

Toten.

Du kjære bygd med de stille grender,
der skogen suste min vuggesang,
vi hører sammen som gode venner
og skilles aldri vel noen gang.
De vakre åsdrag som bølger mot en,
de kjente stier, er livet selv.
Fra fjerne steder jeg ser dig, Toten
i tankens blåner så mangen kveld.

Vi vender blikket mot gamle Gihle,
hvor fortidsminnene lyser frem,
hvor Totens første ble lagt til hvile,
de er oss fjernt men vi takker dem.
De ryddet lia, men de forlot den,
og Mjøsa blånet for siste gang.
Men vi har arven, det brede Toten,
en bygd som blomstrer i sol og sang.

Aksel Napstad



| Innholdsfortegnelse: | |
|---|-------|
| Foreninger, omtalt med informasjon: | Side: |
| - Demensforeningen i VTK | 24 |
| - Eina pensjonistforening | 4 |
| - Folkeakademiet i Oppland/ Hedmark | 7 |
| - Foreninger i VTK, oversikt m/ kontakter | 24-25 |
| - Frivilligsentralen | 1 |
| - Gjøvik og omland geologiforening | 7 |
| - Gjøvik og Toten Slektshistorielag | 8 |
| - Helsetjenesten i VTK | 16-21 |
| - Ihle Pensjonistforening | 4 |
| - NAV i VTK | 20 |
| - Omsorgsavd VTK | 11-15 |
| - Pensjonistuniversitetet i Gjøvik | 2 |
| - Raufoss Bridgeklubb | 8 |
| - Raufoss Menighetsråd, hyggetreff for alle | 10 |
| - Raufoss Normisjon Formiddagstreff | 10 |
| - Raufoss og Omegn Pensjonistlag | 3 |
| - Raufoss Sanitetsforeninger | 5 |
| - Seniorsaken | 1 |
| - Småjobbsentralen | 1 |
| - Sosialkontoret | 16 |
| - Toten Blå Kors forening | 6 |
| - Toten Helselag | 9 |
| - V. Toten Sanitetsforening | 5 |
| - V. Toten folkebibliotek | 22 |
| - V. Toten Husflidslag | 7 |
| - V. Toten Revmatikerforening | 23 |

Utgiver: Eldrerådet i Vestre Toten kommune.

Feil i info meldes til Vegard Skogen, tlf 61153314.

Utgitt: 01.04.09/ Rev. 2/ 22.12.10. Neste rev. Febr. 2011

Frivilligsentralen Vestre Toten, Storgaten 65,

Raufoss er åpen mandag til torsdag kl. 10:00 – 15:00

Tlf. nr. 611 92266, E-post:

frivive@online.no

Har du tid til overs? – Vi trenger deg! - Tar du utfordringen?

Ring eller kom innom – så tar vi en prat! Se vår egen brosjyre!



Småjobbsentralen i Vestre Toten

Småjobbsentralen gir jobb til deg som har tid, og hjelp til deg som trenger det! Vi har som formål å registrere hjelpere som er interessert i å utføre enklere arbeidsoppdrag og formidle arbeidsoppdrag til disse etter henvendelse fra eldre, uføre og andre som har behov for hjelp.

Vi har kontortid i Frivilligsentralens lokaler, Storgaten 65 på Raufoss hver torsdag mellom kl. 11.00 og 15.00. Ring oss på tlf. 468 10 247 eller avlegg et kontorbesøk.

Seniorsaken: GJØVIK - LAND - TOTEN

Norge skal være et land der det er trygt å bli gammel. Som medlem av Seniorsaken har du en organisasjon i ryggen som kan gi deg støtte. Du har adgang til rådgivning innenfor: Juss, helse, økonomi, livsstil og livsforhold. Du får medlemsmagasinet Senior seks ganger i året. Vi arbeider for at alle skal sikres et verdig liv - også når vi blir eldre.

