



Lestijärven kunta
Lestintie 39
69440 Lestijärvi
p. 06 8889111

JULKINEN TIEDOTE

Jaetaan kaikkiin
talouksiin



Itella Green

KUNTA TIEDOTE

4.2.2011

KORJAUS-JA ENERGIA-AVUSTUKSET KORKOTUKILAINAT

Korjausavustuksia voidaan hakea:

- vanhusväestön ja vammaisten asuntojen korjaustoimenpiteisiin (tulorajat) (veteraanilisiä rintamaveteraaneille ja rintamaveteraanien leskille, korotetut tulorajat)
- kuntoarvioihin, kuntotutkimuksiin ja perusparannustoimenpiteiden suunnitteluun
- terveyshaitan poistamisen edellyttämään korjaustoimenpiteeseen
- hissien rakentamiseen, perusparantamiseen ja suunnitteluun, liikuntaesteiden poistamiseen, esim. automatisoinnit ulko-oviin ja tarvittavat luiskat
- kiinteistökohtaisen talousjätevesijärjestelmän parantamiseen

Pientalojen energia-avustukset (1-2 asuntoa, tulorajat)

- tuetaan pientalossa tehtäviä toimenpiteitä energiatalouden parantamiseksi ja uusiutuvien energialähteiden käyttöönottamiseksi, esim. lämmitysjärjestelmän uusiminen, ulkovaipan eristäminen, ikkunat, ovet ym.

Korkotukilainoja voidaan hakea:

- omakotitalon rakentamiseen (matalaenergiavaatimus)
- asunto-osakeyhtiötalon perusparantamiseen

Hakuaajat: Hakuaika päättyy 8.4.2011

Hissi- ja terveyshaitta-avustuksia sekä korkotukilainaa voidaan hakea jatkuvasti.

Lisätietoja saa ma-ke Olavi Syri, 8889209 tai 044-0668702 ja Jarmo Kanninen, 8889206 sekä ARA:n nettisivuilta www.ara.fi.

Lestijärvi 4.2.2011

Kunnanhallitus



LESTIJÄRVI

solisee sykkeestä salomaille

STIPENDEJÄ MUUALLAOPISKELEVILLE NUORILLE

Lestijärven kunta on päättänyt, että Lestijärvellä henkikirjoituspaikkansa säilyttäville opiskelijoille, jotka suorittavat keskiasteen jälkeisiä opintoja, myönnetään vuoden 2011 aikana 168 euron avustus opintojen rahoittamiseen.

Keskiasteen jälkeisillä opinnoilla tarkoitetaan yliopistossa, korkeakoulussa ja ammattikorkeakoulussa opiskelevia sekä niitä, jotka ovat hakeutuneet lukion jälkeen ammatilliseen koulutukseen tai suorittavat peruskoulun jälkeen toista ammattitutkintoa. Stipendiä ei ole tarkoitettu oppisopimuskoulutuksessa oleville.

Avustusta hakiessaan henkilön tulee todistaa olevansa opiskelija (esim. opiskelutodistus) ja hänen täytyy olla hankikirjoitettuna Lestijärven kunnassa 31.12.2010. **Allekirjoitetut hakemukset** tulee toimittaa **18.2.2011 mennessä** LESTIJÄRVEN KUNNALLE osoitteeseen Lestintie 39 69440 LESTIJÄRVI.

Hakemuskäytännöt saa kunnantoimiston neuvonnasta ja www.lestijarvi.fi (Ajankohtaiset) Myös vapaamuotoisesti tehty hakemus on mahdollinen.

**Muista toimittaa hakemuksesi ajoissa,
muuta hakukertoja ei vuoden 2011 aikana ole**

KOHDEAVUSTUKSET

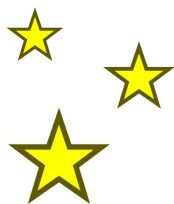
Sivistyslautakunta julistaa urheiluseuroille, nuorisoyhdistyksille ja nuorten itsensä järjestämään toimintaan tarkoitettua KOHDEAVUSTUKSET haettavaksi 4.3.2011 mennessä.

