



Enonkoski

Ikäihmisten  
palveluopas  
2025



Liikuttavan onnellinen  
Enonkoski



# Postia kunnasta!

Tämä palveluopas on tarkoitettu Enonkoskella asuville seniori-ikäisille, heidän omaisilleen ja läheisilleen. Jos sait palveluoppaan postilla kotiisi, on sen mukana tullut myös kaikille + 75 v. Kyllikki Östringin testamenttivaroin katetut palvelusetelit. Ohjeet niiden käyttöön löydät ohessa lähetetystä kirjeestä.

Tässä palveluoppaassa esitellään iäkkäille suunnattuja palveluja ja etuisuuksia. Opas sisältää myös palveluntuottajien ja muiden tärkeiden tahojen yhteystietoja.





# Pitkää ikää Enonkoskella

Suomessa on tavoitteena, että ikääntynyt ihminen voi asua omassa kodissaan mahdollisimman pitkään, jopa elämänsä loppuun saakka. Kotien kunnostamista tuetaan ja ikäihmisille on myös tarjolla esteettömiä vuokra-asuntoja. Kotona asuva ikäihminen voi osallistua monenlaiseen aktivoivaan päivätoimintaan ja itse hankkia palveluita myös kotiin.

Toimintakyvyn rajoittuessa kotona asumista voidaan tukea monipuolisesti hyvinvointialueen tarjoamin tai yksityisin palveluin. Lyhytaikaisella hoidolla voidaan kuntouttaa ja tukea mahdollisen omaishoitajan jaksamista.

Pysyvä palveluasuminen on ratkaisu, kun ikääntynyt ei kotihoidon ja omaisten avulla pärjää kotona. Myös palveluasumisesta on mahdollista ostaa itse.



Kuva: Rebecca Lahtinen

# Itsenäinen asuminen kotona

Ikääntyvän on tärkeää pitää huolta hyvinvoinnistaan ja toimintakyvystään sekä samalla varautua iän mukanaan tuomiin muutoksiin. Esimerkiksi asumisasiat on hyvä järjestellä jo silloin, kun tarvittava toimintakyky on vielä tallella. On syytä huomioida myös kodin rakenteisiin tarvittavat muutokset.

Vanhustyön keskusliiton (VTKL) alueelliset korjausneuvojat avustavat yli 65-vuotiaita korjaus- ja muutostarpeiden arvioinnissa ja avustusten hakemisessa. Korjausneuvojen puhelinpalvelu on 09 350 860 13, arkisin klo 9-15. Korjausneuvonta on maksutonta, kts. lisätietoja [vtkl.fi/toiminta/korjausneuvonta](http://vtkl.fi/toiminta/korjausneuvonta). Etelä-Savon alueen korjausneuvojan yhteystiedot, puhelin 0500 651 737, s-posti: [ismo.kortman@vtkl.fi](mailto:ismo.kortman@vtkl.fi)

Remonttikulut ja mahdollisesti tarvittavan rakennusluvan sekä rakennusvalvonnan asiakas maksaa itse.

Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus (ARA) myöntää avustuksia ympärivuotisessa käytössä olevan kodin korjaamiseen pienituloisille ja vähävaraisille kotitalouksille, joissa on 65 vuotta täyttänyt tai vammainen henkilö. Lisätietoja [ara.fi](http://ara.fi)

Kodin sijainti haja-asutusalueella voi osoittautua haasteeksi, jos kotiin tuotavia palveluita ei voida tarjota riittävän usein. Tällöin vuokra-asunto palvelujen ääreltä voi olla toimivin valinta.

Arkea on mahdollista sujuvoittaa ostamalla yksityiseltä palveluntuottajalta esimerkiksi siivous- ja asiointipalveluita.

Vuokrasopimukset vanhustentalojen (Tervarannantie 12) osalta hoitaa kunnan keskustoimisto ja muiden kohteiden osalta Enonkosken Vuokratalot Oy.

Asuntoja haetaan itse.

Asuntoja on tarjolla myös yksityisillä.

[Enonkosken Vuokratalot Oy](http://Enonkosken Vuokratalot Oy)

[enonkoskenvuokratalot.fi](http://enonkoskenvuokratalot.fi)

Enonkoskentie 3T,

58175 Enonkoski

0400 284 490

[enonkoski@kioy.fi](mailto:enonkoski@kioy.fi)



# Enonkoskelaiselle ikääntyneelle tarjolla tilapäistä asumista vanhustentalolla



Tarvitsetko tilapäisesti asuntoa esimerkiksi vesivahingon tai remontin vuoksi?

Oletko kotiutumassa sairaalasta, mutta tarvitset apua kotona selviytymisessä?

