



Lestijärven kunta  
Lestintie 39  
69440 Lestijärvi  
p. 06 8889111

# KUNTATIEDOTE

2.10.2009

## **AVUSTUSTA ERITYSRYHMIEN ASUNTO-OLOJEN PARANTAMISEKSI JA SAMAN HANKKEEN KORKOTUKILAINAA VUODELLE 2010**

Hakemukset tulee toimittaa Lestijärven kuntaan 20.10.2009 mennessä osoitteeseen Lestintie 39, 69440 Lestijärvi. Kunta toimittaa hakemukset edelleen ARA:aan. Muita korkotukilainoja voidaan hakea jatkuvasti.

Lisätietoja ARA:n tuista ja hakumenettelyistä löytyy verkkosivuilta [www.ara.fi](http://www.ara.fi).

2.10.2009

Lestijärven kunnanhallitus



**LESTIJÄRVI**

solisee sykkeestä salomaille  
[www.lestijarvi.fi](http://www.lestijarvi.fi)



## KIRJASTO

Pääkirjasto on avoinna:

MA 13.00 - 19.00  
TI 11.00 - 15.00  
KE 13.00 - 19.00  
TO 12.00 - 16.00  
PE 12.00 - 17.00

tiistaina 27.10. SULJETTU

perjantaina 30.10. avoinna klo 10.00 – 14.00

## VAPAA-AIKATOIMI

**NUOPPARIN AVAJAISET** perjantaina 9.9.2009 klo 19.00 - 21.30.

Nuoppari on avoinna perjantaisin klo 19.00-21.30 yläkouluikäisille ja sitä vanhemmille. Tiloissa on valvoja paikalla joka perjantai ja tilat ovat ehdottomasti savuttomat ja päihteettömät.

### KUNNOSSA KAIKEN IKÄÄ-HANKE



Kimppalennit järjestetään kerran viikossa joka kylällä (jos tarpeeksi lenkkeilijöitä), alkaen viikolla 41. Lenkkiajat voit varmistaa Niinalta puh. 050-4437023 tai Salen ilmoitustaululta. Nämä kimppalennit on tarkoitettu henkilöille, jotka eivät liiku lainkaan tai hyvin vähän eli nyt on hyvä mahdollisuus lähteä kohottamaan kuntoaan. Syksyn aikana on tarkoitus kokeilla myös muita kuntoilumuotoja mm. sauvakävely, kuntosali, keppijumppa, vesijuoksu sekä uinti (uintilipun jokainen maksaa itse), näissä ohjaajana toimii Kuntonäpin tytöt ja nämä ovat vapaaehtoisia. Tervetuloa kuntoilemaan!

Lapsille ja nuorille (5v-12v) pyörähtää käyntiin **KAIKILLA KIVAA LIKKUEN-hanke** syysloman jälkeen (seuraa ilmoittelua). Hankkeen tavoitteena on saada lapset ja nuoret liikkumaan aktiivisesti myös vapaa-aikana ja tarjota mukavaa yhdessäoloa liikunnan parissa. Syksyllä harrastetaan mm. pallopelejä, sauvakävelyä, mäkiharjoituksia ym. ja lumen tultua siirrytään suksille.

Iso kiitos kaikille yleisurheilukentän talkoissa olleille!

## SUOMENSELÄN KANSALAI SOPISTO

**VESILIIKUNTA** tiistaisin **klo 16.00** (huom. muuttunut kellonaika). Alkaa 6.10.2009

Opettajana Hilka Pasanen, kurssimaksu 35€. Opintomaksun lisäksi osallistujat maksavat uimahallimaksun kultakin kerralta. **Kinnuskuljetuksen kyyti** lähtee Parilasta klo 15.30 Kinnulan uimahalliin ja paluu vesijumpan jälkeen, väliltä voi myös nousta kyytiin. Edestakaisen matkan hinta 3€/kerta, joka maksetaan liikennöitsijälle.