Seniorsaken vil være kjent for å ta opp saker som angår brudd på eldre rettigheter. Kontaktperson i Vestre Toten: Olav Stepperud Sillongenveien 186, 2846 Bøverbru, Tlf. 61196760, Mobil: 47647431

Seniornett

Seniornett er etablerte i RA-Pensjonistenes aktivitetssenter, Veltmanåvn.2. Det er møter andre og siste torsdagen i mnd. kl.19:00 – 21:00. Kurs for nybegynnere kl 18:00. Leder er Ragnar Denis Andersen. Tlf. 61192145. Det arrangeres jevnlig kurser i bildebehandling, internettbruk, grunnleggende PC-bruk. Medlemskap koster 150,- kr/år. Kursene koster ekstra.

Pensjonistuniversitetet Gjøvik

Alle møtene/foredragene finner sted tirsdag formiddag på Gjøvik bedehus i Kirkegata 8 i Gjøvik.

Pensjonistuniversitetet (PU) Gjøvik er en møteplass for pensjonister og andre interesserte, og er et forum for foredrag, diskusjon og menneskelig kontakt. PU startet i Frankrike i 1972. Ideen kom til Norge i 1982 og til Gjøvik i 1988. Det er i dag over 76 registrerte organisasjoner i Norge med betegnelser som: Pensjonistuniversitet, Senioruniversitet, Eldreuniversitet, Eldreakademi eller Universitetet for den tredje alder (U3A).

PU Gjøvik har i dag om lag 250 betalende medlemmer. Antall personer som deltar på våre møter er stadig økende.

Medlemskontingenten er kroner 200 per semester.

Medlemmene har fri adgang på møtene, men betaler kroner 20,- hvis de ønsker kaffe. Gjester er velkomne og betaler kr 100 pr møte inkludert kaffe. Alle medlemmer i PU Gjøvik har gratis adgang på møtene i Senioruniversitetet i Land og Etnedal. Vil du bli medlem av Pensjonistuniversitetet Gjøvik kontakt sekretær Toril Singstad Pålshaugen eller et medlem av styret. Styret for 2008: Leder Bjørn Bølviken, sekretær Toril Singstad Pålshaugen, styremedlemmer: Anne Stewart, Øyvind Schnell, Eva Scheflo og Liv Kari Ugland. Vararepresentanter: Eirik Asplin og Anne Brite Kveberg

Vestre Toten Revmatikerforening



Aktivitetsplan for 2009

**Åpne møter på Kløvertun Raufoss:
Første tirsdagen i måneden kl. 18:00
Servering og utlodning på alle møter.**

**Alle er også velkomne til vår likemannskafé på
Frivillig. Sentr. Hver mandag fra Kl. 11.00 til 14.00**

**Turer Vår/Høst
Julebord: 4. Desember**

**Trim i sal på Raufosstun hver mandag fra
Kl. 17.00 til 18.00**

**Bading/Trening i oppvarmet vann på Steffensrud hver
torsdag. (to grupper kl.17.30 og 18.45)**

**Stavgang hver tirsdag fra Meieritunet
(Kremmer`n) (kl-11.00)**

Kontaktpersoner:

Anne Merete Vestpåsveen Tlf. 61 19 36 95
Dorete Thomassen Tlf. 411 23 836

Informasjon om biblioteket i V.Toten

Hovedbiblioteket:Rådhuset i Raufoss. Telefon: 61 15 34 10

Åpningstider: Mandag-torsdag: 10-19

Fredag: 10-13

Lørdag: 10-13

Postadresse: VestreToten folkebibliotek

Postboks 84

2831 Raufoss



Sentret er en møtesplass for alle pensjonister uansett tidligere arbeidsforhold også førtidspensjonister. Hensikten er å aktivisere pensjonisttilværelsen med sosialt samvær og forskjellige aktiviteter. Det er mange ting å delta i her på Sentret og har dere lyst, er dere hjertelig velkomne til å delta i aktiviteter eller bare ta en koseprat over en kopp kaffe. Det er medl.møte siste mand i mnd kl 11:00, det er hyggekvelder, sang m/koret, moteshow, julebord, aktiviteter i verkstedet, en langtur og en dagstur hvert år mm.