Haluatko kokeilla vanhustentalolla asumista ennen lopullista päätöstä muuttamisesta omaan vuokra-asuntoon?

Enonkosken kunta tarjoaa ikääntyneille enonkoskelaisille mahdollisuuden tilapäiseen asumiseen vanhustentalon remontoitussa asunnossa (27 m<sup>2</sup>), joka on täysin kalustettu. Vuorokausivuokra 20 euroa, joka sisältää asumisen, lämmityksen, veden, sähkön ja saunamaksun. Vuokralainen vastaa itse siivouksesta, aterioista, pyykkihuollosta jne. sekä hankkii itse mahdollisesti tarvitsemansa hoito- ja hoivapalvelut.

Ota yhteyttä ja kysy  
lisätietoja Enonkosken  
kunta puh. 015 527 5500

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

# Toimintakyvyn ylläpitäminen

Toimintakyky on tasapainotila ihmisen kykyjen, tavoitteiden sekä elin- ja toimintaympäristön välillä. Hyvä toimintakyky mahdollistaa itsenäisemmän elämän ja luo edellytyksiä osallistua harrastuksiin ja muihin itselle merkityksellisiin toimintoihin.

Ikääntyneen toimintakykyä ja hyvinvointia edistävät esimerkiksi

- mielen hyvinvoinnista huolehtiminen
- läheisten ja ystävien tapaaminen
- hyvä yöuni
- osallistuminen ja virikkeellinen toiminta
- harrastukset
- monipuolinen ruokavalio
- fyysisestä kunnosta huolehtiminen
- ulkoilu, luonnossa liikkuminen
- liikunta ja muu aktiivisuus
- toimintakykyongelmien varhainen tunnistaminen ja niihin puuttuminen
- elinympäristön muokkaaminen toimintakykyä tukevaksi, kodin esteettömyys
- kodin ja omasta turvallisuudesta huolehtiminen
- kaatumistapaturmien ehkäisy
- sairauksien ehkäiseminen ja hyvä hoito
- muistiongelmien varhainen tunnistaminen ja muistisairauksien hyvä hoito



# Liikuntapalvelut ja muu toiminta

## Ohjattu liikunta

Kunnan järjestämät jumprat ja liikuntakerhot ovat osallistujalle maksuttomia. Järjestöjen ja seurojen jumpissa on osallistumismaksu. Liikuntakalenterit ovat nähtävillä kunnan sivustolla [enonkoski.fi/asukkaille/liikuntapalvelut/ohjattuliikunta/](https://enonkoski.fi/asukkaille/liikuntapalvelut/ohjattuliikunta/)

## Liikuntatalon kuntosali

Kuntosalin avainmaksu on 25 euroa ja edellyttää henkilökohtaisen avainkortin lunastamista liikunnanohjaajalta tai kunnanvirastolta arkinen klo 9-15. Tämän jälkeen kuntosalin käyttö on kuntalaiselle maksutonta, eikä erillisiä vuosimaksuja enää peritä. Kuntosali on käytettävissä klo 5-23. Ilmainen tutustumiskäynti on sovittavissa liikunta- ja hyvinvointiohjaajan kanssa, puh. 044 345 3037. Avainkortin käyttöehdot löytyvät kuntosalilta sekä kotisivuilta [enonkoski.fi/asukkaille/liikuntapalvelut/kuntosali/](https://enonkoski.fi/asukkaille/liikuntapalvelut/kuntosali/)



Ohjelmaa ja seuraa päiviin tarjoavat esimerkiksi:

- eläkeläisjärjestöt ja -yhdistykset
- muut seurat ja yhdistykset
- seurakunta
- kirjasto, näyttelyt
- ohjatut liikuntaryhmät, uimahallit, ulkoliikuntapaikat
- Linnalan kansalaisopisto





# Etelä-Savon hyvinvointialue

## Päivystysapu puhelinnumero 116 117

Päivystysapu tarjoaa ohjausta ja neuvontaa kiireellisissä terveysongelmissa, jotka eivät ole hätätilanteita.