**SANA-ALBUMI SKRÄPPÄYSKURSSI** lauantaina 24.10 klo 10.00 Lestin koululla. Kurssimaksu 10€ + materiaalit. Kurssilla valmistetaan noin 4-6 sivuinen sana-albumi skräppäämällä ( Baby, Love, Family, Friend, Happy ). Ota mukaasi valokuvia sekä muita skräppäysmateriaaleja, jos on. Paikan päällä myös mahdollisuus ostaa papereita ym. materiaalia. Ilmoittautumiset materiaali hankintoja varten 16.10 mennessä Niina Tialalle puh. 0400-730368.

**WWW-SIVUJEN TEKEMINEN** alkaa 21.10. klo 17.30, jos riittävä määrä osallistujia ilmoittautuu koulutukseen. Ilmoittautuminen 9.10.2009 mennessä puh. 044 4596261 Kansalaisopistolle. Kurssin hinta 40 €.

Sisällöt ovat seuraavat:

- WWW-sivut, rakenne, HTML-kieli
- Käyttöympäristö
- Sivujen tuottaminen, muokkaus, kuvien käyttö
- WWW-sivujen ylläpito HTML-kielellä
- Staattiset/dynaamiset WWW-sivut'
- Web-sivujen julkaiseminen
- Sivuston hallinta
- Tekijänoikeudet

Kurssin kesto on 20 tuntia lähiopetusta + mahdollisia välitehtäviä

## SOSIAALI- JA POTILASASIAMIES- TAPAAMINEN

Sosiaali- ja potilasasiamies on tavattavissa **Lestijärven kunnantalolla videoneuvotteluhuoneessa torstaina 8.10.2009 klo 14.00 - 16.30** välisenä aikana. Alussa on lyhyt esitys toiminnan keskeisistä sisällöistä.

Sosiaali- ja potilasasiamiestoiminta perustuu lakeihin ja se on asiakkaalle maksutonta.

**Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista** sääntelee sosiaaliasiamiehen tehtäväksi neuvoa asiakasta kohteluun, osallistumiseen, oikeusturvaan ja sosiaalihuollon asiakaslain soveltamiseen liittyvissä kysymyksissä. Sosiaaliasiamies ohjaa ja neuvoo ristiriitatilanteiden ratkaisussa ja antaa neuvontaa päätöksiä koskevien valitusten tekemiseen. Sosiaalipalveluja koskevissa ristiriitaisissa tai epäselvissä tilanteissa kannattaa ensisijaisesti ottaa yhteyttä henkilökuntaan tai sosiaalihuoltoa koskevan päätöksen tehneeseen työntekijään. Sosiaaliasiamies avustaa muistutuksen teossa, mikäli asiakas kokee saaneensa huonoa kohtelua tai palvelua. Sosiaaliasiamies seuraa asiakkaiden aseman kehitystä ja antaa siitä vuosittain raportin kunnanhallitukselle.

**Laki potilaan asemasta ja oikeuksista** koskee koko terveydenhuoltoa sekä sosiaalihuollon laitoksissa annettavia terveydenhuollon palveluja. Potilasasiamiehen tehtävänä on tarvittaessa neuvoa potilaita, omaisia ja henkilökuntaa lain soveltamiseen liittyvissä kysymyksissä.

Potilasasiamies avustaa potilasta tarvittaessa muistutuksen tekemisessä, joka voi olla hoitoa, tiedonsaantia, kohtelua ja tietosuojaa koskevaa sekä potilasvahinkoilmoituksen tekemisessä.

Tervetuloa!

Sosiaali- ja potilasasiamies Helinä Jokitalo

Yhteystiedot Sähköposti helina.jokitalo(at)cou.fi

Puhelin (06) 825 4210 tai 044 7250 598

Päivystys maanantai ja tiistai 09:00-12:00 ja torstai 12:00-15.00

Osoite Terveystie 1, 67200 Kokkola

Asiakastapaamiset on sovittava ajanvarauksella.