Hakemuksia saa kunnantoimistolta. Lisätietoja: Tarja Mäkelä, puh. 044-0540839. Hakemukset liitteineen toimitetaan osoitteella Sivistyslautakunta, Lestintie 39, 69440 LESTIJÄRVI.

KIRJASTO

AUKIOLOAJAT:

ma	13.00 – 19.00
ti	11.00 – 15.00
ke	13.00 – 19.00
to	12.00 – 19.00
pe	12.00 – 17.00



IKÄIHMISTEN JUMPPATUOKIOT

alkavat KOTIPIRTISSÄ kerran kuukaudessa.
Ensimmäinen kerta 22.2. 2011 klo 13:00



VAPAA-AIKATOIMI / NUORET

NUORISOTILAT avoinna yli 13-vuotiaille seuraavasti:

Maanantaisin klo 18.00-20.00 ja perjantaisin klo 19.00-21.30.

NUORTEN OHJATTU KUNTOSALI perjantaisin klo 16.00 - 17.00 kirkonkylän punttisalilla.

Yläkoululaisista ylöspäin. Ohjaajana Toni Kuorikoski / Timo Kiviniemi.

Tulossa...

NUORTEN KEILAUS- JA SHOPPAILUREISSU KOKKOLAAN MA 28.2.2011.

Reissu on tarkoitettu yläkoululaisista ylöspäin ja toteutetaan yhdessä Halsuan nuorten kanssa. Lähtöaikataulut ja reissun hinta selviävät myöhemmin. Lisätietoja Niinalta puh 050 4437 023. Ilmoittautumiset perjantaihin 25.2 mennessä Niinalle.

VAPAA-AIKATOIMI

Lestijärvellä alkaa **KKI-hanke PERUSMIES KUNTOILEE**. Hanke kestää vuoden 2011 loppuun. Hankkeen aikana on tarkoitus järjestää miehille ohjattua liikuntaa kuntosalilla, uimahallissa, liikuntasalissa sekä luonnossa liikkuen pyörillä tai kävellen / hölkäten. Ohjattu kuntosaliliikunta **alkaa su 6.2.2011 klo 18.30 kirkonkylän punttisalilla**. Tarkoituksena on tutustua kuntosalilaitteisiin ja aloittaa kevyesti kuntopiirillä jokaisen oman kunnon mukaan. Ohjaajana Toni Kuorikoski / Timo Kiviniemi. Tervetuloa mukaan liikkumaan!

HS-HIIHDOT joka toinen torstai klo 18.30 Yli-Lestillä

10.2 hiihdot, vapaa 24.2 hiihdot, perinteinen

10.3 hiihdot, vapaa 24.3 hiihdot, perinteinen

Hiihtokisoissa sarjat alle 4v-14v. Palkinnot ja mehut kaikille! Ilm. **klo 18.15 mennessä**. Pakkasraja -15.

LUISTELUKOULU 5-8-vuotiaille torstaisin klo 13.45 - 14.30 kirkonkylän kaukalolla.

Luistelukoulun vetäjänä toimii Pekka Sassali. Kypärä pakollinen (tarvittaessa koululta löytyy kypäriä). Toivomus on, että luistimet olisivat jalassa ennen aloitusta. Pakkasraja -15.

KUUTAMOHIHTO pe 18.2. Parannassa mehutarjoilu, makkaranpaistomahdollisuus sekä arvontapiste klo 19.30-21.00. Pakkasraja -15.

LASKETTELUREISSU TAHKOLLE TIISTAINA 1.3.2011.

Lähtö klo 6.30 Toholampi, klo 6.45 Sykäräinen, klo 6.55 Syrinkylä, klo 7.05 Parila, klo 7.15 Yli-Lesti, klo 7.20 Ojalanperä. Paluumatkalle lähdetään klo 17.15.