### Hätätilanteessa soita 112

Suun terveydenhuollon päivystys puh. 015 194 4410  
Palveluajat: soittoaika viikonloppuina ja arkipyhinä klo 9 –10

Sosiaalipäivystys (24/7) puh. 044 794 2394

Tukea äkillisissä sosiaalisissa kriisitilanteissa:  
läheisen kuolema, lähisuhdeväkivalta, onnettomuuteen tai rikoksen uhriksi joutuminen tai muu vakava kriisitilanne

Digihoitaja ja digilääkäri palvelevat arkisin klo 8-15

Verkkosivu: [etelasavonha.fi](http://etelasavonha.fi)

Sähköposti: [kirjaamo@etelasavonha.fi](mailto:kirjaamo@etelasavonha.fi)

Puhelinvaihte: 015 411 4100 arkisin klo 8 - 16



# Etelä-Savon hyvinvointialue ja muita palveluita

**Ikääntyneiden  
asiakasohjaus  
015 211 557  
arkisin klo 9-15**

Enonkosken sosiaali- ja  
terveysasema  
Kirkkotie 6, 58175 Enonkoski  
Avoinna ma-to klo 8-13

Keskitetty puhelinneuvonta ja  
ajanvaraus  
arkisin klo 8-15  
015 527 7112

Suun terveydenhuollon ajanvaraus  
ma-to klo 10-15, pe klo 10-14.30  
015 527 7114

Neuvola ajanvaraus  
arkisin klo 8-15  
015 527 7112

Kuvantamispalvelut ajanvaraus  
arkisin klo 8-14  
015 351 2662

Laboratorio ajanvaraus  
arkisin klo 8-14  
044 717 8888

Savonlinnan Seudun Muistiyhdistys ry  
Olavinkatu 24  
57130 SAVONLINNA  
050 598 2411  
[www.muistiliitto.fi](http://www.muistiliitto.fi)

Muistiasiantuntija  
Muistiluotsin  
aluekoordinaattori (Etelä-Savon alue)  
Pappilankatu 3  
57100 SAVONLINNA  
p. 050 593 2353  
[www.muistiliitto.fi](http://www.muistiliitto.fi)

MUISTINEUVO-tukipuhelin  
muistisairaille, läheisille sekä muististaan  
huolestuneille

09 8766 550 (ma,ti, to klo 12-17)

Enonkosken sivuapteekki -  
Linnanportin apteekki  
Säästötie 2, 58175 Enonkoski  
015 479 363  
ma-to klo 8.30-16.30,  
pe klo 8.30-15

# Ikääntyneiden palvelut

## **Ikääntyneiden sosiaali- ja terveydenhuollon palveluista vastaa Etelä-Savon hyvinvointialue Eloisa**

Lisätietoa löytyy Etelä-Savon hyvinvointialueen (Eloisa) kotisivuilta <https://etelasavonha.fi/>

Ikäihmisten palveluopas löytyy Eloisan kotisivulta <https://etelasavonha.fi/asiakkaan-opas/palveluoppaat/>

## **Eläkkeensaajien asumistuki ja eläkettä saavan hoitotuki**

Kela korvaa pienituloisten eläkeläisten asumisesta aiheutuneita menoja maksamalla heille eläkkeensaajan asumistukea. Kelan eläkettä saavan hoitotuen tarkoitus on tukea pitkäaikaisesti sairaan tai vammaisen eläkkeensaajan selviytymistä jokapäiväisessä elämässä sekä hänen toimintakykynsä ylläpitämistä, kuntoutustaan ja hoitoaan. Tuki korvaa osin myös toimintakyvyn heikentymisestä aiheutuvia kustannuksia.

Lisätietoja [kela.fi](http://kela.fi)

## **Kotitalousvähennys**

Verottajalta voi saada kotitalousvähennystä kotitaloustyöstä, hoiva- ja hoitotyöstä, asunnon ja vapaa-ajan asunnon kunnossapito- ja perusparannustyöstä, tieto- ja viestintätekniikkaan liittyvien laitteiden asennus- ja kunnossapitotyöstä. Vähennyksen voi saada riippumatta siitä, palkkaako työntekijän itse vai ostaako työn yritykseltä tai yrittäjältä. Yrityksen tai yrittäjän on kuuluttava ennakkoperintärekisteriin.

Lisätietoja <https://www.vero.fi/henkiloasiakkaat/vahennykset/kotitalousvahennys/>

## **Omakanta**

Omakannassa näet reseptisi ja terveystietosi. Palvelussa voit tehdä reseptien uusinnat ja hallinnoida tahdonilmaisut. [www.omakanta.fi](http://www.omakanta.fi)

## **Potilasjärjestöt**

Valtakunnalliset potilasjärjestöt tarjoavat erilaisia palveluja ja tapahtumia jäsenilleen. Tietoja löydät kunkin järjestön omilta verkkosivuilta.

Kelan palvelunumeroita

Eläkkeet ja asuminen  
020 692 210

Toimeentulotuki  
020 692 207



# Hyvä tietää

## Arvonlisäveroton sosiaalihuoltopalvelu

Hyvinvointialueelta ja tietyin edellytyksin myös yksityisiltä ostettavat sosiaalipalvelut ovat ALV-vapaita. Jotta yksityinen yritys voi tarjota arvonlisäverottomia palveluja, on sen oltava aluehallintoviraston (AVI) rekisterissä ja tehtävä ilmoitus palvelujaan tarjoavalla hyvinvointialueella. Kun asiakas ostaa yksityiseltä palvelun tarjoajalta sosiaalipalveluja, maksu on arvonlisäveroton.