Sentret er åpent **mandag, onsdag og fredag** kl. 9-13

Mandag:Bingo kl.11-11:30 og bridge fra kl. 18:00.

Tirsdag:Pensjonistkoret øver kl. 10:30 - 12:30 og
Seniordans kl.17- 19

Onsdag:Trim kl.10:45 - 11:15

Torsdag:Raufoss Badeland: Trim kl.10 og bad fra kl.11,
Seniornett kl. 11-12
Raufoss og Omegn Pensjonistlag

Fredag:Sosialt samvær kl. 9:00 - 13:00

Stengt: I forbindelse med ferie, jul, påske holdes sentret stengt. Info gis ved oppslag og i **Optimisten**. Kontingent er 200 kr/år. Inngang i møter er 50 kr/p. Møtene inneholder lagssaker, underholdning og kaffe m/ noe attåt, utlodning.

Frisør er tilgjengelig for alle pensjonister etter avtale.

Fotpleier er tilgjengelig for medlemmer av ROP etter avtale.

Leder: Liv Rehn Berger, Vestrumvn 1, tlf. 61191024

Eina Pensjonistforening.

Foreningen ble stiftet i 1961 og har ca 220 medlemmer. Faste medlemsmøter på Helsehuset første torsdagen etter den 20. hver mnd. kl. 13:00. Der er det ord for dagen, foreningssaker og aktuelle temaer ved enten gjester eller egne medlemmer. Utlodning og sosialt samvær er også viktig del av møtet. I mars hvert år er pensjonist-foreningen invitert til Thune skole der 6. klassingene er vertskap og har ansvaret for underholdning og bevertning. Hver mandag er eldre invitert til Eina Dagsenter, der det blir det servert formiddagsmat og middag. Det er medlemmer av foreningen som står for dette på frivillig basis. Hvert år arrangeres en sommertur med buss. Leder Ingrid Skinderviken, tlf. 61195248. Kasserer Leif Arne Sandbekken, Tlf..61195225/ 61195237

Ihle Pensionistforening

Vi har møter siste torsdag i hver måned fra 18.00 - 22.00 på Toten Hotell Sillongen. På møtene har vi, foruten faste saker, innslag med underholdning eller opplysning rundt et tema, hovedsaklig fra lokale folk. Vi har lang kaffepause, utlodning og 1 1/2 times dans til levende musikk. Foruten de faste møtene har vi fem dagers sommertur hvert år, Olsok.-fest dagsturer og teaterturer, julebordstur og nyttårsfest. Vi har omlag 200 medlemmer og det er plass til fler! Årskontingenten er på kr. 200 som inkluderer medlemsmagasin. I tillegg er det kr. 70 i inngang på alle møter. Leder: Thor Ola Skarpen, 611 68393

Rehabiliterings- og opptreningssentra.

STEFFENSRUD REHABILITERINGSSENTER A/S

Pasientene får et individuelt tilpasset behandlingsopplegg og en rehabiliteringsplan blir utarbeidet av et tverrfaglig team bestående av lege, legespesialist, fysioterapeuter, sykepleiere, ergoterapeuter, logoped og sosionom
Behandlingstilbudet retter seg i hovedsak inn mot følgende diagnose grupper:

- [Muskel- og skjelettlidelser](#)
- [Hjerneslag](#)
- [Nevrologiske lidelser](#)
- [Brudd og slitasjeskader](#)
- [Mestrings-kurs](#)

PAULSRUD REHABILITERINGS SENTER:

Paulsrud Rehabiliteringssenter er en del av spesialisthelsetjenesten og har avtale med Helse Sør-Øst RHF om rehabilitering av "eldre pasienter med sammensatte lidelser" og pasienter med ulike kreftdiagnoser
Det finnes flere lignende behandlingssteder i nærheten i Gjøvik, Østre Toten og Land.

Varsling:

AMK - sentralen, politiet og alle legene i kommunen skal til enhver tid ha oversikt over teamets medlemmer slik at de kan varsle ved behov. Dessuten har alle kommunale instanser plikt til å hjelpe innbyggerne til rett tjeneste slik at disse også er behjelpelige i slike situasjoner.

