



Kotihoidon tiedote

22.4.2020

Koronavirusepidemia on laajentunut Suomessa ja valtiovallan taholta tulee runsaasti erilaisia toimenpiteitä epidemian hillitsemiseksi. Kannattaa seurata tiedotteita ja toimia annettujen ohjeiden mukaisesti. **Varotoimet ja käsien saippuapesu on nyt tärkeää!**

Yli 70-vuotiaiden ja riskiryhmiin kuuluvien tulee noudattaa erityistä varovaisuutta kaikissa toiminnoissa ja liikkua mahdollisimman vähän kodin ulkopuolella. Kaupassa/apteekissa käyntiä tulee välttää ja selvittää, kuka asioinnit voi hoitaa. Ostosten pakkaus-/kotiinkuljetuspalvelua voi kysyä puhelimitse ja kaupan poikkeavaa aukioloaikaa, jos oma asiointi on välttämätöntä. Noutoruokaa voi tilata monelta ruokapalvelun tuottajalta.

Apua ja tukea voi nyt tarvita läheisiltä, ystäviltä tai kotihoidon palveluna lähikontakteja välttämällä.

**Ohjausta, neuvontaa, apua kauppa- ja apteekkiasiointiin
puh. 044 4793601 ma-pe klo 8-15**

Kotihoito toimii normaalisti

- avustaa tarpeen mukaan terveyden – ja sairaanhoidossa
- ohjaa, neuvoo ja antaa tukea arjen ongelmatilanteissa
- **järjestää tarvittaessa ateriapalvelun** tai turvapuhelimen

Puhelinnumerot arkisin klo 7.00-14.30 puh. **044 4793285** ja **044 4793540**
joka päivä klo 7-21 puh. **044 4793555** ja **044 4793545**

Tietoa

- Oulaisten tiedotteet verkkosivuilla www.oulainen.fi
- valtakunnallinen puhelinneuvonta, puh. **0295 535 535**, ma-pe klo 8-21 ja la klo 9-15
- verkkosivut THL ja Terveysylä

Tekstiviestineuvonta numerossa **050 902 0163** on tarkoitettu henkilöille, jotka eivät esimerkiksi kuulovamman tai muun syyn takia voi käyttää puhelinta.

HÄTÄNUMERO 112

Oulaisten kotihoito

Terveyskeskuksen tiedote

Terveyskeskuksen lastenneuvola ja äitiysneuvola toimivat pääosin normaalisti. Lastenneuvolakäynnille suositetaan yhden vanhemman mukana olemista ja sisarusten jättämistä kotiin. Äitiysneuvolan vastaanotolle suositetaan saapuvaksi vain odottaja (isyiden / äitiyden tunnustamiskäynnille myös puoliso).

Oulaisten kaupunki on avannut psyykkisen tuen puhelimen 044 4793495

Puhelimeen voi soittaa, mikäli koronatilanne aiheuttaa huolta tai koet esimerkiksi ahdistusta tilanteesta johtuen.

- puhelin on avoinna arkisin ma-pe klo 9-14

Oulaisten terveyskeskus