## LESTIJÄRVEN 4H-YHDISTYS

**Luontokerho** keskiviikkoisin klo 12.45 – 14.15 Lestin koululla, kokoonnutaan ala-asteen aulassa. Ohjaajana Henna Honkaperä

**Koirakerho** tiistaisin klo 19.00 Yli-Lestin koululla. Ohjaajana Katariina Asteljoki

**Kirkonkylän 4H-kerho** torstaisin klo 14.30 Lestin koululla. Ohjaajina Mirka Mäkelä ja Titta Brandt

**Aamukerho** perjantaisin klo 8.00 – 8.30 Lestin koululla. Ohjaajana Henna Honkaperä

Lisätietoja kerhoista voit kysyä vs. toiminnanjohtajalta, ohjaajat ilmoittavat kerhoista myös koulujen ilmoitustauluilla.

**OSTOSREISSU HAAPARANNAN IKEAAN  
LAUANTAINA 3.10.2009**

Lähtö klo 7.00 Reisjärveltä K-Marketin pihasta  
takaisin Reisjärvellä noin klo 20.00

Matkan hinta 20€/4H-jäseniltä 25€/ei jäseniltä

**MATKA ROVANIEMELLE JOULUPUKIN  
PAJAKYLÄÄN LAUANTAINA 28.11.2009**

Lähtö klo 6.30 Reisjärveltä K-Marketin pihasta  
Matkan hinta 20€/4H-jäseniltä 25€/ei jäseniltä

**ILMOITTAUDU HYVISSÄ AJOIN 4H-TOIMISTOON, PAIKKOJA RAJOITETUSTI!**

### 4H-HEPPAKERHO ON ALKANUT!!!

Väisäsen Ravitallilla Tikassa. Ohjaajana Maria Väisänen. Kerhomaksu 5€. Kerho on tarkoitettu vain jäsenille, koska heillä on voimassa oleva tapaturmavakuutus.

Jos haluat vielä mukaan, ota yhteyttä Maria Väisäseen p. 040 822 7793

**TOP – TEHTÄVIÄ** osoitteessa [www.4h.fi](http://www.4h.fi) Valitse tehtävä ja tee se, ota ohjaajan kuittaus esim. vanhemmiltasi ja palauta 4H-toimistoon.

**Olethan muistanut maksaa jäsenmaksun?** Perhejäsenmaksu vuodelle 2009 on 40€ ja sillä pääsevät jäseniksi kaikki perheen yli 6-vuotiaat. Jäsenmaksun voi suorittaa tilille 547112 – 518147.

**Yhteystiedot:** vs. toiminnanjohtaja Henna Honkaperä, p. 0500 – 971 179, [4h@lestijarvi.fi](mailto:4h@lestijarvi.fi)

## PIHOJEN HARAVOINTIAPUA TARJOLLA

Lestin koulun 8. luokan luokkaretkiporukka on valmis haravoimaan pihoja korvausta vastaan sopimuksen mukaan. Lisätietoja ja yhteydenotot: luokanvalvoja Pekka Sassali, puh. 050-321 9164.

### Influenssa A-tiedote Jyta-alueen väestölle

Suomessa on siirrytty 27.7. lähtien influenssa A(H1N1)-virustaudin lieventämisvaiheeseen, jossa pääpaino on vakavien tautimuotojen estämisessä ja riskiryhmiin kuuluvien influenssapotilaiden hoitamisessa. Tämä tarkoittaa sitä, että influenssa A/H1N1-virukseen sairastuneita **ei tarvitse lähettää enää diagnostiikkaa ja hoitoa varten Keski-Pohjanmaan keskussairaalaan. Keskussairaalaan lähetetään vain ne potilaat, jotka tarvitsevat erikoissairaanhoidtoa.** Influenssaan sairastuneet hoidetaan normaalin kausi-influenssan tapaan terveyskeskuksissa. Keskeiset tartuntatiet ovat pisara- ja kosketustartunta. Oikea yskimistekniikka ja käsihygieniat ovat oleelliset toimet taudin leviämisen estämiseksi.

