avun tarpeen arvioimiseksi

<https://miunpalvelut.fi/siunsote/yhteydenotto-sosiaalihuoltoon-avun-tarpeen-arvioimiseksi>

Muistihoitaja

Enon ja Uimaharjun muistihoitaja puh. 013 330 8030

(ajanvaraus muistihoitajan vastaanotolle, potilaan ja omaisen ohjaus ja neuvonta ma-pe klo 8–9)

Muistihoitajan työn tarkoituksena on muistisairauksien varhainen tunnistaminen, jatkotutkimuksiin ohjaus sekä seuranta muistisairauden diagnoosin jälkeen. Voit ottaa yhteyttä muistihoitajaan, jos olet huolissasi omasta tai läheisesi arkielämää haittaavasta muistin heikentymisestä. On tärkeää, että muistihäiriöt tutkitaan viivytyksettä, sillä osa niistä voidaan hoitaa ja hidastaa ajoissa havaitun sairauden etenemistä.

Omaishoidon tuki

Rauhankatu 1b, 80100 Joensuu

puh. 013 330 7136 (Eno ja Uimaharju)

Omaishoito on vanhuksen, vammaisen tai sairaan henkilön säännöllisen hoidon ja huolenpidon järjestämistä kotona omaisen tai muun läheisen tuella.

Omaishoidon tuki koostuu omaishoitajalle maksettavasta hoitopalkkiosta ja annettavista vapaista sekä muista palveluista. Tuen tavoitteena on tukea kotona tapahtuvaa hoitoa ja hoitajan työtä.

Tuen saaminen edellyttää, että hoidettava tarvitsee lähes ympärivuorokautisesti ja runsaasti apua päivittäisissä toiminnoissa. Tukeen ei ole oikeutta, mikäli avun tarve on pelkästään ruoanlaitossa, siivouksessa ja asioinnissa kodin ulkopuolella.

Omaishoidon tukea voit hakea sähköisessä asiointipalvelussa:

<https://miunpalvelut.fi/siunsote/hakemus-omaishoidon-tuesta-siunsote>

Voit tehdä alustavaa arviointia Omaolo-palvelussa, olisitko oikeutettu omaishoidon tukeen.

Omaolo-palveluun kirjaudutaan verkkopankkitunnuksilla.

<https://www.omaolo.fi/palvelut/palveluarviot/omaishoidon-tuki>

Ikäneuvola

Rauhankatu 1a, 80100 Joensuu

terveydenhoitaja **puh. 013 330 7035**

palvelukoordinaattori **puh. 013 330 8055**

Toiminta on tarkoitettu yli 65-vuotiaille itsenäisesti kotona asuville ihmisille. Tavoitteenamme on ikääntyvien hyvinvoinnin, terveyden, terveellisten elintapojen ja toimintakyvyn edistäminen, sairauksien ja tapaturmien ennaltaehkäiseminen sekä ongelmien tunnistaminen ja varhainen tuki. Palvelu on maksuton.

Muita palveluja kotona asumisen tueksi

Asunnon muutostyöt

Asunnon muutostöiden taloudellisella tuella pyritään mahdollistamaan henkilön kotiolosuhteissa selviytyminen ja pitkäaikaisen ympärivuorokautisen hoidon välttäminen. Tuki on tarkoitettu yli 65-vuotiaille henkilölle, jolle liikkuminen tai muu suoriutuminen omassa asunnossa tuottaa vaikeuksia.

Tukea voidaan myöntää vakituisen asunnon varustamiseen ja korjaus- ja muutostöihin vain, jos asunnon ne ovat välttämättömiä omatoimisen suoriutumisen tukemiseksi, ei varsinaisiin peruskorjauksiin.

Taloudellista tukea muutostöihin voi saada henkilö, jolle on myönnetty eläkkeensaajan hoitotuki. Tukea myönnetään tulo- ja varallisuusharkinnan perusteella.

Asunnon muutostöiden hakeminen (klo 8–15):

Siun soten apuvälinekeskus/Siilaisen kuntoutumiskeskus Noljaakantie 17a, B-ovi, 1.krs, 80130 Joensuu

sosiaalityöntekijä 1 puh. 013 330 7990

sosiaalityöntekijä 2 puh. 013 330 8059

Ateriapalvelut

Useissa yksityisissä ja julkisissa toimipaikoissa aterioilla on eläkeläisille oma hintansa. Jos ruokailu kodin ulkopuolella ei onnistu sairaudesta tai vammasta johtuen, Siun Sotella on kotiin kuljetettua ateriapalvelua. Ateriapalvelun

aloittaminen edellyttää, että palveluohjaaja on kartoittanut ateriapalvelun tarpeen.

Kotikuntoutus

Kotikuntoutus tukee kotona pärjäämistä. Kuntoutuksen tavoitteena on mahdollisimman itsenäinen ja turvallinen arki omassa elinympäristössä. Kuntoutuksen sisältö suunnitellaan asiakkaan kanssa hänen elämäntilanteensa ja tarpeensa huomioiden moniammatillisessa yhteistyössä. Omaiset ja läheiset ovat tärkeässä roolissa kotikuntoutusta suunniteltaessa ja toteutettaessa. Kotikuntoutukseen et tarvitse lähetettä. Kuntoutusjakso voidaan aloittaa maksuttoman arviokäynnin perusteella. Muuten palvelu on maksullinen.

Jos olet huolissasi omasta tai läheisesi selviytymisestä kotona tai haluat **lisätietoa toiminnasta**, voit ottaa yhteyttä Siun soten kotikuntoutukseen terapiapalvelujen palvelunumeron kautta puh. 013 330 2601.

Päiväkuntoutus

Päiväkuntoutus on suunnattu ikäihmisille, joiden kotona selviytyminen on heikentyneen liikuntakyvyn, alkavan muistisairauden tai yksinäisyyden vuoksi uhattuna.

Kuntoutusjakso on määräaikainen ja sisältää kuljetuksen, ruokailut sekä ohjatun toiminnan. Asiakkaat valitaan fysioterapeutin tekemän kuntoutustarpeen arvioinnin kautta. Järjestämme myös vertaisryhmätoimintaa eri järjestöjen kanssa.

Lisätietoja päiväkuntoutuksesta/Eno puh. 013 330 7848

Kuljetuspalvelut

Kuljetuspalvelua on mahdollista saada vammaispalvelulain tai sosiaalihuoltolain perusteella. Sosiaalihuoltolakiin perustuvat kuljetuspalvelut järjestetään ikäihmisten palvelujen kautta.

Vaikeavammaisten kuljetuspalveluista löydät tietoa sivulta www.siunsote.fi/vammaisten-ja-kehitysvammaisten-palvelut.

Kuljetuspalveluilla tuetaan kotona selviytymistä. Kuljetuspalvelua sosiaalihuoltolain nojalla myönnetään asiointi- ja virkistysmatkoihin asiakkaille, jotka eivät kykene itsenäisesti käyttämään julkisia liikennevälineitä sairauden, vamman tai muun toimintakykyä alentavan syyn vuoksi.

Liikkumista tukevia palveluja ei myönnetä sellaisiin terveydenhuollon matkoihin, joihin voi saada sairausvakuutuslain mukaista korvausta (esim. lääkäri, laboratorio). Julkisen liikenteen puuttuminen asuinalueelta ei oikeuta saamaan liikkumista tukevia palveluja.