Reissun hinta (sis. rannelipun ja kyydin); aikuiset 37 €, 7-12v 30 €, alle 7v 10€

Alle 12-vuotiaalla huoltaja mukana. Sitovat ilmoittautumiset pe 25.2 mennessä Niinalle puh 050 4437 023 tai Hennalle puh 0500 971 179. Reissu toteutuu jos vähintään 30 lähtijää. Järj. Toholammin ja Lestijärven vapaa-aikatoimet ja 4H-yhdistykset

LATURETKI SU 6.3.2011.

Parannassa mehu- ja arvontapiste sekä tulet grillikatoksessa klo 11.00 – 14.00. Hiihtäjien kesken arvontaa! Pakkasraja -15.

HIIHTOKAMPANJA 1.1.- 31.3.2011

Muistathan merkitä hiihtosuorituksesi suoritusvihkoon, jolloin olet mukana arvonnassa. Suoritusvihot löytyvät valaistujen latujen läheisyydestä sekä Parannasta uimakopin seinästä ja kirjaston postilaatikko rivistä.

HIIHTOLADUT

Kunnan ylläpitämät valaistut hiihtoladut sijaitsevat Yli-Lestillä, kirkonkylällä ja Syrissä. Sen lisäksi välillä kirkonkylä - Syri on retkihiihtolatu, joka lähtee kirkonkylän valaistulta ladulta ja päättyy Syrin valaistun ladun majalle asti. Matkaan voi lähteä myös Kauppisen huoltoasemalta. Retkilatu pidetään avoimena viikonloppuisin. Jäälätua välillä kirkonkylä – Paranta – Yli-Lesti pidetään auki, mikäli sääolosuhteet sallivat.

HIIHTOLATUJEN VALOT. Latujen lähtöpaikkojen läheisyyteen asennetaan katkaisija, mistä ladulle saa valot päälle ja valot sammuvat automaattisesti klo 21.30. Tähän ollaan siirrytty jo Yli-Lestin valaistulla ladulla. Myllymäkeen ja Syrinkylän laduille katkaisijat asennetaan alkuvuoden aikana.

SEUTIS-HIIHDOT PERHOSSA KE 23.3.2011 KLO 18.30

Hiihtotapa vapaa.

Sarjat N 3 km, N18 3km, N16 3 km, T14 1,5 km, T12 1,5 km, T10 1 km, T8 1 km.
M 5 km, M18 3 km, M16 3 km, P14 1,5 km, P12 1,5 km, P10 1 km, P8 1 km.
Lisäksi kuntaviesti 4 x 1 km. Joukkueessa 2 miestä ja 2 naista.



HIIHTOMAAOTTELU Halsua – Ullava – Lestijärvi Ullavan Rahkosessa pe 25.3. klo 18.00.

Hiihtotapa perinteinen.

Sarjat T/P 6v T/P8v T/P10v T/P 12v Kaikki palkitaan!



TERVEYSKESKUS

Lestijärvellä lääkärin ja hoitajan vastaanotto suljettu viikolla 9 (28.2 – 4.3.2011).

Huomioikaa reseptinne ajoissa uusintaan.

Laboratorio suljettu viikolla 9 (28.2 – 4.3.2011).

Toholammin terveyskeskus normaalisti auki arkipäivisin klo 8.00–16.00 puh: 06- 8885300

Laboratorio arkisin klo 8.00 - 10.00

Näytteitä otetaan vain lähetteen perusteella. Laboratoriossa ei tehdä lähetteitä. Lähetteen voimassaolon voi tarkistaa vastaanoton henkilökunnalta.

LESTIJÄRVEN TERVEYSKESKUS

Avoimna maanantaista – torstaihin klo 7.30 – 15.30 ja perjantaina klo 7.30 -13.00.