Lisäksi ostosta voi saada kotitalousvähennyksen, lisätietoja vero.fi

Arvonlisäverottomat palvelut on tarkoitettu sellaisille henkilöille, jotka iän, heikkokuntoisuuden tai sairauden vuoksi eivät pärjää yksin. Lisäksi arvonlisäveroa ei tarvitse maksaa, jos asuu palvelutalossa, jossa on peruspalvelut, mutta käyttää lisänä vaikkapa yksityistä siivous-, ruoanlaitto-, ruokaostos-, kylvytys-, kuljetus- tai saattajapalvelua.

Arvonlisäverottomuuden edellytyksenä on, että rekisteröity yritys tekee asiakkaan kanssa palvelusopimuksen sekä hoito- tai palvelusuunnitelman. Palvelusuunnitelmassa on mainittava, että henkilö tarvitsee tiettyjä sosiaalipalveluja esim. ikääntymisen tai jonkin sairauden vuoksi.

## Toimeentulotuki

Toimeentulotuki on viimesijainen toimeentuloturvan muoto. Tuki on tarveharkintaista, ja sitä myönnetään yleensä kuukaudeksi kerrallaan. Perustoimeentulotukea haetaan Kelalta. Täydentävää ja ehkäisevää toimeentulotukea voi hakea hyvinvointialueen sosiaalitoimistosta.

## Edunvalvonta

Edunvalvoja voi olla tarpeen korkean iän, sairauden tai vammautumisen seurauksena. Digi- ja väestötietovirastossa selvitetään edunvalvonnan tarvetta henkilön oman hakemuksen tai toisen henkilön tekemän ilmoituksen perusteella.

Edunvalvontavaltuutuksella henkilö voi etukäteen järjestää asioidensa hoidon sen varalta, että tulee myöhemmin kykenemättömäksi hoitamaan asioitaan.

Kirjallisessa valtuutuksessa nimetään valtuutettu henkilö sekä asiat, joiden hoitamisen valtuutus kattaa. Valtuutetun tulee suostua tehtävään. Valtuutus tulee voimaan vasta, kun Digi- ja väestötietovirasto on sen vahvistanut. Vahvistaminen edellyttää lääkärintodistusta valtuuttajasta.

### Digi- ja väestötietovirasto

029 553 9511

Savonlinnan palvelupaikka,  
Olavinkatu 24, 3. krs,  
57130 SAVONLINNA

### Etelä-Savon edunvalvontatoimisto

Asiakastapaamiset ajanvarauksella  
Savonlinnan toimipaikka  
Tottinkatu 9, 57130 SAVONLINNA  
029 565 2140

etela-savo.edunvalvonta@oikeus.fi

# Kyllikki Östringin testamentti

**Kotitalousopettaja Kyllikki Östring oli syntynyt vuonna 1922 Rovaniemen Patokoskella ja hän kuoli 97-vuotiaana Turussa syksyllä 2019. Kyllikki kävi kansakoulun Kittilässä ja hänen perheensä muutti vuonna 1937 Enonkosken Karjalanlahdelle. Kyllikki jatkoi koulunkäyntiään Pieksämäen yhteiskoulussa ja hän kirjoitti ylioppilaaksi vuonna 1940.**

Kyllikki toimi sodan aikana viestilottana Viipurissa, jonka jälkeen hän valmistui kotitalousopettajaksi vuonna 1947 Järvenpään kotitalousopettajaopistosta. Virkauransa hän aloitti Turun ammattikoulussa vuonna 1953, jossa hän toimi opettajana aina eläkkeelle jäämiseensä asti.

Kyllikki Östringin kummipoika kirjoitti muistokirjoituksessaan syksyllä 2019, että tasapuoliseen kodinhoitoon ja kotitöiden jakamiseen kannustaessaan opettaja Kyllikki Östring oli aikaansa edellä. Hän osasi ennakoida työelämän vaatimusten nousun ja nuorten perheiden tasapuolisen palkkapussien tarpeen. Oman perheen puute ei estänyt Kyllikki Östringiä elämästä täysillä ja tyytyväisenä. Hyvät ystävät ja sukulaiset olivat hänelle arvokas voimavara. Teatteri, kirjat, matkat ja kulttuuririennot olivat aina lähellä.