NAV Vestre Toten:

NAV-kontoret består av tidligere trygdekontoret, aetat og kommunens sosialtjeneste, som en del av en nasjonal reform med hovedmål.

- å få flere i arbeid og aktivitet og færre på stønad
- å tilpasse tjenestene bedre etter brukernes behov
- å utvikle en helhetlig og effektiv arbeids- og velferdsforvaltning

Adresse: Kirkevn. 8, (Rådhuset), 2831 Raufoss, tlf. 52049590, (alle dager 08:00 – 15:30) . Åpningstid alle dager unntatt tirsd: 09:00-15:00. Tirsd: Kl.10:00 – 15:00.

”Slipp kulturen inn”

Slipp kulturen inn er et samarbeid mellom omsorg og kulturavdelingen i kommunen. Slipp kulturen inn er i første rekke rettet mot pasientene som bor på institusjon eller omsorgsbolig.

Målet er å bidra til økt trivsel gjennom aktivitet, adspredelse og felles opplevelse. Eks. avislesning, trim, sosialt samvær, sang og musikk osv. Vi har bruk for det du kan tilby.

Alle avdelinger har kulturkontakt blant de ansatte, Alle aktiviteter blir bekjentgjort på Vestre Toten kommunes hjemmeside under kalendere. Kan du tenke deg å bidra med noe, ta kontakt for en uforpliktende prat.

Med vennlig hilsen/Kari Håkerud. Tlf: 61153473

E-post: kari.haakerud@vestre-toten.kommune.no

Vestre Toten sanitetsforening.

Foreningen ble stiftet 2.juni 1907. Den jobber for omsorg i nærmiljøet i Bøverbru, Reinsvoll, Åsmarka og Ihle. Vi jobber for at det skal være godt å bo i disse områdene for både barn, unge og eldre. Oppgavene er forskjellige og vi lytter til lokalbefolkningens interesse og behov, som: Bedre kosthold for barn og unge. Vi inviterer til frokost på Ihle, Bøverbru og Reinsvoll skole samtidig som vi understreker viktigheten av et sunt og godt kosthold. Vi gir støtte til sunne aktiviteter for barn og unge som idrettslag, musikkorps, 4H, speidere mfl. Vi har en omsorgsberedskap og stiller opp som medlemmer i Kommunens Beredsskapsråd ved ulykker, kriser og katastrofesituasjoner. Kontaktperson: Anne-Lise Enger, tlf 61196652 og 92407625.

Raufoss Sanitetsforening 1998 – 2008,

36 aktive medlemmer, 125 passive.

Arbeidsstyret består av p.t. 7 medlemmer.

Vårt motto er: Omtanke i Nærmiljøet.

Vi eier Kløvertun møtelokaler.

Medlemsmøter hovedforening den siste mandagen i hver måned på Kløvertun.

Medlemsmøter arbeidslag den andre onsdagen i hver måned på Kløvertun.

Styremøter annenhver måned.

Vi arrangerer hyggetreff på Kløvertun hver måned. Alle hjertelig velkommen.

Vi steiker vafler og serverer på Raufosstun hver 14. dag og serverer kaffe, kake og kveldsmat i omsorgsboligene en gang hver måned.

Strikkekaffe arrangeres den første mandagen i hver måned. Alle velkommen.

Kontaktperson: Lisbeth Skartseterhagen, tlf. 99646989.

Toten Blåkorsforening

Toten Blåkorsforening arrangerer møte ca. en gang i mnd. Møtene annonseres i Oppland Arbeiderblad. Toten Blåkorsforening ledes av et valgt styre. Vi støtter blant annet Kafe Kampen på Gjøvik. Vi har to selvhjelpsgrupper. Gutteklubben "Grei" - et tiltak for rusmisbrukere som har et ønske om å bli rusfri, eller som trenger noen å snakke med etter endt behandling. Vi har kun et krav, du må møte til gruppa rusfri. Gutteklubben har møter: Mandag ulik uke kl. 19.00 - 21.00

Pårørendegruppe - et tiltak for pårørende i forhold til rus - og alkoholproblem. Trenger du noen å snakke med? Trenger du møte med mennesker som selv har kjent dette på kroppen?