#### Kysy influenssasta –puhelin on avautunut jälleen

Influenssa A(H1N1) – virusta koskeviin kysymyksiin saa jälleen vastauksia Kysy influenssasta -puhelimesta maanantaista perjantaihin klo 12-18. Se palvelee **suomeksi numerossa 0800 02277 ja ruotsiksi numerossa 0800 02278.** Suomen Punaisen Ristin vapaaehtoiset työntekijät antavat puhelimessa vastauksia yleisiin influenssa A(H1N1) -virusta koskeviin kysymyksiin. Puhelimessa ei anneta soittajien terveydentilaa koskevaa neuvontaa. Sen hoitavat terveyskeskukset ja työterveyshuolto.

#### Milloin epäilet influenssa A(H1N1) -viruksen aiheuttamaa tautia?

- 1) äkillisesti alkava kuumeinen sairaus (>38 C, alle 3-vuotiaat  $\geq 38,5$  C)
- 2) jossa on hengitystieoireita kuten yskää tai kurkkukipua. Lisäksi voi esiintyä muita oireita kuten ripulia.

Influenssa A(H1N1) -tartuntaa epäilevien henkilöiden, jotka kuuluvat riskiryhmiin (raskaana olevat naiset, tiettyjä pitkäaikaissairauksia sairastavat henkilöt ja alle 3-vuotiaat lapset) tai jotka kärsivät vakavista oireista, tulee ottaa heti oireiden alkaessa yhteyttä terveyskeskukseen mahdollisen lääkityksen ja muun hoidon arvioimiseksi. Lisätieto: [www.thl.fi](http://www.thl.fi)

#### Miten toimit mikäli sinulla on edellä mainitut oireet ja / tai kuulut riskiryhmiin?

Ota yhteyttä **puhelimitse** virka-aikana klo 8-16 **omaan terveyskeskukseesi** ja päivystysaikana yhteispäivystyksen puhelinneuvontaan 06 – 826 4500.

#### Jyta-alueen terveyskeskusten influenssaneuvonta puhelinnumerot:

- **Kannuksen terveyskeskus: 06 – 874 5519**
- **Lestijärven terveyskeskus: 044 – 788 5301**
- **Perhon terveyskeskus: 040 – 599 8442**
- **Toholammin terveyskeskus: 044 – 788 5301**
- **Tunkkarin terveyskeskus: 06 – 867 9580**

Puhelinkeskustelussa selvitetään oiretiedot ja arvioidaan, täytyvätkö epäillyn influenssatapauksen kriteerit. Jos sairaus ei täytä edellä mainittuja kriteerejä, sinut ohjataan hoitoon tavanomaisesti. Jos sairaus täyttää influenssan kriteerit, saat tarvittavat toimintaohjeet.

Influenssaa voidaan torjua ja hoitaa perinteisillä keinoilla. Paras tapa suojautua influenssalta on säännöllinen käsien pesu. Taudin tarttumista muihin voi estää yskimällä pois päin muista ihmisistä kertakäyttöiseen nenäliinaan tai hihaan. Useimmiten influenssa A(H1N1) -hoitoon riittää kotihoito. Oireita, lähinnä kuumetta lieventävänä lääkityksenä voi tarvittaessa käyttää kipu- ja särkylääkkeitä.

## LESTIJÄRVEN HELLUNTAISEURAKUNTA

Venäläinen balalaikka muusikon Oleg Gitlinin HENGELLINEN KONSERTTI Pyhäinpäivänä 31.10. klo 18.00 Lestin koululla. Tulkkina Raimo Palola, joka laulaa myös Tuulan kanssa. Jokainen on tervetullut! Vapaa pääsy.

ILOINEN KERHO POJILLE JA TYTÖILLE perjantaisin klo 17.30 – 18.30 Lestin koululla: 4-6 lk raamis-kokki, 1-3 lk ja eskarit raamis-askartelu, myös pelejä, kilpailuja, uintiretki ym. (nuorem saa tulla).

**Tule kaverisi kanssa Iloiseen Kerhoon!**