

IKÄPISTE-toiminta

Laki ikääntyneen väestön sosiaali- ja terveyspalveluista sekä toimintakyvyn tukemisesta astui voimaan heinäkuussa 2013. Laki velvoittaa kuntia järjestämään **ikäihmisten terveyttä, toimintakykyä, hyvinvointia sekä itsenäistä suoriutumista tukevia neuvontapalveluja**. Palvelujen tulee sisältää sekä terveellisten elintapojen ja toimintakyvyn ohjaus että sosiaali- ja terveyspalvelujen käytön neuvonta. Laissa korostetaan **ennaltaehkäisevän toiminnan** merkitystä ikääntyneiden hyvinvoinnin ja kotona asumisen tukemisessa.

Sastamalan seudun sosiaali- ja terveyspalvelujen (Sotesin) alueella toimii **kahdeksan matalan kynnyksen palvelupistettä: Vammala, Karkku, Mouhijärvi, Suodenniemi, Kiikoinen, Kiikka, Keikyä, Punkalaidun**, jotka toimivat Sotesin, kuntien, seurakuntien, järjestöjen sekä vapaaehtoistoimijoiden välisenä yhteistyönä.

IKÄPISTEET ovat sitoutumattomia ja helposti tavoitettavia, kaikille avoimia palvelu- ja neuvontapisteitä, joista saa keskitetysti tietoa ja palveluohjausta sosiaali- ja terveyspalveluista, terveyden ja hyvinvoinnin ylläpitämisestä, asumispalveluista, seurakuntien ja järjestöjen toiminnasta sekä erilaisista harrastustoiminnoista. Apua saa tarvittaessa myös erilaisten lomakkeiden täyttämässä ja etuisuuksien hakemisessa.

IKÄPISTEISSÄ ohjataan ja neuvotaan terveisiin elämäntapoihin, toimintakyvyn ja hyvinvoinnin ylläpitämiseen sekä sairauksien ennaltaehkäisyyn ja omahoitoon järjestämällä tietoiskutyypisiä luentoja. Teemoja ovat mm. Kelan kuntoutus, silmäterveyden hoito, lantionpohjanlihasten hoito ja ikäihmisen seksuaaliterveys, ikäihminen ja pankkipalvelut, omaishoito, sekä muistin aktivointi ja hoito. Ikäpisteisiin osallistuvat voivat myös itse ehdottaa luentoaiheita. Lisäksi ikäpisteissä on tarjolla kahvia, leppoisa keskustelua ja yhdessäoloa sekä yhteislaulua.

IKÄPISTEIDEN TAVOITTEENA ON

- edistää ikäihmisten terveyttä, hyvinvointia ja itsenäistä selviytymistä.
- lisätä ikääntyneiden sosiaalista osallistumista ja parantaa heidän vaikuttamis- ja osallistumismahdollisuuksiaan
- ehkäistä yksinäisyyttä, turvattomuutta ja syrjäytymistä ja vahvistaa ikäihmisten elämänhallintaa ja tukea kotona selviytymistä sekä lisätä yhteisöllisyyttä ja toimia alueen ikäihmisten kohtaamispaikkana.
- aktiivista toimijuutta ja osallisuutta tuetaan osallistamalla Ikäpiste-kävijöitä suunnittelemaan ja toteuttamaan toimintaa. Moni Ikäpisteessä kävijä osallistuu aktiivisesti tilaisuuksien käytännön toimintaan vastaamalla mm. kahvinkeitosta.

SASTAMALAN ALUEEN IKÄPISTEET 2022

- **Vammalan** Ikäpiste, Kauppalan talo, Puistokatu 10, 2.krs
- **Karkun** Ikäpiste, Voimarinne (ent. Hoikan opisto), Hoikantie 15.
- **Mouhijärven** Ikäpiste, Järjestötupa, Tohtorinpolku 2
- **Suodenniemen** Ikäpiste, Kerola, Kerokuja 1
- **Kiikoisten** Ikäpiste, Vanhustenkotiyhdistyksen kerhuhuone, Huhtatie 2
- **Kiikan** Ikäpiste, Kiikan nuorisotalo, Törmätie 8
- **Keikyän** Ikäpiste, Äetsän terveysasema, Pehulankaari 3
- **Punkalaitumen** Ikänurkka, SPR:n Kulmakamari, Pihlajatie 1

Tarkemmat päivämäärät ja kunkin tilaisuuden aiheet ovat nähtävillä www.sotesi.fi/ikapiste

LISÄTIETOJA ANTAA

**Sastamalan alueen ikäpistekoordinaattori p. 050 - 550 1164
(arkisin 9 - 15.00)**