Pårørendegruppa har møter:

Tirsdag ulik ukenr kl. 19:00 – 21:00

Deltagelse i gruppene er gratis.

Alle som deltar i gruppene har taushetsplikt.

Møtene holdes: Knut Hamsunsvei 19, 2830 Raufoss. For eventuell mer informasjon, kontakt:

Jan Svein: 48 27 99 11

Åge: 41 33 99 04, Ole: 99 58 67 86, Pårørendegruppe: Inger

Karin: 40 20 45 90, Torild : 48 06 89 18

E - post: selvhjelpsgruppe.raufoss@hotmail.com

For støtte benytt kontonr: 2050 09.60346

Kontaktpersoner for enkelttjenester med funksjon som medisinskfaglig overordnet rådgiver:

Jens Mørch, kommunelege 1: Tlf 61153512, (mandag, onsdag torsdag): Adm. ledelse, smittevern, beredskap

Fredrik Langballe, kommunelege 2: Tlf 61153500 (helst torsdag): Stedfortreder for kommunelege Berit Nyhus Øverlie: Tlf 61198300 (helst torsdag)

Psykiatri

Lars Solheim: Tlf 61153500 (fredager) Sykehjem.
(Koordinerende ansvar for tilsynsleger ved sykehjemmene)

Kriseteam

Det er etablert et tverrfaglig team i kommunen som skal kunne gi psykososial hjelp og bistand til personer i forbindelse med brå og uventede dødsfall, alvorlige voldshendelser og ulykker, selvmord/ selvmordsforsøk eller andre akutte truende livssituasjoner.

Kriseteamet sorterer under helsesjefen og består av 7 personer. Disse er psykiatrisk sykepleier, lege, helsesøster, sosionom, ungdomskontakt, representant fra kirke og politi. Det er den enkelte innbygger som til enhver tid avgjør hva som er krise for vedkommende og når han eller hun trenger hjelp.

Legetjenesten:

Oversikt over alle legekontorer med åpningstider:

Raufoss kommunelegekontor, Sagvegen 4, 2830 Raufoss:

Åpent alle hverdager tlf. 61153500

Lege Fredrik Langballe

Lege Lars Solheim

Lege Branka Pilipovic

Lege Hilde Johanne Iversbakken (permisjon)

Turnuslege.

Bøverbru kommunelegekontor, 2846 Bøverbru: Åpent alle hverdager, tlf 61159750

Lege Per Erik Bø

Lege Anders Sollien

Lege Øyvind Torp

Nysethvegen legekontor, Nysethvn. 3, 2830 Raufoss: Åpent alle hverdager. tlf 61198300

Lege Magne Jørgensen

Lege Berit Nyhus Øverlie

Lege Dag Breisjølie

Raufoss Legesenter, Almenvn 3, Raufoss. Åpent alle hverdager tlf 61191420

Lege Snorre Langfjæran

Torvet Legekontor, Storgt.34, 2830 Raufoss. Åpent mandag, tirsdag, torsdag og fredag, tlf 61191734

Lege Irina Halgunset

Vestre Toten Husflidslag

Avholder møter første tirsdagen i måneden på Frivilligsentralen, Storgaten 65, Raufoss, kl.19:00. Det settes opp plakater på mange steder før hvert møte.