Sosiaalihuollon liikkumista tukevissa palveluissa matkaoikeus on enintään kahdeksan yhdensuuntaista matkaa kuukaudessa asuinkunnan alueella. Matkan pituus voi olla korkeintaan 20 kilometriä.

Ennen palvelun myöntämistä asiakkaalle laaditaan tulo- ja varallisuusselvitys. Sotainvalidit, joiden sotilasvammalain mukainen haitta-aste on vähintään 20 %, myönnetään sosiaalihuoltolain mukainen liikkumista tukeva kuljetuspalvelu ilman tulo- ja varallisuusharkintaa.

<https://www.siunsote.fi/en/kuljetuspalvelut1>

Matkat tilataan Pohjois-Karjalan Matkojenyhdistelykeskuksesta (MYK) puh. 013 267 7000 (vuorokauden ympäri)

Turvapalvelut

Turvapalvelun avulla saat apua äkillisessä tilanteessa ympäri vuorokauden. Palvelu on tarkoitettu henkilölle, jolla sairaus tai vamma lisää esimerkiksi kaatumisriskiä tai sairauskohtauksia. Palvelun tarve ja sopivat laiteratkaisut arvioidaan ja suunnitellaan yhdessä asiakkaan ja hänen läheistensä kanssa. Palvelun käyttö edellyttää, että asiakas luovuttaa kotiavaimensa turvapalvelun käyttöön ja auttamiskäynti on järjestettävissä inhimillisen ajan puitteissa

Turvallitteiden hälytykset ohjautuvat Siun soten turvapalvelukeskukseen. Auttamiskäynnin asiakkaan kotona tekee kotihoidon henkilökunta ja Joensuun kantakaupungissa Siun soten turva-uttaja. Ilta- ja yöaikaan auttamiskäynnin taajama-alueiden ulkopuolella voi tehdä myös pelastuslaitos. Erikseen sovittaessa asiakkaan omainen voi halutessaan toimia auttajana.

Seniorineuvonta Ankkurista ja palveluohjaajilta **saat tietoa myös erilaisista asumisen vaihtoehtoista** (tuettu asuminen, palveluasuminen, perhehoito), Siun Soten vapaaehtoistoinnasta sekä seniorisaliivoroista.

Rintamaveteraanit ja sotainvalidit voivat saada Siun soten palveluiden lisäksi erityispalveluja ja etuuksia (mm. kotiin vietävät avopalvelut ja veteraanikuntoutus) valtiokonttorin ja veteraanijärjestöjen kautta. Lisäksi he saavat lakisääteisiä etuuksia Kelasta. Myös näistä palveluista antavat tietoa Seniorineuvonta Ankkuri, alueelliset palveluohjaajat ja sekä:

Valtiokonttori **puh. 029 550 3070** (ma-pe klo 9–12)

www.valtiokonttori.fi

Siun sote/veteraanikuntoutus, **puh. 013 330 7818** (rintamaveteraanit)

Pohjois-Karjalan sotaveteraanipiiri, **puh. 0400 377 055**

veteraanipiiri.pk@gmail.com

Sotainvalidien Veljesliiton Pohjois-Karjalan piiri

puh. **040 536 7537**

KELA

Enon palvelupiste on lopettanut toimintansa. Lähin KELAn piste: Koulukatu 24, 80100 Joensuu.

Avoinna ma-pe klo 10–16

Joensuun palvelupisteellä saat opastusta ja neuvontaa Kelan etuuksista. Lisäksi voit varata ajan pisteellä käyntiin tai puhelimitse asiointiin

www.kela.fi/varaa-aika tai soittaa palvelunumeroon **puh. 020 692 202** (eläkeasioiden palveluasiantuntija, ma-pe klo 9–16)

Voit hakea etuuksia ja toimittaa hakemusten liitteet myös asiointipalvelussa www.kela.fi/asiointi.

Etuuksia, joita eläkeläinen voi hakea varsinaisen eläkkeen lisäksi ovat mm. eläkkeensaajan asumistuki, eläkettä saavan hoitotuki, rintamalisä ja ylimääräinen rintamalisä sekä perustoimeentulotuki. Kelan lisäksi saat tietoa näistä etuuksista Seniorineuvonta Ankkurista, alueesi palveluohjaajalta ja gerontologisesta sosiaalityöstä.

ASIOINTILIIKENNE

Asiointiliikenne on joukkoliikennettä, joka toimii kutsutaksi-periaatteella. Matkat asiakas tilaa suoraan autoilijalta edellisenä päivänä. Kyydin voi tilata myös ajopäivän aamuna, mutta silloin kyydin saanti ei ole varmaa. Kyyti maksetaan käteisellä.

Enon ja Uimaharjun reitit:

- Uimaharju-Ahvenlahti-Ihanto-Petro-Ukkola-Uimaharju
- Luhtapohja-Kuisma-Koverovaara-Eno-Luhtapohja

Asiointiliikenteen aikataulut:

<https://jojo.joensuu.fi/noutopoika-ja-asiointiliikenne>

Kyytien tilaus: Ykköstaksi J. Nissinen **puh. 044 089 2075**

VANHUSNEUVOSTO

toimistos sihteeri Jouni Turunen **puh. 050 438 7514**

jouni.turunen@joensuu.fi

Vanhusneuvosto on kanava ikääntyneen väestön osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien varmistamiseksi. Lisätietoa toiminnasta saat yhteyshenkilöltä.

KIRJASTOPALVELUT

Enon kirjasto

Alapappilantie 6 d, 81200 Eno

puh. 050 469 8722 (asiakaspalvelu)

enonkirjasto@joensuu.fi

<https://vaara.finna.fi>

Uimaharjun kirjasto

Honkajoentie 2, 81280 Uimaharju

puh. 050 311 9154 (asiakaspalvelu)

uimaharjunkirjasto@joensuu.fi

<https://vaara.finna.fi/OrganisationInfo/Home#85348>

Kirjastoissa mm: lukusalit, tietokoneet ja langaton verkko, kopiokone, tulostin ja skanneri käytössä. Osa aukioloajoista omatoimiaikaa.

Lisätietoja aukioloajoista ja palveluista henkilökunnalta, puhelimitse ja nettisivuilta.

Kirjastoauto Runo-Antti (Kontiolahti ja Eno)

Puutarhatie 5, 81100 Kontiolahti

auto puh. **0500 183 016** ja työhuone puh. **050 018 3016**

kirjastoauto.kontiolahti@joensuu.fi

<https://vaara.finna.fi>

Tietoa ajoreiteistä ja aikataulusta henkilökunnalta, puhelimitse ja nettisivuilta.

JÄRJESTÖJEN TOIMINTA

Järjestöt ylläpitävät Enossa mm. kohtaamispaikkatoimintaa, järjestävät kaikille avoimia ryhmiä ja tapahtumia sekä organisoivat ruoka-apua.

ELÄKELIITON ENON YHDISTYS

puheenjohtaja Martti Elonen Vanhakaltimontie 51, 81200 Eno

puh. 050 524 6146

ritvaa.elonen@gmail.com

Eläkeliiton Enon yhdistys järjestää monenlaista toimintaa ikäihmisille.

Enon kerho

Palvelutalo Kotirannassa (Välskärintie 9) ma klo 13 (parittomat viikot)

Käsityökerho

Osallistujien kodeissa ma klo 13 (parilliset viikot) Lisätietoja: **puh. 050 360 7869** (Ritva), **050 585 0475** (Irma)

Lentopallovuoro

Urheiluhallilla (Purokyläntie 9) ti klo 15

Huom! Koronan vaikutukset toimintaan.