## Testamenttilahjoitus Enonkosken kunnalle

Kyllikki Östring on ilmoittanut viimeisenä tahtonaan, että erityistestamentteja lukuun ottamatta, hänen jälkeensä jäävä muu omaisuus on menevä Enonkosken kunnalle käytettäväksi puoliksi vanhusten virikkeelliseen ja kulttuuritoimintaan sekä puoliksi lastensuojelutyöhön ja lapsiperheiden sosiaalityöhön.

Enonkosken kunnalle testamentattu omaisuus koostuu rahasto-osuussalkuista sekä rahasta.

# Kyllikki Östringin testamentti

## Virikkeellisen ja kulttuuritoiminnan tulee

1. edistää ikääntyneen terveyttä ja sosiaalista hyvinvointia
2. edistää ikääntyneen turvallisuutta ja tasa-arvoa
3. edistää ikääntyneen omaa aktiivisuutta ja toimintamahdollisuuksia
4. vastata ikääntyneen henkisiin, fyysisiin ja sosiaalisiin tarpeisiin ja tukea toimintakykyä

## Esimerkkejä virikkeellisestä toiminnasta

- liikunta, musiikki, kuvataide
- kirjallisuus
- fyysisen kunnon tukeminen
- kädentaidot/käsityöt, askartelu
- ryhmätoiminta, ulkoilu, visailut, hartaus- ja hengelliset tilaisuudet,
- kuntoutusalan ammattilaisten järjestämät liikunta- ja kuntoutusryhmät (sis. fyysikaaliset hoidot)
- jumppahetket
- puhujien vierailut, elokuvat
- muistiharjoitukset, retket

## Esimerkkejä kulttuuritoiminnasta

- taiteen harjoittaminen ja harrastaminen
- taidepalvelut
- kotiseututyö
- elokuvat, kirjallisuus, kuvataide
- muotoilu, näyttämö/teatteritaide
- rakennustaide
- sirkustaide, säveltaide, tanssitaide
- museotoiminta



# Testamenttivaroilla hankittua

Enonkosken kunnan tekemällä erillisellä päätöksellä, yli 75-vuotiaille enonkoskelaisille tarjotaan palveluseteli. Palveluseteli tulee käyttää enonkoskelaisen yrityksen tai yhteisön palveluihin, jossa on ikääntyneelle tarjolla virikkeellistä- tai kulttuuritoimintaa tai kauneus- tai hyvinvointipalveluja joko palveluntuottajan omassa toimipaikassa tai asiakkaan omassa kodissa tai hoitopaikassa. Palveluseteliä voi käyttää myös kuljetuksen järjestämiseen virikkeelliseen tai kulttuuritapahtumaan Enonkoskelle tai kunnan ulkopuolelle.

## **Palvelusetelituottajat löytyvät palvelusetelin mukana!**

Kyllikki Östringin testamenttivaroista Enonkosken kunta on hankkinut kaksi sähköistä Thera-Trainer Mobi -polkulaitetta lainattavaksi enonkoskelaisille senioreille (yli 65 v.) ala- ja yläraajojen kotikuntoutusta varten .



**Fysioterapeutin suosituksesta polkulaitteen voi lainata kotikäyttöön FysioSatama Enonkoskesta. Terapeutti vastaa laitteen käytönohjauksesta ja tarvittaessa sen kuljettamisesta asiakkaalle.**

### **Polkuharjoittelun hyödyt:**

- Aineenvaihdunnan ja ruoansulatuksen tehostuminen
- Liikkuvuuden ylläpito- ja lisääntyminen
- Sydän- ja verenkiertoelimistön toiminnan vilkastuminen
- Lihaskiinteyden säilyminen ja vahvistuminen
- Kestävyyden lisääntyminen
- Liikunta lisää mielihyvähormonien tuotantoa



# Testamenttivaroilla hankittua

Polkulaitteen  
lainaaminen on  
maksutonta!

Yhteystiedot polkulaitteen  
lainaamiseen:  
FysioSatama Enonkoski  
Tervarannantie 5 A 4  
050 306 6620  
fysiosatama.fi

Kyllikki Östringin testamenttivaroista  
Enonkosken kunta on hankkinut liukuesteitä  
jaettavaksi kaikille 65 v. täyttäneille ja sitä  
vanhemmille kuntalaisille.



