



Tähän esitteeseen on listattu tahoja, joilta voi hakea sosiaali- ja terveyspalveluja, toimeentuloa sekä taloudellista tukea. Lista on koottu sairastavan tarpeita ajatellen. Se kertoo, millaisia tukimuotoja on tarjolla ja ketkä niitä tarjoavat. Kysy heiltä rohkeasti lisätietoja.

Suunnistuskartta löytyy myös Reumaliiton verkkosivuilta osoitteesta **reumaliitto.fi/suunnistuskartta**. Sieltä löytyvät myös suunnistuskartan ruotsinkielinen sekä lapsiperheille ja nuorille suunnattu versio. Verkkoversiosta löytyvät myös linkit tuen tarjoajien omille sivuille.

Valtionhallinto

KELA

Eläke

- Kansaneläke
 - Työkyvyttömyyseläke
 - Vanhuuseläke
- Perhe-eläkkeet (ks. myös työeläkelaitokset ja tapaturma-, liikenne tai ryhmähenkivakuutus)
- Takuueläke

Tuet

- Eläketuki
- Eläkkeensaajan asumistuki
- Eläkettä saavan hoitotuki

Työeläkelaitokset ja **Eläketurvakeskus** vastaavat seuraavista eläkkeistä:

- Osittainen varhennettu vanhuuseläke
- Osatyökyvyttömyyseläke/osakuntoutustuki
- Työeläkkeet

Korvaukset

- Korvaus yksityisen terveydenhuollon ja hammaslääkärin käyntikuluista
- Korvaus yksityislääkärinlausunnosta
- Lääkekorvaus, lääkekatto
- Matka- ja yöpymiskorvaus, matkakatto
- Vuorottelukorvaus vuorotteluvapaaseen (ks. myös työttömyyskassasi)

→ Eurooppalainen sairaanhoitokortti haetaan Kelasta.

Kuntoutus

- Apuvälineet
- Ammatillinen kuntoutus (ks. myös työeläkelaitoksesi)
- Kuntoutuspsykoterapia
- Kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskurssit
- Moniammatillinen yksilökuntoutus
- Nuoren ammatillinen kuntoutus
- Vaativa lääkinnällinen kuntoutus

Taloudellinen tuki kuntoutukseen

- Elinkeinotuki
- Kuntoutusavustus
- Kuntoutustuki (ks. myös työeläkelaitoksesi)
- Kuntoutus- ja osakuntoutusraha, myös osallistuvalla omaiselle
- Matkakorvaus
- Nuoren kuntoutusraha
- Ylläpitokorvaus

→ Kuntoutuksesta voit tiedustella myös kunnasta, vakuutus- ja työeläkelaitoksesta, TE-palveluista, työterveyshuollosta tai eri järjestöiltä.

Toimeentulo

- Sairaus- ja osasairauspäiväraha
- Toimeentulotuki
- Vammaistuki
- Yleinen asumistuki

→ Kelasta voi hakea toimeentulotukea mm. lääkkeisiin, terveydenhuollon kustannuksiin, lapsen harrastuksiin tai yleisesti toimeentuloon.

Työttömyyteen liittyviä

- Työmarkkinatuki
- Työttömän peruspäiväraha
- Kulukorvaus
- Liikkuvuusavustus

Lapsiperheeseen liittyviä

- Alle 16-vuotiaan vammaistuki
- Elatustuki
- Erytishoitoraha sairaan lapsen vanhemmalle
- Joustava ja osittainen hoitoraha
- Kotihoidon- ja yksityisen hoidon tuki
- Kuntoutus lapselle ja nuorelle
- Lapsilisä ja yksinhuoltajakorotus
- Lapsikorotus työmarkkinatuki, peruspäiväraha, eläkkeensaaja
- Muut tilanteet: adoptio, ero ym.
- Sotilasavustus

- Vanhempainpäivärahat
- Äiti sairastuu
- Äitiysavustus

Opiskeluun liittyviä

- Ateriatuki
- Aikuiskoulutustuki (Työllisyysrahasto)
- Koulumatkatuki
- Opintolainan valtioneuvoston takaus, hyvitys, vähennys, korkoavustus
- Opintotuki
 - opintoraha
 - huoltajakorotus
 - oppimateriaalilisä
 - asumislisä
 - opintotuki ulkomaille
- Opiskelijan sairauspäiväraha
- Yleinen asumistuki