Leder: Majen Myhre, Svebakken 2, 2830 Raufoss, tlf.nr 611 92622. Sekr.: Marit Ødegaard, 2843 Eina, tlf. 611 95317 / 971 27 014



Gjøvik og omland geologiforening

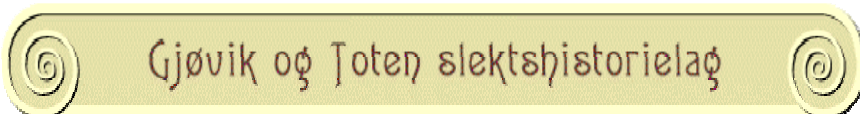
For deg som er interessert i bergarter, mineraler og fossiler. I vinterhalvåret har vi medlemsmøter en gang i måneden på Vardal ungdomsskole. Om sommeren har vi turer for å lete etter "stein". Kontaktperson: Finn Solheim, tlf. 61193068. Foreningsadresse: Rolf Bjørn Nielsen, Bassengvn.8c, 2821 Gjøvik

Folkeakademiet Vestre Toten

Folkeakademiet er for deg som vil oppleve foredrag, sang, musikk, teater i et miljø der du treffer likesinnede og som ønsker at barn unge, eldre og beboere på institusjoner skal få kulturelle opplevelser. Folkeakademiet i Vestre Toten arrangerer regelmessige besøk av artister ved sykehjem og omsorgsboliger i samarbeide med kulturetaten, "Den kulturelle spaserstokken" Vi ordner også underholdning ved opptreningssentra og pensjonistforeninger.

Kontakt: www.folkeakademiet.no og Hans Vold Vikersveen tlf. 94889605

SL EKTSGRANSKING



avholder medlemsmøter hver 1. torsdag i måneden på Gjøvik bibliotek 2. etg. Kl. 18.30 (kommer du etter kl. 18.00, så ring på) Kunne du tenke deg å starte med slektsgransking eller har du drevet litt på egenhånd, men kunne tenke deg å møte andre med samme interesse, så er det bare å komme. Selv om du ikke er medlem, kan det være greit å ta en tur for å se om dette er noe for deg. Her kan du få hjelp fra andre medlemmer hvis det er ønskelig. Vi tar oss også litt tid til en kopp kaffe for bare å skravle og bli kjent. På noen av møtene er det også foredrag før vi starter med gransking. Biblioteket har PC'er som vi fritt kan disponere under våre møter. Ellers har vi et rikholdig bibliotek med avskrevne kirkebøker, etc. For ytterligere informasjon: www.slektshistorielaget.no

Raufoss Bridgeklubb.

Raufoss Bridgeklubb ble stiftet den 04.09.1938 og har i 2009 24 A-medlemmer. Våre spillekvelder er i RA-pensjonistenes aktivitetssenter, Veltmanåvn. 2, 2830 Raufoss på mandager kl. 18:00 til. kl 22:30. Vi har ofte besøk fra Østre TK og Gjøvik. Om sommeren arrangeres sommerbridge fra ca 25. mai og ut august. Da endrer vi spillekveld fra mandager til tirsdager. Sommerbridgen har de siste årene gått på omgang mellom Raufoss Bridgeklubb og Lena Bridgeklubb. I 2010 har vi planlagt oppstart av nybegynnerkurs i bridge og da i mulig samarbeide med Lena Bridgeklubb og Gjøvik og Vardal Bridgeklubb. Annonsering i dagspressen og i lokalradioen. Leder er; Gaute Gjerdingen, tlf. 92897014, mailadresse: gautegjerd@gmail.com.

Fysioterapitjeneste - kommunal, gjelder kommunalt ansatte fysioterapeuter.

Målgruppe: Brukere i alle aldre som har behov for disse tjenestene.

Tjenesten bidrar blandt annet med: Rehabilitering, funksjonsvurdering / kartlegging av klientens ressurser, opptrening, formidling av tekniske hjelpemidler, deltagelse i tverrfaglig samarbeid / ansvarsgrupper.

Pasienter i institusjon som trenger fysikalsk behandling må ha henvisning fra tilsynslege.

Henvendelse: Fysio-/ ergoterapitjenesten. Tlf. 61199090 Raufosstun, Severin Olsensvei 15, Pb.84, 2830 Raufoss. Kontaktpersoner: Lisbeth Gulbrandsen, tlf. 61199095, Anne Marie Bjørnerud, tlf.61199090, Anne Henningsen, tlf. 61199096 og Ragnhild Furuseth, tlf 61199092

Ergoterapitjenesten - kommunal, gjelder kommunalt ansatte fysio- / ergo-terapeuter.