## Liukuesteiden hyödyt

- Ehkäisevät tehokkaasti liukastumista
- Hyvä pito myös jäällä
- Käyttö on helppoa ja vaivatonta
- Liukuesteet saa vedettyä melkeinpä minkä tahansa tasapohjaisen kengän päälle nopeasti

Voit hakea omat liukuesteesi kunnanvirastolta  
ma-pe kello 9-15  
Enonkoskentie 3T  
58175 Enonkoski  
015 527 5500

# Hyödyllisiä yhteystietoja



Enonkosken kunta

Kunnanvirasto

Enonkoskentie 3T

58175 Enonkoski

015 527 5500

enonkosken.kunta@enonkoski.fi

Sivistystoimisto

sivistystoimisto@enonkoski.fi

044 345 3035

Tekninen toimisto

tekninen.toimisto@enonkoski.fi

044 345 3010

Sosiaalihuollon kuljetuspalveluista

lisätietoa Etelä-Savon

hyvinvointialueelta.



## Kela-taksi

Etelä-Savon maakunnassa on kaksi Kela-taksin tilausvälityskeskusta.

Soitto Kela-taksin tilausnumeroon on maksuton.

Kela-taksi tilataan matkaa edeltävänä päivänä viimeistään klo 14.00.

Kela-taksin tilausvälityskeskukset Etelä-Savon maakunnan alueella ovat

**DRide Oy 0800 415 700 tai**

**Tampereen Aluetaksi Oy**

**0800 306 600**

Kuulo- ja puhevammaisten asiakkaiden palvelu tekstiviestitse numerossa

**184 44 144**

Viesti on maksuton.

Taksi Aki Rautiainen

myös inva-taksi

0400 172768/kuljettaja

040 526 4006/Aki

Taksi Auvo Autio 0400 256 007



# Hyödyllisiä yhteystietoja

## KRIISIPALVELUT JA AUTTAVAT PUHELIMET

Savonlinnan Seudun  
Mielenterveysseura ry ja  
**Savonlinnan Kriisikeskus**  
Olavinkatu 24, 57130 Savonlinna  
**0440 273 700**

ajanvaraus ma-pe klo 10 -16

**Valtakunnallinen kriisipuhelin**  
**09 2525 0111**

Avoinna 24h/vrk

**Rikosuhripäivystys**  
**116006**

ma-to klo 9-18, pe klo 9-16

**Valtakunnallinen päihdeneuvonta**  
**0800 900 45**

Avoinna 24 h/vrk



## VANHUS- ja VAMMAISNEUVOSTO

Vanhus- ja vammaisneuvoston tehtävänä on kehittää ikääntyneille ja vammaisille suunnattuja palveluja tekemällä aloitteita, käsitellä valmisteilla olevia asioita, keskustella päätöksistä sekä antaa lausuntoja ikääntyneiden ja vammaisten asioita suunniteltaessa ja toteutettaessa.

Puheenjohtaja  
Kirsti Heiskanen  
050 494 8115  
kirsti.heiskanen@kolumbus.fi

## **LIIKUNTAPALVELUT**

Enonkoski  
Liikunta- ja hyvinvointiohjaaja  
044 345 3037  
Facebook  
Enonkosken liikuntapalvelut

## **KIRJASTOPALVELUT**

Enonkosken kirjasto  
Kirkkotie 1, 58175 Enonkoski  
044 345 3038  
Asiakaspalveluajat  
ma, ke, pe klo 9-15  
ti, to klo 12-18  
arkipyhäaattoina klo 9-15  
Omatoimikirjasto  
avoinna ma-su klo 7-20

# Kirjat kotiin kirjastosta

Enonkosken kirjasto käynnistää kotikirjasto-kokeilun helmikuusta 2025 alkaen. Kotikirjastopalvelu on tarkoitettu liikuntaesteisille ja niille, joiden on esimerkiksi sairauden tai korkean iän vuoksi mahdotonta asioida kirjastossa itse.

Kotikirjasto-asiakkuutta haetaan kirjastosta ja asiakkaan kanssa tehdään kirjallinen sopimus. Kirjaston henkilökunta toimittaa kirjat, lehdet tai muun sovitun aineiston asiakkaalle kotiin kahdesti kuukaudessa ja samalla vanhat lainat voi palauttaa virkailijalle. Toimitukset tapahtuvat kahdesti kuukaudessa, yleensä torstaisin. palvelu on asiakkaalle maksuton.

Kotikirjastopalvelu on kokeilu, joka toteutetaan vuoden 2025 aikana. Jatkosta päätetään kokeilujakson kokemusten perusteella.

Palvelu toteutetaan Kyllikki Östringin testamenttivaroilla.