Ajanvaraukset lääkärin ja päivystäväsairaanhoitajan vastaanotoille Toholammin terveyskeskuksen kautta puh. 06-888 5300 arkisin klo 8.00 - 16.00 Puhelinneuvonnassa/ajanvarauksessa annetaan hoito-ohjeita ja/tai aika vastaanotolle. **Reseptit** uusintaan vähintään viikkoa ennen lääkkeiden loppumista apteekkiin tai terveyskeskuksen vastaanotolle.

LABORATORIOPALVELUT

Näytteitä otetaan maanantaisin ja keskiviikkoisin klo 7.30 – 9.30

Näytteitä otetaan vain lähetteen perusteella. Laboratoriossa ei tehdä lähetteitä. Lähetteen voimassaolon voi tarkistaa vastaanoton henkilökunnalta. **Laboratoriotulosten tiedustelut ja hoito-ohjeet** vain puhelinnumeroista 06- 888 5306 maanantaista torstaihin klo 14.00 – 15.00 ja perjantaina klo 13.00 - 14.00 tai 06- 888 9253 maanantaisin ja keskiviikkoisin klo 14.00 - 15.30.

MUITA TOIMINTOJA

DIABETESHOITAJAN VASTAANOTTO Lestijärvellä. Ajanvaraus arkisin klo 12-14 puh. 06-8885300.

ASTMA/HENGITYSHOITAJAN VASTAANOTTO KANNUKSEN TERVEYSKESKUKSESSA, ajanvaraus puh. 06 – 8745501, jonne Lestijärven potilaat (astmaatitot ja muut hengityspotilaat jotka eivät ole keskussairaalan hoidossa) voivat varata aikoja esim. vuosikontrolleihin. Lisätietoja voi kysyä vastaanottojen henkilökunnalta. Spirometriatutkimukset Toholammin terveyskeskus puh. 06-8885300 arkisin klo 12-16.

SYDÄNHOITAJAN VASTAANOTTO TOHOLAMMIN NEUVOLAN TILOISSA, sydän-ja verenpainepotilaiden ajanvaraus puh. 0400-145311 tai ajanvarauksesta 06-8885300 arkisin klo 12-13.

REUMAHOITAJAN vastaanotto Toholammilla, ajanvaraus puh. 8885300 arkisin klo 12-16.

RÖNTGENTUTKIMUKSIIN Toholammille, ajanvaraus arkisin klo 8-16 puh. 06-8885300.

LÄÄKÄRIN PÄIVYSTYS KESKI-POHJANMAAN KESKUSSAIRAALAN

YHTEISPÄIVYSTYKSESSÄ: Arkisin klo 16.00 - 8.00. Viikonloppuisin ja perjantai klo 16 – maanantai klo 8.00.

Arkipyhisin klo 16.00 alkaen seuraavaan arkipäivään klo 08.00.

Soittakaa päivystyksen puhelinneuvontaan ennen lähtöä yhteispäivystykseen, jos teillä on ei ole lähetettä ja ette voi odottaa seuraavaa arki-aamua ja oman terveyskeskuksen vastaanottoa.

PUH. 06 – 8264500.

YLEINEN HÄTÄNUMERO 112

**Soittakaa yleiseen hätänumeroon mikäli epäilette,
että sairaus tai vamma saattaa vaatia ambulanssia ja välitöntä hoitoa.**



KOTIHOITO- JA ASUMISPALVELUT

IKÄNEUVOLA

Ikäneuvola aloittaa toimintansa helmikuun 2011 alusta. Ikäneuvolan tarkoituksena on auttaa ja tukea ikääntyvää edistämään omaa terveyttään ja hyvinvointiaan.

Ikäneuvolaan **kutsutaan terveystarkastukseen** tänä vuonna 70v. täyttävät henkilöt. Terveystarkastuksessa kartoitetaan monipuolisesti asiakkaan terveydentilaa ja hyvinvointia sekä mahdollisia sairastumisriskejä ja käydään läpi laboratoriovastaukset. Yhdessä laaditaan hyvinvointisuunnitelma.