ENON 4H-YHDISTYS

Niskantie 23, 81200 ENO

toiminnanjohtaja Rico Mutanen, **puh. 0500 168 801**, enon@4h.fi

Nuorten yritystoiminta

Nuorten yritystoiminnan kautta voit kysyä apua mm. siivoukseen ja pihatöihin.

Enon ekokeskus

Niskantie 23, 81200 Joensuu

puh. 050 439 7893

Ekokeskukselta teet edullisia löytöjä! Jaamme myös ympäristötietoa ja annamme kierrätykseen ja lajitteluun liittyvää koulutusta ja neuvontaa. Meille voit tuoda kiertoon ehjät, puhtaat ja käyttökelpoiset vaatteet ja tavarat.

Huonekaluja emme vastaanota, mutta halutessanne voit ottaa yhteyttä ja voimme toimia välittäjänä. Meiltä saa myös kuljetuspalvelua tai voit vuokrata peräkärryn käyttöösi edulliseen (10 €/vrk) hintaan.

Tulethan ostoksille tai tuomaan tavaraa vain kun olet täysin terve. Voit halutessasi soittaa etukäteen ja ilmoittaa tulostasi **puh. 013 761 600**, niin otamme tavaran vastaan ulkona.

ENON AA-RYHMÄ

Kunnantie 3 C 20, kerhuhuone, 81200 Eno
(pysäköinti kunnanviraston parkkialueelle)

Enon AA-ryhmä ke klo 19

Enon Pisara AA-ryhmä su klo 14

Auttava puhelin **013 123 121** (varmimmin klo 8–23)

AA on miesten ja naisten toveriseura, jossa he jakavat keskenään kokemuksensa, voimansa ja toivonsa voidakseen ratkaista yhteisen ongelmansa sekä auttaakseen toisia tervehtymään alkoholismista. Ainoa jäseneksi pääsyn vaatimus on halu lopettaa juominen.

AA-kokousten perustana toimii kahdentoista askeleen toipumisohjelma.

AA ei ole liittoutunut minkään aatteellisen, uskonnollisen tai poliittisen suuntauksen, järjestön tai laitoksen kanssa. AA ei myöskään halua ottaa kantaa mihinkään kiistakysymykseen eikä asettua enempää puolustamaan kuin vastustamaan mitään.

AA:ssa ei ole mitään velvoitteita eikä jäsenmaksuja. Toimimme omavaraisina omien vapaaehtoisten avustusten pohjalla.

Ainoa päämäärämme on pysyä raittiina ja auttaa toisia alkoholisteja saavuttamaan raittius.

ENON AIVOHALVAUS- JA AFASIAKERHO

Kokoontuu Palvelutalo Kotirannassa (Välskärintie 9, 81200 ENO)

Yhteyshenkilö:

Sirkka Rätty, Kanavantie 7 B 15, 81200 Eno, **puh. 050 409 8394**

Alueen tukihenkilö:

Ari Huurinainen, puh. 044 994 1890

ENON HENGITYSYHDISTYS

Eila Kärkkäinen Hankalammintie 5, 81280 Uimaharju

puh. 0400 772 326

eila.karkkainen1@gmail.com

<http://www.hengitysyhdistys.fi/eno>

Enon Hengitysyhdistys on Hengityслиiton paikallisyhdistys. Yhdistyksemme toiminta-alueena ovat Enon ja Uimaharjun taajamat. Yhdistyksemme toimii hengityssairaiden ja heidän läheistensä palvelu-, tuki- ja edunvalvontajärjestönä Enon alueella. Yhdistyksemme tarkoituksena on edistää hengitysterveyttä ja hengityssairaan hyvää elämää.

Järjestämme jäsenillemme kylpylämatkoja, tuettuja lomia, teatteriretkiä, liikuntaa ja luentotilaisuuksia. Teemme myös kylpylä- ja teatterimatkoja. Kauttamme saa vertaistukea, jota hoidetaan mm. askarteluryhmässä sekä luennoilla. Teemme yhteistyötä eri tahojen kanssa.

Liittymällä hengitysyhdistyksen jäseneksi saat monenlaisia etuja. Pääset osallistumaan mm. neljään ilmaiseen verkkojumppaan. Jumbat järjestetään reaaliaikaisesti internetin välityksellä.

Yhdistykseen voit liittyä:

<https://kilta.hengitysliitto.fi/helikotisivut/liittymislomake.aspx>

ENON LATU

puheenjohtaja Ari Räsänen, Neulastie 2 C 14, 81280 Joensuu

puh. 040 760 1474, arirasanen61@gmail.com

<http://enonlatu.blogspot.com>

Yhdistyksen toiminnan tarkoituksena on liikuttaa ihmisiä vauvasta vaariin. Toiminnan painopiste on ulkoilussa, joskaan sisäliikunta ei ole poissuljettua. Järjestämme vuosittain mm. haastehiihdon, patikka- ja pyöräilyretkiä, muita aktiviteetteja sekä sytytämme joulutulet.

Kiinnostuitko toiminnastamme - haluatko jäseneksi?

Ota yhteys sihteeri Lilja Keräseen, **puh. 050 3229 379**,

lilja.keranen@gmail.com

<https://liity.suomenlatu.fi/enon-latu-ry>

ENON LINTUKERHO

Epävirallinen kerhoisäntä Tapsa Piipponen

puh. 050 341 8254

Enon lintukerho kokoontuu joka toinen ti, klo 12 Hyvänmielen Tuvalla (Niskantie 17). Kerhoa ovat olleet kehittelemässä lähinnä seniori-ikäiset henkilöt, ja sen vuoksi ryhmä kokoontuu pääasiassa päiväsaikaan. Otamme mielellämme vastaan myös ulkopuolisia esitelmän pitäjiä esim. lintujen elintapoihin, lintukantoihin ja suojeluun liittyen.

Tervetuloa kerhoomme!

ENON LUONNONYSTÄVÄT

varapuheenjohtaja Anna Lehtinen

puh. 050 336 5531, anna.lehtinen@icloud.com

sihteeri Päivi Armila, paivi.armila@uef.fi

<https://web.sll.fi/pohjois-karjala/eno>

Enon luonnonystävät ry. on Suomen luonnonsuojeluliiton paikallisyhdistys. Teemme retkiä, järjestämme yleisötilaisuuksia, kuten laavuluentoja ja keskustelutilaisuuksia, otamme kantaa Enon alueen ympäristöä koskevaan kaavoitukseen ja muuhun päätöksentekoon. Tervetuloa tutustumaan toimintaamme!

ENON MARTTAYHDISTYS

puheenjohtaja Asta Lappalainen

puh. 050 353 9817

asta.lappa@hotmail.com

enonmartat@gmail.com

Martat kokoontuvat kuukausittain marttilaisuuksiin, joissa asiantuntijaluentoja. Lisäksi järjestetään kursseja eri aiheista, ulkoilupäiviä, retkiä ja osallistutaan Ahvenisen Punaisen tuvan, Joensuussa piirin Marttakahvion ja Enossa torikahvion toimintaan.

Marttilaisuudet Palvelupisteen valtuustosalissa (Kunnantie 2) erikseen ilmoitetusti.

Seniorialivuoro ma klo 17–18.30 (Enontie 52, terveysaseman alakerta) Rajoitusten aikaan 8 hengen ryhmässä. HUOM! Seniorisali suljettu toistaiseksi.

Marttojen jäsenkortilla alennuksia Enossa: Enon Kukkakauppa Rimpiläinen - 10 % ja Rautanet Vinni -10%.