Jos olet kiinnostunut kotikirjaston asiakkuudesta, ota yhteyttä kirjastoon

puh. 044 345 3038

tai sähköpostitse

[kirjasto@enonkoski.fi](mailto:kirjasto@enonkoski.fi)



# Uusi koti Enonkoskelta?



Omistatko talon, joka on jäämässä tyhjilleen tai onko kotitalosi vain osan vuodesta asuttu? Oletko miettinyt, että voisit luopua kiinteistöstä myymällä tai vuokraamalla sen uusille asukkaille? Enonkoski kutsuu! -hanke kartoittaa Enonkosken kunnassa tyhjiillään tai vajaakäytöllä olevia asuinkiinteistöjä ja auttaa omistajia luopumaan talosta uusien asukkaiden hyväksi. Samalla hanke tavoittelee maalle muutosta haaveilevia ihmisiä ja pyrkii löytämään heille uuden kodin Enonkoskelta. Tavoitteena on, että tyhjä talot ja uudet asukkaat löytävät toisensa meidän omassa kotikunnassamme. Onnistuessaan hanke turvaa kunnan elinvoimaa ja tulevaisuutta sekä kylillä että keskustajamassa. Kunta on yhtä kuin sen asukkaat, nyt ja aina.

Enonkoski kutsuu! -hanke markkinoi myynnissä tai vuokralla olevia taloja kunnan kotisivuilta löytyvällä omalla alustallaan. Markkinoimme kohteita ja kuntaa myös Facebookissa ja Instagramissa ja viemme tietoa eteenpäin tiedottein ja tapahtumissa.



Jos haluat tuoda talosi tai asuntosi tarjolle, ota yhteyttä hankekoordinaattoriin tai käy ilmoittamassa kohde suoraan hankkeen kotisivulla <https://enonkoski.fi/enonkoski-kutsuu/>  
Ollaan yhteydessä!

Hankekoordinaattori  
Merja Kuuramaa  
puh. 044 5362669  
[merja.kuuramaa@enonkoski.fi](mailto:merja.kuuramaa@enonkoski.fi)

# Ikäihmisten liikenneturvallisuus

Vanheneminen muuttaa ihmistä yleensä hitaasti ja vähitellen. Muutokset ovat hyvin yksilöllisiä. Vaikka ikä toisi tullessaan liikkumista hankaloittavia vaivoja ja puutteita, moni osaa varautua niihin ennakkoinnilla ja varovaisuudella. Kokemus ja harkinta ovat turvallisuutta lisääviä tekijöitä.

## Liikenteessä toimiminen ja autoilu

län myötä yleistyvien sairauksien ja lääkityksen vaikutukset liikenteessä tulee myös huomioida. Parhaimmillaan sairauden hyvä hoito ja lääkitys edistävät turvallista liikkumista liikenteessä. Oman olotilan tarkkailu ennen liikenteeseen lähtöä ja siellä ollessa on tärkeää.

Terve, hyväkuntoinen ja ajamaan tottunut henkilö ei ole erityinen riski liikenteessä. Vanheneminen tapahtuu yksilöllisesti ja ikä ei määritä, voiko autoilua jatkaa. Terveydelliset seikat sen sijaan voivat vaikuttaa ajokyvyn säilymiseen. Toisaalta henkilöauto voi mahdollistaa itsenäisen liikkumisen vielä silloinkin, kun liikkuminen on muutoin sairauksien ja liikkumisvaikeuksien takia hankalaa.

Liikkumisen kannalta elämäntilanne usein vaikeutuu, jos oma terveys ei riitä autolla ajamiseen ja puolisoakaan ei aja autoa. Ajotaidon ylläpitämiseen kannattaa kannustaa niin kauan, kun ajoterveys antaa myöden.

Jos henkilöllä on sairauksia, jotka jossain vaiheessa vievät ajokyvyn, kannattaa keskustelu ajokortista luopumisesta aloittaa jo hyvissä ajoin. Mitä eri mahdollisuuksia kulkemiseen on siinä vaiheessa, kun terveys ei riitä ajamiseen? Läheinen voi ottaa puheeksi ajoterveyden kuljettajan kanssa ja pohtia yhdessä, miten liikkuminen järjestetään autolla ajamisen lopettamisen jälkeen.



# Ikäihmisten liikenneturvallisuus

## Kävely 65+

Kävellen liikkumisella on paljon myönteisiä vaikutuksia myös myöhäisessä aikuisiässä. Säännöllinen liikkuminen vaikka kävelemällä pitää yllä lihaskuntoa, auttaa säilyttämään liikkuvuutta ja piristää mieltä. Iän tuomat muutokset on hyvä ottaa huomioon myös silloin, kun liikenteessä liikutaan jalan.

Ota talteen vinkit turvallisempaan kävelyyn:

- Kertaa jalankulun säännöt (missä saa kävellä).
- Kulje tien reunassa.
- Tarkkaile ympäristöäsi erityisesti tienylityksissä.
- Muista pimeällä heijastin.
- Edistä liikkumisen turvallisuutta lihasvoima- ja tasapainoharjoittelulla.
- Käytä hyviä kenkiä ja liukkaalla säällä liukusteitä tai nastakenkiä.
- Ota tarvittaessa tasapainon tueksi kävelysauvat, piikkipäinen keppi tai rollaattori.