Lisäksi ikäneuvolassa toimii **neuvontapiste**, jonne yli 65v. henkilöt voivat soittaa tai varata ajan vastaanotolle. Neuvontapisteestä saa ohjeita, neuvontaa ja hoitoa oman terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen. Tarvittaessa ikäneuvolan hoitaja voi ohjata asiakkaan muille sosiaali- ja terveydenhuollon tahoille. Äkilliset sairastumiset eivät kuulu ikäneuvolatoimintaan.

Ikäneuvolan ajanvaraus- ja puhelinaika on **tiistaisin klo 8 – 10 puh. 06- 8885 325**. Ikäneuvolan toimipiste on Toholammin terveyskeskuksen neuvolan tiloissa, Lestijärvellä järjestetään omat päivät asiakkaiden varaustilanteen mukaisesti, mutta asiakkaat voivat käydä myös Toholammilla. Ikäneuvolatoiminta on maksutonta ja osallistuminen on vapaaehtoista.

MUISTIHOITAJA

Muistihoitaja toimii myös ikäneuvolassa. Hänen vastaanotolle voi varata ajan, jos kokee muistissa olevan ongelmia tai tarvitsee ohjausta ja neuvontaa tai on määrätty muistitesti tai aloitettu muistisairauteen lääkitys. Ajanvaraus muistihoitajalle arkisin klo 12 - 15 puh. 044-7885302.

KOTIHOITO (kotisairaanhoido, kotipalvelu, tukipalvelut)

Puh. 044- 5439 388 tai 044- 0609 250. Kotihoidon ohjaaja puh. 06- 8885 311.

TURVAPUHELINASIAT

Kotihoidon lähihoitaja puh. 050- 4437 024. Kun poistut kotoa pitemmäksi aikaa (vrk), niin jätä turvapuhelimen ranneke kotiin, jotta ei tule hälytyskeskukseen turhaa hälytystä, kun ranneke ei saa yhteyttä turvapuhelimeen.

OMAISHOIDONTUKI ja KULJETUSPALVELU Sinikka Katila p. 044- 7232 312

KOTIPIRTIN PALVELUKESKUS

Juuri remontin alta valmistunut Kotipirtin palvelukeskus tarjoaa ympärivuorokautista hoivaa ja hoitoa ikääntyneille. Lyhytaikaishoito (intervalli 1-7pv) varataan osastonhoitajan kautta. Asukkaiksi tulevien (kts. jäljempänä hakeminen) kanssa laaditaan vuokrasopimus sekä hoito- ja palvelusopimus. Toivomme, että asukkaan voinnista (puh. 0400- 145 306) kyselisi vain yksi omainen, joka tiedottaa muille. Kotipirtin osastonhoitaja Raija Heikkinen puh. 0400 145 306, tulosyksikköjohtaja Margit Yli-Kotila puh. 044-7885 311, palvelujohtaja Reetta Hjelm 0400-145 200.

PALVELUASUMISEEN HAKEMINEN

Vanhustenhuollon sijoitusasioita käsittelee moniammatillinen työryhmä (SAS), jonka tehtävänä on selvittää ja arvioida asiakkaan kokonaistilanne, tarvittavat palvelut ja hoitopaikka. Kotona asuminen on ensisijainen vaihtoehto, vaikka hakijan hoidon ja huolenpidon tarve on lisääntynyt toimintakyvyn heikkenemisen vuoksi. Kotihoidon palvelut ja muu asumisen tukimahdollisuudet selvitetään. Arvioinnin tueksi työryhmä hankkii selvityksiä hakijan toimintakyvystä (mm.RAVA-indeksi), terveydentilasta ja muistista (mm.MMSE) sekä sosiaalisesta tilanteesta. Tarvittaessa tehdään kotikäynti tai käydään tutustumassa hakijaan terveyskeskuksen osastolla tai palvelutalolla. Hakemukseen sisältyy oma hakemus ja hoitohenkilökunnan arvio hakijan toimintakyvystä. SAS-ryhmä kokoontuu käsittelemään hakemuksia kuukausittain. Työryhmän yhdyshenkilönä toimii kotihoidon- ja palveluasumisen tulosyksikköjohtaja puh. 06- 8885 311. Oman hakemuslomakkeen saa Kotipirtin palvelukeskuksesta, kotisairaanhoidosta tai vuodeosastolta.