Tule mukaan hyödylliseen ja virkistävään toimintaamme!

ENON SYDÄNYHDISTYS

puheenjohtaja Anneli Keronen

puh. 045 891 5679

Vainiontie 7, 81200 ENO

www.sydanliitto.fi/eno

Teemme sydäntyötä kaikkien enolaisten hyväksi! Toimintamme tavoitteena on sydän- ja verisuoniterveyden edistäminen, sairastuneiden henkilöiden itsehoitoon ja kuntoutuksen kehittäminen sekä omaisten tukeminen. Yhdistyksemme tarjoaa jäsenilleen mahdollisuuden aktiiviseen toimintaan osallistumiseen, yhdessäoloon ja virkistäytymiseen. Järjestämme erilaisia liikuntatapahtumia, luentoja, neuvontatilaisuuksia ja virkistystoimintaa. Sydänyhdistyksessä sinulla on mahdollisuus osallistua vapaaehtoistoimintaan ja tuottaa näin iloa itsellesi ja muille.

Kuntosalivuorot Seniorisalilla (Enontie 52, terveysaseman alakerta) to klo 15–16.30 ja Uimaharjun kuntosalilla maanantaisin klo 9.30–11.00 (tarkoitettu yhdistyksen jäsenille ja puolisoille). Yhteyshenkilö Anneli Keronen, **puh. 045 891 5679**.

Allasjumppa Palvelutalo Kotirannassa (Välskärintie 9) ke klo 17.30.
Huom! Liikuntavuorot koronatilanteen mukaan.

Yhdistyksellämme on koulutettu vertaistukihenkilö:

Asko Tolonen, **puh. 040 518 3613**, astolone@saunalahti.fi

Vertaistukihenkilö toimii kuuntelijana, kokemusten jakajana, rohkaisija ja tiedonvälittäjänä.

Enon Sydänyhdistyksen jäsenenä olet oikeutettu Sydänliiton monipuolisiin jäsenetuihin. Lisäksi saat viisi kertaa vuodessa ilmestyvän Sydän-lehden. Jäseneksi voit liittyä: <https://sydanliitto.fi/eno/liity-jaseneksi-198>

ENON SÄIHKE

Pamilontie 113, 81280 UIMAHARJU

puh. 050 496 3028 (soittoaika: ma-pe klo 17–20)

enon.saihke@outlook.com

<http://www.itainentiimi.fi/saihke/yhdistys.php>

Saihke on Mielenterveyden keskusliiton ja Itäinen tiimi ry:n jäsen.

Yhdistyksen toiminnan tavoitteena on korjata ihmisten asenteita psyykkisiä ongelmia kohtaan, edistää mielenterveyttä ja lisätä itseluottamusta sekä

tukea psyykkisesti sairastuneita, mielenterveysongelmista kärsiviä ja mielenterveyskuntoutujia.

Toimintaamme kuuluu jäsenkokoontumiset erilaisin teemoin, vertaistukiryhmä, luontoretket, mielenterveysviikon tapahtumat sekä koulutuksista, kuntoutus- ja muista kursseista, matkailusta ja virkistystoiminnasta tiedottaminen.

Yhdistyksen jäsenille tulee Revanssi-lehti ja meillä on lainattavana kirjoja ja VHS- kasetteja.

Liikuntapiiri Uimaharjussa ma klo 10.30, jolloin lähdemme patikoimaan R-kioskin edestä (Harjunraitti 17).

Kasarin kerho Uimaharjussa parillisten viikkojen ma klo 13 Kasarilla (Harjunraitti 18).

Keskustelukerho Enossa parillisten viikkojen ti klo 13 Palvelutalo Kotirannan takkahuoneessa Välskärintie 9, 81200 Eno

ENON VANHUSTEN TUKI

Palvelutalo Kotiranta

Välskärintie 9, 81200 Eno

puh. **050 341 5684** (toiminnanjohtaja)

paula.hyytiainen@palvelutalokotiranta.fi

puh. **013 784 1201** (toimisto)

palvelutalo@palvelutalokotiranta.fi

Enon Vanhusten Tuki

Yhdistys on yleishyödyllinen yhdistys. Tarkoituksena on toimia vanhusten sosiaalisen aseman ja hoitomahdollisuuksien parantamiseksi sekä heidän henkisen ja terveydellisen kuntonsa ylläpitämiseksi. Yhdistyksen toimialueena on Joensuu kaupunki ympäristöineen.

Yhteystiedot:

puheenjohtaja Marjatta Piitulainen Neulastie 2 E 26, 81280 Uimaharju

puh. 050 307 3391

Asuminen

Palvelutalo Kotiranta on osa Enon Vanhusten Tuki ry:n toimintaa. Kotiranta tarjoaa asunnon sekä erilaisia tukipalveluja ikääntyville, vammaisille ja pitkäaikaissairaille. Palvelutalo on omatoimisuutta, yksilöllisyyttä ja itsenäisyyttä tukeva kodinomainen asuinyhteisö, joka tarjoaa ympärivuorokautista hoitoa. Palvelutaloon voit hakea asumaan:

<http://palvelutalokotiranta.fi/wp-content/uploads/2020/05/Asuntohakemus.doc>

Ruokala ja kahviotoiminta

Lounas päivittäin klo 11.30–13

Tuoreet pullakahvit klo 8–16

Sauna ja allasosasto

Saunat naisille ja miehille, terapia-allas, jossa hierontapisteet sekä nostolaite liikuntarajoitteisille. Talvisin avanto. Allasosaston aikataulut ja hinnat:

<http://palvelutalokotiranta.fi/uintivuorot/>

<http://palvelutalokotiranta.fi/uintilippujen-hinnat/>

Koulutus- ja kokoustilojen vuokraus ja pitopalvelu

Kokoukset, syntymäpäivät, häät, lakkiaiset, rippijuhlat, kaste- ja nimiäistilaisuudet ym. tilaisuudet.

Pyykki- ja vaatehuolto

Itsepalveluna pieniä määriä

Muu toiminta:

Kioski palvelee joka päivä klo 8–20

Jalkahoito- ja hierontapalvelut puh. 013 784 1201

Myynnissä myös lahjakortteja

Huom! Koronatilanteesta johtuen ruokala, kahvio, tilojen vuokraus ym. suljettu ulkopuolisilta toistaiseksi

JOENSUUN SETLEMENTTI / ELÄKEIKÄISTEN TOIMINTA

Enon eläkeikäisten kohtaamispaikka to klo 13–15 Kunnantalolla, 3. krs.
(Kunnantie 2)

Uimaharjun eläkeikäisten kohtaamispaikka to klo 10–12.30 Nuorisotilassa
(Honkajoentie 2)

Enon ja Uimaharjun ryhmien teemat toteutetaan kävijöiden toiveiden pohjalta. Keväälle on luvassa vierailijoita ja monipuolista ohjelmaa. Ajatuksena on tukea kokonaisvaltaista hyvinvointia mukavalla toiminnalla ja yhdessä ololla! Toimintaan voi tulla tapaamaan muita ihmisiä, juomaan kahvit tai vaikka vain oleskelemaan. Toimintaan osallistuminen on kaikille avointa ja maksutonta.