Lisätietoa löytyy  
Liikenneturvan sivulta  
[www.liikenneturva.fi](http://www.liikenneturva.fi)

# Häiriötilanteisiin varautuminen

Häiriötilanteella tarkoitetaan uhkaa tai tapahtumaa, joka vaarantaa, ainakin hetkellisesti, yhteiskunnan turvallisuutta. Esimerkkeinä häiriötilanteista ovat sähkönjakelun häiriöt, myrskyt, vesiepidemiat jne. Sähkönjakelun katkeaminen voi aiheuttaa ongelmia myös kunnan peruspalvelujen tuottamisessa. Häiriötilanteessa tiedustelut ja ilmoitukset häiriöistä tulee soittaa palveluntarjoajan vikapalvelunumeroon.

## Hätätilanteessa soita 112

Myrkytystietokeskuksen numero on 0800 147 111 tai 09 471 977.

Toimintaohjeita häiriötilanteiden varalle:

<https://pelastustoimi.fi/koti-ja-arki>

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

## Tiedottaminen

### Enonkosken kunnan virallinen ilmoitustaulu

Enonkosken kunnanvirasto  
Enonkoskentie 3T  
58175 Enonkoski

Enonkosken kunnan julkiset kuulutukset julkaistaan ensisijaisesti kunnan verkkosivuilla [enonkoski.fi](http://enonkoski.fi)

Enonkosken kunta sosiaalisessa mediassa:

Facebook: <https://fi-fi.facebook.com/enonkoski>

Tarvittaessa tiedotus hoidetaan yhteistyössä median kanssa tai muiden sähköisten järjestelmien avulla.

### Enonkosken kunnan tiedotuspaikka laajoissa häiriötilanteissa

Häiriötilanteissa johtokeskuksen johtamispaikkana toimii Enonkosken kunnanviraston toimipiste Enonkoskentie 3T, 58175 Enonkoski.

Tiedotustilaisuuksien keskuksena toimii kunnanviraston valtuustosal.



# Häiriötilanteisiin varautuminen

## Muista kotivara

Häiriötilanteiden kesto voi vaihdella muutamasta tunnista useisiin viikkoihin. Siksi on tärkeää huolehtia, että kotona on riittävästi vettä, ruokaa, lääkkeitä ja muita välttämättömiä tarvikkeita myös pitkien häiriötilanteiden varalle.

### Varaudu myrskyyn

Toimintaohjeita myrskyn varalle:

<https://www.spek.fi/turvallisuus/varautuminen-kotona/myrsky/>

Ilmoita liikennettä vaarantavasta ongelmasta suoraan Tieliikennekeskusten Tienkäyttäjän linjalle soittamalla numeroon 0200 2100. Palvelu on avoinna 24/7.

### Varaudu sähkökatkoon

Toimintaohjeita sähkökatkon varalle:

<https://www.jseoy.fi/sahkokatkot/nain-varaudut-sahkokatkoon/#57c505b3>

Järvi-Suomen Energian vikapalvelu on avoinna 24 h, puh. 0800 90440, nollavikatilanteessa soita välittömästi vikapalveluun turvallisuuden varmistamiseksi.

### Vesihuolto

Enonkosken kunnan taajama-alueen vesihuollosta vastaa kunnan vesi- ja viemärilaitos. Mahdollisista häiriötilanteista, kuten veden jakelu- tai laatuhäiriöistä, tiedotetaan kunnan kotisivuilla.

**Laitosmies, puh. 044 345 3001**

**Kunnaninsinööri, puh. 044 345 3024**

**Teknisen toimen päivystys,  
puh. 044 345 3010**

### ASEMAKAAVA-ALUEELLA YLEISISTÄ ALUEISTA VASTAA TEKNINEN TOIMISTO

Ilmoitukset vioittuneiden tai lahovikaisten puiden poistamiseksi piha-alueiden läheisyydestä. kunnaninsinöörille 044 345 3024

### ULKOILUREITISTÖT

Ilmoitukset reitistöille kaatuneista puista, rikkoutuneista siltarakenteista tai opasteista liikuntapaikkojen hoitajalle 044 345 3004





# Ollaan yhteyksissä

Enonkoskentie 3T, 58175 Enonkoski

Puhelinvaihte: 015 527 5500  
[enonkosken.kunta@enonkoski.fi](mailto:enonkosken.kunta@enonkoski.fi)



**Enonkoski**



**Rikasta Saimaan  
saaristoelämää**