TE-PALVELUT, JULKISET TYÖ- JA ELINKEINOPALVELUT

- Ammatillinen työvoimakoulutus
- Ammatinvalinta ja koulutus
- Itsensä työllistäminen
- Nuorisotakuu
- Ohjaamo nuorille
- Opiskelu työttömyysetuudella
- Oppisopimuskoulutus
- Palkkatuki
- Todistus osatyökykyiselle työnhakijalle
- Tukea työuran ja koulutuksen ratkaisuihin
- Työhönvalmentajan tuki
- Työ- ja koulutuskokeilu
- Työkykykoordinaattori
- Työllistymistä edistävä monialainen yhteispalvelu
- Työnhakuvalmennus
- Työolosuhteiden järjestelytuki
- Uravalmennus
- Yrittäjäkoulutus

→ Pyydä työterveydenhuollosta apua, mikäli sairaus vaikuttaa työkykyysi.

→ Kunnan terveydenhuolto vastaa työelämän ulkopuolella olevien terveydenhuollosta.

→ Tukea töihin liittyen voit saada myös työpaikallasi työsuojeluvaltuutetulta tai luottamusmieheltä.

→ TE-toimistosta tai ammattiliitostasi voit myös löytää apua.

→ **Tietyoelamaan.fi** tarjoaa tukea osatyökykyisille.

→ Työkykykoordinaattori auttaa pitkäaikaissairaita työhön liittyen. Heitä toimii mm. työpaikoilla, TE-toimistoissa ja työterveyshuollon palveluksessa.

→ Ammatillista kuntoutusta järjestävät Kela, työeläkelaitokset, tapaturma- ja liikennevakuutuslaitokset ja ammatilliset oppilaitokset.

TRAFICOM,

LIIKENNE- JA VIESTINTÄVIRASTO

- Liikkumisesteisen pysäköintitunnus
- Vapautus ajoneuvoverosta vammaisuuden perustella

VEROHALLINTO

- Autoveron palauttaminen vamman perusteella
- Invalidivähennys
- Kotitalousvähennys
- Veronmaksukyvyyn alentumisvähennys

SOSIAALITOIMI

- Asiakasmaksujen alentaminen
- Asuminen
 - asunnon muutostyöt
 - laitos- ja perhehoito
 - tuki- ja palveluasuminen
- läkkäiden palvelut
- Kotihoito ja tukipalvelut
- Kuntouttava työtoiminta
- Lasten, nuorten ja perheiden palvelut
- Liikkumista tukevat palvelut
- Omaishoidon tuki
- Palvelutarpeen arviointi ja palvelusuunnitelma
- Päihdepalvelut
- Sosiaalinen kuntoutus
- Sosiaalinen luototus
- Sosiaalipäivystys
- Sosiaalityö

- Täydentävä ja ehkäisevä toimeentulotuki
- Vammaispalvelut ja tukitoimet

→ Kunnan sosiaalityöntekijä ja -ohjaaja auttavat sinua tukien ja palvelujen hakemisessa.

→ Sosiaaliasiamies neuvoo kunnan sosiaalihuollon asiakkaita ja toimii oikeuksien edistämiseksi.

→ Vammais- ja vanhusneuvostot sekä nuorisovaltuustot tuovat esille kohderyhmänsä tarpeita kunnalliseen päätöksentekoon.

→ Vammais- ja esteettömyysasiamies edistävät vammaisten ja liikkumisesteisten henkilöiden oikeuksia kunnissa.

TERVEYDENHUOLTO

- Apuvälineet
- Asiakasmaksujen alentaminen
- Ensihoito (sairaanhoitopiirit)
- Hoito- ja kuntoutussuunnitelma
- Kotisairaanhoito ja -sairaalahoito
- Koulu- ja opiskeluterveydenhuolto
- Kuntouttava työtoiminta
- Lääkinnällinen kuntoutus
- Mielenterveyspalvelut
- Neuvolat
- Potilasturvallisuus
- Päivystys
- Rokotukset ja seulonnat
- Sairaalat ja erikoissairaanhoito
- Sosiaalityö ja kuntoutusohjaus sairaalassa
- Suun terveydenhuolto
- Terveystoimien maksukatto
- Terveyskeskukset, perusterveydenhuolto
- Terveysneuvonta ja terveystarkastukset
- Työterveyshuolto
- Työttömien terveyspalvelut

→ Keskustele lääkärisi kanssa, mikäli sinulla on toiveita erikoissairaanhoitoon. Se valitaan yhdessä lähetteen antavan lääkärin tai hammaslääkärin kanssa.