Vallitsevan tilanteen takia emme järjestä senioritoimintaa toistaiseksi. Korvaavina toimina mm. kirjepostia, kahittelua etäyhteyksin ja eri teemoilla, sekä WhatsApp-ryhmä. Lisäksi alamme kouluttaa vapaaehtoisia kirje- ja puhelinkavereita. Jos haluat mukaan WhatsApp-ryhmään tai muuhun toimintaan, ota yhteyttä senioritiimiin!

projektikoordinaattori Sara Lind

puh. 040 767 2088

sara.lind@setlementtijoensuu.fi

projektityöntekijä Riitta Koivula

puh. 040 767 2162

riitta.koivula@setlementtijoensuu.fi

JOENSUUN SEUDUN OMAISHOITAJAT

Kirkkokatu 16 C 34, 80100 Joensuu

toimisto, **puh. 050 528 3909**

toiminnanjohtaja, **puh. 050 528 39 09**

toimisto@jnss-omaishoitajat.fi

<https://joensuunseudunomaishoitajat.fi>

Joensuun seudun omaishoitajat on omaishoidon asiantuntija ja vaikuttaja. Autamme läheisistään huolehtivia henkilöitä jaksamaan paremmin arjessaan ja huolehtimaan hyvinvoinnistaan. Tarjoamme tietoa, tukea ja kehitämme toimintaa yhdessä omaishoitajien kanssa Joensuun seudulla

Järjestämme erilaisia valmennus- ja vertaisryhmätoimintaa, matkoja, retkiä, tapahtumia ja vapaaehtoistoimintaa omaishoitajille ja omaishoitoperheille sekä jäsenille suunnattua toimintaa. Lisäksi mm. omaishoitajien asiakasraateja yhteistyössä Siun soten omaishoidon kanssa sekä infoja ja seminaareja. Mm. yhdistyksen OmaisOiva-toiminta ja Ovet-valmennus on kaikille avointa.

Enon omaishoitajien kuntosalivuoro

Ti klo 13–14.30, Seniorisalilla (Enontie 52)

Lisätiedot: Sirpa Romppainen, **puh. 044 576 7495**

Huom! Seniorisali suljettu toistaiseksi koronan takia.

Toimintaan ovat tervetulleita kaikenikäiset, erilaisissa omaishoitotilanteissa olevat omaiset. **Osallistuminen ei edellytä omaishoidon tuen saamista.**

KULTTUURIYHDISTYS LOUHI

Louhitalo

Heintie 16, 81200 Eno

Puheenjohtaja Tuula Tirronen

Puh. 045 314 7113

louhitalo@gmail.com

Louhiteatterin varaukset:

louhiteatteri@gmail.com tai **puh. 045 7845 034**

Yhdistyksen toiminnan tarkoituksena on vaalia paikallista kulttuuria ja lisätä yhteisöllistä toimintaa. Yhdistys järjestää erilaisia taidenäyttelyitä, kursseja, koulutuksia sekä kulttuuritapahtumia. Myös Louhiteatteri toimii aktiivisesti.

Yhdistyksen Louhitalo sopii erinomaisesti juhlien, yleisötapahtumien, koulutusten sekä kurssien pitopaikaksi. Louhitalossa olemme tottuneet tekemään yhdessä asioita. Tervetuloa mukaan!

PAREMPI ARKI

Kauppatie 4, 81200 Eno

toiminnanohjaaja Anna-Liisa Pieviläinen puh: **050 493 6352**

toimipiste **puh. 044 555 2508**

parempiarkitj@gmail.com

parempiarkiry@gmail.com

Toimintamme painottuu aitoon lähimmäisen kohtaamiseen ja siihen, että jokaisella on mahdollisuus auttaa ja tehdä hyvää omilla voimavaroillaan.

Avoinna (toistaiseksi):

ma, ti, pe suljettu

ke-to 9.30–14 ja 15–16.30

Kahvio toistaiseksi suljettu!

Lisäksi:

- **rukous- ja raamattupiiri**
- **käsityöryhmä**
- **EU-ruokajakelua erikseen ilmoitetusti**
- **Tiloissa pieni käsityöpuoti ja hengellinen kirjasto**

Tapahtumaehdotukset, yhteistyö, ideallat paikkakunnan asukkaiden hyväksi tarpeellisia; ilmoita ideasi, tehdään siitä yhdessä totta!

Kirpputori (Kauppatie 3) ke-pe klo 9.30–13

Seuraa ilmoitteluumme mm. Pielisjokiseudussa, Karjalan Heilissä, Karjalaisessa, paikallisradiossa, nettisivuilla ja Facebookissa viikoittain!

PAUKKAJAN TEATTERIYHDISTYS

Silkuntie 580, Joensuu

Lippuvaraukset ja tiedustelut: **puh. 045 261 2862** (esityskaudella mieluiten 10–17) tai

paukkajanteatteri@gmail.com (esityskauden ulkopuolella yhteydenotot varmimmin sähköpostitse)

<http://www.paukkajanteatteri.com/index.html>

Yhdistyksen toiminnan tarkoituksena on kesäteatteritoiminta. Esitykset Ahvenisen Punaisella Talolla (Ahvenisentie 1441, 81260 Ahveninen)

POHJOIS-KARJALAN MUISTI

Rantakatu 23 A 2. krs, 80100 Joensuu

toiminnanjohtaja Leena Knuuttila puh. 050 400 6194

leena.knuuttila@pkmuistiry.fi

www.pkmustiry.fi

Toimimme sen puolesta, että muistisairaalla ja hänen perheellään olisi mahdollisuus vaikuttaa ja osallistua täysvaltaisena jäsenenä omassa toimintaympäristössään.

Vertaistukea voi saada erilaisissa Muistiluotsin työntekijöiden ohjaamissa ryhmissä ja toiminnassa itse muistisairauteen sairastuneena, omaisena ja heitä kohtaavana työntekijänä. Vapaaehtoistyötä voi tehdä itselle sopivalla tavalla työntekijöiden kumppanina.

Ovatko muistiasiat ajankohtaisia, sinulla tai perheessäsi? Ota yhteyttä! Katsotaan yhdessä, miten voimme sinua auttaa. Samalla voimme miettiä, mikä vertaisryhmä tai toiminta saattaisi olla sopiva.

POHJOIS-KARJALAN SYÖPÄYHDISTYKSEN ENON OSASTO

puheenjohtaja, Sirpa Romppanen, **puh. 044 576 7495**

www.pohjois-karjalansyopayhdistys.fi/paikallisosastot

Enon osaston tehtävänä on toimia yhteistyössä Pohjois-Karjalan syöpäyhdistyksen kanssa alueen syöpäpotilaiden yhteen saattamiseksi, tukea syöpään sairastuneita ja heidän läheisiään, tiedottaa yhdistyksen ja osaston toiminnasta, aktivoida jäseniä toimintaan sekä hankkia uusia jäseniä.

Enon osasto kokoontuu noin kerran kuukaudessa. Järjestämme virkistystoimintaa, myyjäisiä, arpajaisia ja kesätorikahviotoimintaa.

Haluatko auttaa syöpään sairastunutta ja hänen läheistään muuttuneessa elämäntilanteessa? Enon seudulle kaivataan vertaistukitukihenkilöitä. Tarjoamme merkityksellistä sisältöä vapaa-aikaan ja mukavan porukan, jossa voit toimia yhdessä ammattilaisten ja toisten vapaaehtoisten kanssa. Taustatukenesi on asiantunteva järjestö, jossa saat tehtäväsi koulutuksen sekä tukea ja ohjausta työntekijöiltä.