SUOMENSELÄN KANSALAI SOPISTO

Zumban kurssi alkaa pe 4.2. klo 19 -20 Lestijärven liikuntasalissa seuraavat kerrat 11.2., 18.2. ja 25.2. 2011.
Kurssimaksu 5 euroa. Opettajana Marianna Hyvönen.

LESTIJÄRVEN ELÄKELIITTO

LUENTO UNIVAIKEUKSISTA KÄRSIVILLE

Suomen Terveysmaailma Oy:stä sairaanhoitaja Anne Koskela esitelmöi erilaisista sairauksista, jotka saattavat johtaa pahoihin univaikeuksiin esim. sydänsairaus, selkäsairaus, suonenveto, verenkierto, ravitsemus ym uniapneaan liittyvät asiat.

Tilaisuus järjestetään Lestijärven seurakuntatalolla 8.2.2011 klo 13.00. Tilaisuus on maksuton. Kesto noin 1-2 h. Yleisöllä on mahdollisuus esittää kysymyksiä jotka liittyvät univaikeuksiin. Luennon jälkeen on mahdollisuus tutustua tuotteisiin jotka helpottavat univaikeuksista kärsiviä.

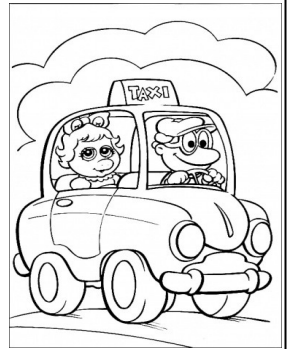
Kirkkoherra Pylväs on myöskin lupautunut tulemaan tilaisuuteen.
Aloitamme tilaisuuden lyhyellä kahvihetkellä.

Tervetuloa kuuntelemaan ja esittämään kysymyksiä!

LESTIJÄRVEN TAKSIEN VIIKONLOPPUPÄIVYSTYKSET

Perjantai illasta klo 20.00 – maanantai aamuun klo 6.00 saakka

pe – ma	04.02. – 07.02.	Sakari Similä	040 5040304
pe – ma	11.02. – 14.02.	Pertti Huhtala	050 5207329
pe – ma	18.02. – 21.02.	Jaakko Mattila0400 365631	
pe – ma	25.02. – 28.02.	Sakari Similä	040 5040304
pe – ma	04.03. – 07.03.	Pertti Huhtala	050 5027329
pe – ma	11.03. – 14.03.	Jaakko Mattila0400 365631	
pe – ma	18.03. – 21.03.	Sakari Similä	040 5040304
pe – ma	25.03. – 28.03.	Pertti Huhtala	050 5207329



Yli-Lestin työväentalolla ILTAMAT la 19.2.2011 klo 20 alkaen

Pääkaupunkiseudulta paikalla improvisaatioporukka 'VESIHEMMOT & MARTTA'.
Lisäksi paikalla paikallinen 'Hilima & Vilima + Lasse -uudet kujeet' -show.
Loppuilltaa tähdittää TANSSIYHTYE POJAT.

Paikalla myös buffetti, josta voi ostella pientä purtavaa ja juotavaa.

Lippu 10 euroa.

järjestäjina: Vesihemmot & Martta ja Markku Hietapakka

YSTÄVÄNPÄIVÄN BINGO

maanantaina 14.2.2011 klo 19.30 Yli-Lestin työväentalolla

Pelin tuotolla kartutetaan Lestin koulun ysiluokkalaisten luokkaretkirahastoa.
Kahvi- ja mehutarjoilu! Tervetuloa!