→ Sinulla on hoitopaikan käytäntöjen mahdollistamissa rajoissa oikeus valita myös hoitava lääkärisi tai muu terveydenhuollon ammattilainen.

→ Jos olet tyytymätön saamaasi hoitoon, selvitä ensisijaisesti asiaa hoidonantajan kanssa. Tarvittaessa voit tehdä muistutuksen tai kantelun.

→ Potilasvahingosta voi hakea korvausta Potilasvakuutuskeskuksesta.

→ Voit olla yhteydessä potilasasiamieheen, mikäli olet tyytymätön terveydenhuollossa saamaasi hoitoon tai kohteluun ja tarvitset siinä apua. Potilasasiamies neuvoo ja antaa tietoa potilaan asemasta ja oikeuksista. Jokaisella terveydenhuollon toimintayksiköllä on nimetty potilasasiamies.

→ Voit valita terveysaseman, joka vastaa perusterveydenhuollon palveluistasi. Terveysasemaa voi vaihtaa enintään vuoden välein.

Muita tahoja

ARA:n avustus kodin korjaamiseen

Avustaa vammaisia ja yli 65-vuotiaita kodin korjauksissa, p. 029 525 0818

Kansalaisneuvonta

Ohjaa oikean julkisen palvelun luo p. 0295 000.

Potilasvakuutuskeskus

Korvaa terveydenhoidossa aiheutuneita henkilövahinkoja, p. 040 4504 590.

Seurakunnat

Auttavat esimerkiksi diakoniatyön ja taloudellisen avustamisen muodossa. Lisätietoa seurakunnastasi.

Sosiaaliturvaopas

Kattavasti tietoa sosiaaliturvasta, www.sosiaaliturvaopas.fi.

Suomen keskinäinen lääkevahinkovakuutusyhtiö

Korvaa lääkkeitä aiheutuneita haittavaikutuksia, p. 010 219 5712.

Takuu-Säätiö

Apua ja neuvontaa velkaantumiseen, p. 09 6126 340.

Talous- ja velkaneuvonta

Oikeusaputoimistot tarjoavat maksutonta neuvontaa talous- ja velka-asioissa. Lisätietoja esim. Kansalaisneuvonnasta p. 0295 000.

Tuetut lomät

Lomajärjestöt järjestävät tuettuja lomia, jotka myönnetään taloudellisin, sosiaalisiin ja terveydellisiin perusteisiin. Lisätietoa Lomajärjestöjen yhteistyöryhmä LYR.

Tukilinja

Apurahoja pitkäaikaissairaille ja vammaisille lapsille ja nuorille, p. 09-4155 1508.

Valtakunnallinen oikeusapuneuvonta

Valtion oikeusaputoimistot antavat asianajopalveluja oikeusapuun oikeutetuille. Lisätietoa esim. Kansalaisneuvonnasta.

Yhteystietoja kansalaiselle

www.suomi.fi kokoaa julkiset palvelut.

→ Kysy kuulutko alennusryhmään sairausloman vuoksi. Esimerkiksi monet ammattiliitot alentavat maksuaan näissä tilanteissa.

Reumaliiton tuki sinulle

Ohjaamme eteenpäin sosiaaliturvaan liittyvissä kysymyksissä sähköpostitse palveluneuvonta@reumaliitto.fi sekä puhelimitse torstaisin klo 10–11.30 p. 044 7680 448.

Myönnämme avustuksia Hugo Eklundin, Pirkko Handolin ja Enni Viian rahastoista. Lisätietoa nettisivuilta www.reumaliitto.fi /tukea-ja-palveluita sekä p. 050 548 6421.

Järjestämme arkea tukevia kursseja ja lomatoimintaa.

Lisätietoa nettisivuilta www.reumaliitto.fi/kurssit ja www.reumaliitto.fi/lomat sekä tiistaista torstaihin p. 040 504 4536.

Reumaliiton vaihde auttaa ma–to klo 9–13 p. (09) 476 155 ja info@reumaliitto.fi.

Reumaliiton jäsenyhdistykset tarjoavat tietoa ja vertaistukea alueellasi.

Liity jäseneksi!

 **Reumaliitto**
www.reumaliitto.fi