Lisätietoja:

sairaanhoitaja Salla-Maaria Martikainen

puh. 050 362 2915 tai **013 227 600** (toimisto)

salla-maaria.martikainen@pohjois-karjalansyopayhdistys.fi

Seuraa Pielisjokiseudun ja Karjalaisen järjestöpalstaa sekä ilmoitustauluja, joissa ilmoitamme tarkempia ajankohtia tapahtumistamme. Löydät meidät myös Facebookista www.facebook.com/pohjoiskarjalansyopayhdistys ja Instagramista nimimerkillä **pkpsyry**.

POHJOIS-KARJALAN SOSIAALITURVAYHDISTYS/VELMU-TOIMINTA

Arvoisa mies! Kaipaanko vaihtelua arkeen?

Kaltimon Velmut

Hyvänmielen Tuvalla (Niskantie 17, Eno)
joka toinen ke (parittomat viikot) klo 11–13

Vapaamuotoista yhdessäoloa, pientä purtavaa ja juttuseuraa. Muuta toimintaa ja tekemistä sen mukaan mitä yhdessä keksitään.

Velmujen työntekijän ja vertaismiehet voit myös tavata jutustelemassa vaikkapa kadunkulmassa tai muualla, missä ihmiset arjessaan liikkuvat. Toiminnan kautta on mahdollisuus myös yksilölliseen tukeen, apuun ja kotikäynteihin. Toimintaan osallistuminen on maksutonta, eikä se vaadi sitoutumista. Voit osallistua elämäntilanteesi ja kiinnostuksesi mukaan.

Tervetuloa, Sinnuu ootetaan!

Toiminnan järjestämisestä vastaa Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistyksen ARMI-hanke (arjen yhteisöllisyys mielen hyvinvoinnin tukena). Toimintaa rahoittaa Sosiaali- ja terveysministeriö.

Voit kysyä asiasta lisää:

Katja Hämäläinen-Puhakka
yhteisökehittäjä
ARMI-hanke
Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry

puh. 044 033 0507

katja.hamalainen-puhakka@pksotu

www.pksotu

TAIDEKARTTA RY

Helena Vartiainen

puh. 050 546 3793

helenavartiainen@gmail.com

<http://www.enontaidekartta.fi/fi>

Yhdistyksen pääasiallinen toimiala on kuvataide sen kaikissa muodoissaan. Yhdistys järjestää vuosittain Taidekartta-näyttelyitä eri puolilla maakuntaa, muualla Suomessa ja ulkomailla. Se pyrkii edistämään erityisesti maaseudulla asuvien kuvataiteilijoiden toimintamahdollisuuksia ja taiteilijoiden kaikkinaista yhteistoimintaa ja taiteen tasoa yhdistyksen kotipaikkakunnalla.

UIMAHARJUN ELÄKELÄISET

Laurintie 5, Uimaharju

puh. 040 594 7586

laurintieuh@netti.fi

Yritämme tavoittaa mahdollisemman monta eläkeläistä yhdistystoimintaan, jotta välttyttäisiin syrjäytymiseltä ja pysyttäisiin henkisesti virkeänä. Tavoitteemme ikäihmisille on kädentaitojen ylläpitäminen ja yleiskunnon kehittäminen.

Maanantaisin miehet tekevät katiskoja, naiset neulovat ja askartelevat monenlaisia tuotteita. Keskiviikkoisin on kuntosalivuoro Urheilukeskuksessa. Teemme tanssimatkoja, järjestämme monenlaisia tapahtumia ja retkiä ja osallistumme eläkeläisten kesätapahtumiin sekä aluejärjestön kesäkalakisoihin vuosittain. Kustannamme jäsenillemme erilaisia kursseja tarpeen vaatiessa.

UIMAHARJUN ELÄKKEENSAAJAT

puheenjohtaja Matti Mehtonen

puh. 040 544 9816

matti.mehtonen1@gmail.com

Kuulumme valtakunnalliseen Eläkkeensaajien keskusliittoon, jonka toiminnan tarkoituksena on eläkkeensaajien edunvalvonta. Paikallisesti yhdistyksen tavoitteisiin kuuluu eläkeläisten henkisen ja fyysisen toimintakyvyn ylläpito, erilaisin toiminnoin: liikunnan, kerhojen, retkien ja yhdessäolon keinoin. Meillä käy myös asiantuntijavieraita opastamassa mm. ravinto- ja terveysasioissa sekä muista ajankohtaisista asioista. Lisäksi erilaisiin tietotekniikan osa-alueisiin tutustuminen tulevaisuudessa on yhä tärkeämpää.

Tule mukaan toimintaamme!

UIMAHARJUN KASARI

Harjunraitti 18, 81280 Uimaharju

puh. 044 937 2284

uimaharjunkasariry@gmail.com

Kaikille avoimessa kohtaamispaikassa on mahdollisuus ruokailla, kahvitella, tavata ihmisiä ja osallistua toimintaan. Ke ja pe klo 11–13 valmistetaan ruokaa myytäväksi. Myynnillä katetaan talon kulut. Toiminta toteutetaan vapaaehtoisvoimin. Tiloissa on mahdollista järjestää myös pienimuotoisia juhlatilaisuuksia.

VERÄJÄ

Auli Suvanto, Tornitie 3, 81200

puh. 044 334 9772

veraja01@gmail.com

<https://sites.google.com/site/veraja01/Etusivu>

Veräjä ry. on kristillisen kulttuurin yhdistys. Se tarjoaa Enon alueen asukkaille mahdollisuuden harrastaa musiikkia, ilmaisutaitoa, bändisoittoa ja kuorossa laulamista omalla paikkakunnalla asiantuntevassa ja innostavassa ohjauksessa.

Veräjän toimintaan ovat tervetulleita kaikki: lapset, nuoret, työikäiset ja eläkeikäiset, vasta-alkajat ja kokeneet harrastajat. Mukana on myös kokonaisia perheitä, mikä tekee toiminnasta ainutlaatuisella tavalla sukupolvia yhdistävää.

ASUKAS- JA KYLÄYHDISTYKSET

Kyläyhdistyksen järjestävät monipuolista toimintaa. Osalla yhdistyksissä on käytössään myös oma kokoontumistila/kylätalo. Lisätietoa saat ottamalla yhteyttä paikalliseen yhteyshenkilöön. Monet yhdistyksistä löydät myös Facebookista.

Joensuun Kylät

Kauppakatu 23b A 8, 3 krs, 80100 Joensuu,

puh. 040 104 3215

timo.posti@kolumbus.fi

<https://www.jelli.fi/toimija/joensuun-kylat-ry>

Joensuun Kylät ry. on perustettu Joensuun liitoskuntien (Eno, Kiihtelysvaara, Tuupovaara ja Pyhäselkä) alueelle. Yhdistys huolehtii, että kylien asiat tulevat huomioituksi kaupungin päätöksenteossa sekä aktivoi niitä itsenäiseen toimintaan kylien parhaaksi. Tavoitteena on kantakaupungin ja kaupungin maaseutualueiden vuorovaikutuksen lisääminen.

Yhdistys järjestää yhdessä kylien kanssa erilaisia tilaisuuksia ja tapahtumia. Se tukee kylätoimijoita ja auttaa hankkimaan rahoitusta kylien investointeihin.

Eno-seura

Voimalaitoksentie 70, 81200 Eno

puh. 040 741 44 11

enoseura@gmail.com

<https://www.enoseura.fi/>

Puoluepoliittisesti sitoutumattoman Eno-Seuran toimialueena on entinen Enon kunnan alue. Pääperiaatteisiin kuuluu kokonaisvaltaisen kotiseututyön tekeminen alueen parhaaksi paikalliskulttuurin, ympäristönsuojelun, maisemanhoidon ja matkailun aloilla sekä asukkaiden ja eri yhteisöjen yhdyssiteenä toimiminen. Yksi seuran näkyvistä toimintamuodoista on mm. museon ja sen alueen ylläpitäminen sekä kunnostaminen.

Enon kyläyhdistys

puheenjohtaja Sirkku Klemm
c/o Korpilaiduntie 9, 81200 Eno
puh. 046 521 3917
enoposti@gmail.com
<https://kylat.fi/k/239/enon-kirkonkyla>

Karhunsalon kyläyhdistys

Heinäsuontie 110, 81200 Eno
puh. 050 594 9184
kylayhdistys@karhunsalo.net
<http://karhunsalo.net/>

Ahvenisen kyläyhdistys

puheenjohtaja Hannu Lappalainen
Ahvenisentie 1441, 81260 Ahveninen
puh. 0500 168 370
<http://www.ahvenisenkyla.fi/>

Ahvenisen Punainen talo

Ahvenisentie 1431, 81260 Joensuu
puh. 050 401 6702 (kesällä)
Kahvio, käsityömyymälä, kirpputori, museo ja taidenäyttely sekä kesäteatteri. Avoinna kesäkuun lopusta elokuun alkuun

Herajärven kyläyhdistys

puheenjohtaja Eeva Rätty, Herajärven kylätie 17, 82730 Tuupovaara

puh. 050 540 7837

eraty03@gmail.com

Louhiojan kyläyhdistys

sihteeri Anni Rannikko, Heintie 16, 81210 Louhioja

anni.a.rannikko@gmail.com, anni.rannikko@uef.fi

<http://louhioja.net/>

Jäsenhakemuksen voit lähettää osoitteeseen: Seija Antikainen Pielistie 1, 81210 Louhioja

Kuisma-Majoinvaaran kyläyhdistys

puheenjohtaja Martta Lappalainen, Majoinvaarantie 161, 81320

Kuismavaara, **puh. 0440 763 570**

martta.lappalainen@luukku.com

<https://kylat.fi/k/21/kuisma-majoinvaara>

Luhtapohja-Palovaara kylätoimikunta

puheenjohtaja Martti Tietäväinen, Simanantie 71, 81330 Luhtapohja

puh. 044 3833 502

<https://kylat.fi/k/24/luhtapohja-palovaara>

Pamilon kyläyhdistys

Puheenjohtaja/kylätalovastaava Jouni Heikura Savivaarantie 91, 81280

Uimaharju, **puh. 0500 278 706** mottiky@pp.nic.fi

<https://kylat.fi/k/28/pamilon-kylat-siikavaara-savivaara-pahkavaara>

Paukkajan kyläyhdistys

puheenjohtaja Irene Sarkkinen, Myllypellontie 30, 81270 Paukkaja

puh. 050 3024 989

irene.sarkkinen@gmail.com

<https://kylat.fi/k/25/paukkaja>

Revonkylän kyläyhdistys

puheenjohtaja Suvi Mykkänen, Revonkyläntie 1053, 81390 Revonkylä

revonkyla@gmail.com

www.revonkyla.webnode.fi

Ukkolan kyläyhdistys

varapuheenjohtaja, kylätalovastaava Pekka Vanninen

puh. 041 466 1137, pekka.vanninen@gmail.com

<https://kylat.fi/k/30/ukkola>

Kuusijärven kylätoimikunta

puheenjohtaja Pauli Laukkanen, Kuusijärventie 1654, 81200 Eno

puh. 041 4346 801

<https://kylat.fi/k/22/kuusijarvi>

Uimaharjun taajamayhdistys

puheenjohtaja Satu Kuivalainen, Vatatie 23, 81280 Uimaharju

puh. 050 407 7798

satu.kuivalainen@telemail.fi

<http://www.uimaharju.fi>

Ukkolan kyläyhdistys

Rukavedentie 7, 81290 Ukkola

Sarvinki-Pirttivaara

Sarvinki-Pirttivaara Nuorisoseura

puheenjohtaja Tuula Kuronen, Sarvingintie 1441, 81360 Sarvinki

puh. 050 540 0792

<https://kylat.fi/k/27/sarvinki-pirttivaara>

SEURAKUNNAT

Seurakuntien tilat toimivat Enossa monin tavoin kohtaamispaikkoina. Seurakunnat järjestävät myös ryhmätoimintaa, tapahtumia ja retkiä sekä organisoivat diakoniatyötä ja ruoka-apua.

ENON SEURAKUNTA

Keskeiset toimipisteet:

Enon kirkko, Enontie 28

Enon srk-talo, Yläpappilantie 1 (tällä hetkellä uusi rakenteilla)

Uimaharjun seurakuntatalo, Keskustie 5

Toimintakeskus Hyvänmielen Tupa, Niskantie 17

Murikan maja, Murikantie 113

Enon siunauskappeli, Kirkkotie 12, 81200 Eno

Huom! Koronan vuoksi tiloissamme on kävijämäärärajoituksia. Seuraa ilmoittelua.

Seurakunnantoimisto (ma-pe klo 9–12)

Kunnantie 2, 81200 Eno

puh. 013 2635 601

enon.seurakunta@evl.fi

sähköpostiosoitteet: etunimi.sukunimi@evl.fi

<https://www.joensuunseurakunnat.fi/enon-seurakunta>

Huom! Asiointi tällä hetkellä vain soittamalla tai lähettämällä sähköpostia.

Seurakunnantoimistossa voi hoitaa mm. kirkollisista toimituksista sopimisen, pappien, kanttorien ja toimitilojen varaukset sekä ilmoittautua leireille, retkille ym.

Kirkkoherra Armi Rautavuori, **puh. 040 0160 535**

Seurakuntasihteeri Milla Suhonen, **puh. 013 2635 6011**

Sukuselvitys- ja virkatodistustilaukset hoidetaan keskusrekisteristä,
puh. 013 2635 301, 013 2635 302, 013 2635 305 tai
keskusrekisteri.joensuu@evl.fi

Huom! Palvelemme toistaiseksi vain etänä. Puhelinaika ma-pe klo 9–12.

Diakoniatyö

Pappi Markku Koistinen

puh. 040 824 9319

markku.koistinen@evl.fi

Diakonissa Sari Korhonen

puh. 040 0490 598

sari.j.korhonen@evl.fi

Puhelintunti/päivystys ma, ke klo 9–11

Vastaanotto Enon palvelupisteellä (Kunnantie 2)

Myös EU- ja lahjoitusruokaa voi tiedustella diakonissalta. (diakoniatomisto suljettu heinäkuun alusta elokuun alkuun)

Diakoniassa ei kysytä kirkon jäsenyyttä, vaan avun tarvetta. Tarvittaessa ohjaamme muun avun piiriin. Henkilökohtaisen tapaamisajan voi sopia joko toimistolle tai kotiin. Päivystysaikoina vastaanotolle voi tulla myös ilman ajanvarausta. Kädyt keskustelut ovat luottamuksellisia.

Taloudellista avustusta haettaessa on tarpeen ottaa mukaan tositteet tuloista ja menoista sekä mahdollinen toimeentulotukipäätös. Avustukset ovat kertaluontoisia ja tarkoitettu lähinnä elämän kriisien aiheuttamien taloudellisten vaikeuksien helpottamiseen.

Messut

Enon kirkossa su klo 10, lukuun ottamatta talviaikaa, jolloin messuja pidetään Enon palvelupisteellä (Kunnantie 2)

Ryhmätoiminta

(Hyvän Mielen Tuvalla, Niskantie 17)

Uutta seurakuntataloa odotellessa iso osa Enon seurakunnan toiminnoista ja kerhoista on siirtynyt Hyvän Mielen Tuvalle (mm. hartaushetket, raamattupiirit ja laulutilaisuudet). Tilaan mahtuu noin 40 henkeä ja sitä voi vuokrata myös perhejuhliin ja muistotilaisuuksiin.

Tiloissa kokoontuu myös **Enon lintukerho** joka toinen ke klo 11.30 (parilliset viikot)

Ruokailut ja kahvilat

(Hyvän Mielen Tuvalta)

Eläkeikäisten päiväkahvit pe kerran kuussa klo 13, erikseen ilmoitetusti

Lähetyskahvila la klo 10

Ruokajakelua erikseen ilmoitetusti (ilmoittautumiset diakonissalle)

Lisäksi seurakunta järjestää myös matkoja, retkiä ja leirejä. Kesäaikaan ryhmät tauolla.

Huom! Huomioithan koronan vaikutukset toimintoihin.

Tietoa seurakunnan toiminnoista saat seurakuntas sihteeri Milla Suhoselta, **puh. 013 2635 601**, Kirkkotie-lehdestä näköislehtenä ja netistä <https://kirkkotie.net/> sekä erillisistä tiedotteista.

ORTODOKSINEN SEURAKUNTA

Kristuksen kirkastumisen tsasouna,

Tornitie 8, 81200 Eno

Isännöitsijä Mauri Pottonen, **puh. 050 436 4819**

Tsasounassa liturgia kerran kuukaudessa.

Tule paikalle ainoastaan terveenä. Koronapandemian aikana lähetämme jumalanpalvelukset verkossa:

<https://www.facebook.com/Joensuun-ortodoksinen-seurakunta-105599754411203>

MUUT PALVELUT

ALUEELLA TOIMIVIA HOIVAKOTEJA

Enon alueella toimii useita hoivakoteja. Ne on tarkoitettu asukkaille, joilla on asumisen lisäksi hoivan tai hoidon tarpeita. Asukkaaksi hakeudutaan kääntymällä esim. alueen ikäihmisten palveluohjaajan puoleen. Tätä kautta tehdään palvelutarpeen kartoitus ja selviää, onko asiakkaalla mahdollisuus saada maksusitoumus tai palveluseteli. Yksityisiin hoivakoteihin voi tulla myös itse maksavana asiakkaana, jolloin kartoitus tehdään suoraan hoivakodin henkilöstön kanssa.

Hopearanta (Siun sote)

Lääkärintie 9, 81200 Eno
puh. 013 330 6760 (palveluesimies)
<https://hopearanta.fi/>

Palvelutalo Kotiranta

(Enon Vanhusten Tuki)
Välskärintie 9, 81200 Eno
puh. 050 341 5684 (toiminnanjohtaja)
paula.hyytiainen@palvelutalokotiranta.fi
puh. 013 784 1201 (toimisto)
palvelutalo@palvelutalokotiranta.fi

Hoitokoti Aukusti Oy

Rantalantie 2, 81200 Eno
puh. 013 762 511
aukusti@telemail.fi
www.hoitokotiaukusti.fi

Hoitokoti Tuuletar

Tuuliharjuntie 4–6, 81280 Uimaharju

puh. 044 0366 151 (yksikön vastaava, arkisin klo 7–14)

vastaava@tuuletar.fi

www.tuuletar.fi

ENON APTEEKKI

Niskantie 19, 81200 Eno

puh. 013 228 881, fax. 013 228 883

info@enonapteekki.fi

enonapteekki.eno@apteekit.net

www.facebook.com/enonapteekki

Avoinna ma-pe, klo 9–17, la 9–14, joulukuun ja juhannusaattona, klo 9–12

UIMAHARJUN APTEEKKI

Harjunraitti 17, 81280 Uimaharju.

puh. 013 228 885

uimaharjunsivuapteekki@apteekit.net

Avoinna ma-pe, klo 9–17, la 9–14, joulukuun ja juhannusaattona, klo 9–12

Apteekkien palveluihin kuuluu lääkkeiden ja itsehoitotuotteiden lisäksi mm. lääkkeiden annosjakelu (jakeluun liittyvät asiat puh. 013 228 868) ja lääkkeiden yhteisvaikutusten seuranta. Otamme vastaan ja toimitamme sekä eReseptejä että paperiresptejä. Voit liittyä myös apteekin kanta-asiakkaaksi. Kanta-asiakkuus kaikkine etuineen on voimassa sekä Enon apteekissa että Uimaharjun sivuapteekissa.

- **Huom!** Älä tule flunssaisena apteekkiin. Pyydä toista asioimaan puolestasi.
- Hae ikääntyneen tai perussairauksia potevan lääkkeet hänen puolestaan. Huomioithan kuitenkin tartuntariskin viedessäsi lääkkeet perille.
- Puolesta asioidessa ota mukaan potilaan Kela-kortti ja tieto noudettavista lääkkeistä. Puolesta asiointiin sähköisen valtuutuksen voi tehdä Suomi.fi-palvelussa.

-Ota yhteys apteekkiin puhelimitse sopiaksesi lääkkeiden toimitustavasta, jos apteekkiasiointi ei muuten ole mahdollista.

Itsehoitoon tarkoitettuja kipu- ja kuumelääkkeitä toimitetaan toistaiseksi vain yksi pakkaus asiakasta kohden. Suomessa ei ole pulaa lääkkeistä eikä kotiin ole tarpeen hankkia ylisuuria lääkevarastoja varmuuden vuoksi.

Tähän esitteeseen on koottu tietoa ikäihmisille suunnatuista palveluista, kohtaamispaikoista ja ryhmätoiminnoista Enon alueella.

Opas on koottu osana ikämiehille suunnattua IKAROS-hanketta (2017–2019). Hankkeen edistettiin ikämiesten arjen osallisuutta etsivän työn keinoin. Tavoitteena oli mm. ikämiehen arjen kokonaisvaltainen tukeminen. Hankkeen toimintamuotoina olivat jalkautuva sosiaalityö, yksilötyö ja matalan kynnyksen palveluohjaus, Velmu-ryhmien toiminta sekä vaikuttamis- ja vertaistoiminta.

Hanketta hallinnoi Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry. Rahoituksensa hanke sai Sosiaali- ja terveysministeriöltä (STM), Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) koordinoimana. Oppaan päivitystä on jatkettu saman hallinnoijan toimesta mielen hyvinvointia tukevan ARMI-hankkeen kautta.

Esitteeseen on koottu tietoja, jotka eivät muutu kovin nopeasti. Tämän vuoksi esim. kaikkien kohtaamispaikkojen aukioloaikoja ja ryhmätoimintojen kokoontumisaikatauluja ei siitä löydy, elleivät ne ole pysyviä. Lisätieto näistä saat kunkin tahon yhteyshenkilöltä. Monella toimijalla on myös Facebook-sivut.

Esitteessä mainittujen tahojen lisäksi alueella toimintaa järjestävät eri urheiluseurat. Liikunnan harrastamiseen ja ulkoiluun on hyvät mahdollisuudet myös alueella olevien erilaisten liikuntareittien ja luontokohteiden myötä.

Esite ladattavissa sähköisesti: www.jelli.fi
Esite päivitetty 19.2.2021, muutokset mahdollisia.