Målgruppe: Brukere i alle aldre som har behov for disse tjenestene.

Tjenesten bidrar blant annet med:

Formidling av tekniske hjelpemidler (til korttids-og varig utlån)

Rehabilitering

Funksjonsvurdering/kartlegging av klientens ressurser

Tilrettelegging av bolig/bomiljø

Tilrettelegging av sosiale aktiviteter

Deltagelse i tverrfaglige ansvars/basisgrupper.

Henvendelse til fysio- / ergo-terapitjenesten i tjenesten, tlf 611 99090

Helseavdelingen

Henvendelse og skriftlig søknad rettes til: **Vestre Toten kommune, Helseavdelingen, Post boks 84, 2831 Raufoss. Tlf. 611 53540 / 611 53538**

Internert: www.vestre-toten.kommune.no.

E-post: post@vestre-toten.kommune.no.

Ekspedisjonstid fra kl. 08.30-15.00, mandagfredag.

Generelt.

- Offentlig legetjeneste er organisert med deltidsansatte leger som fungerer innenfor et område/funksjon som medisinsk faglig rådgiver eller avd.lege/lege på skole /helsestasjon/sykehjem.

- Kurativ legetjeneste: Er organisert som privat legepraksis med reguleringer nedfelt i fastlegeordningen
- Legevaktstjeneste er organisert som en obligatorisk tjeneste for legene i kommunen. Formidling skjer via bemannet legevaktsentral beliggende på Gjøvik sykehus og er regulert etter egne forskrifter, tlf 611 37000, kl. 15:00 - 08:00, hverdager og helg/helligdager: hele døgnet

Tekniske hjelpemidler - til hvem og hvor henvender jeg meg?

Tjenesten er tilgjengelig for brukere i kommunen med nedsatt funksjonsnivå - midlertidig eller varig. Søknad går til Hjelpemiddelsentralen.

En del utstyr finnes i kommunens korttidslager på Raufosstun og kan leveres ut omgående. Utstyr som må leveres fra Hjelpemiddelsentralen tar noe lengre tid.

Henvendelse til:

- Fysio/ergoterapitjenesten, tlf 61199090

Adr. Raufosstun, Severin Olsensvei 15

Pb.84, 2830 Raufoss

Nasjonalforeningen for Folkehelsen

TOTEN HELSELAG ble stiftet den 5. april 2006. med interimsstyre, konstituert 10. mai -06. Laget har pr. 31.12.08. 170 medlemmer og arbeider innenfor område Vestre Toten og Østre Toten kommuner. Formålet er "bedre helse for befolkningen" i nevnte kommuner. Vi har trimgrupper på Raufoss barneskole og på Totenviken skole, Skreia. Vår dataklubb for seniorer har avholdt kurs i 2008. på ungdomsskolene på Raufoss – Reinsvoll - Lena - Skreia. Dette vil vi fortsette med så langt det er interesse. Vi har Medlemsmøter andre onsdag i mnd. vekselvis på Sillongen Toten Hotel og Toten Gjestegård kl. 18.30 Annonseres i Totens Blad. Alle er velkommen uansett medlemskap eller ikke. Grillaften på Panengen brygge i Totenvika ca. midten av juni. -annonseres. Vi deltar med stand på Festivalen friluftsliv for alle, på Raufoss, i mnds.skifte aug/sept. og stand på Lena, under Lena Mart'n. Ellers avvikler vi årlige bussturer og Julebord. Det sosiale fellesskap står i "høysete" og vi ønsker oss flere medlemmer som vil være hjertelig velkommen i Toten helselag. Nasjonalforeningen for Folkehelsen er "største bidragsyter til forskning på hjerte-kar ved siden av det offentlige. I tillegg til dette satses det nå også sterkt på Demens og Hjerneslag. Vi samarbeider nært med demensforeningene i Vestre og østre Toten kommuner. På våre medlemsmøter har vi forskjellige temaer knyttet til helse. Henvendelse kan gjøres til Egil B. Berglund tlf. 61169505 eller Magne Hovsveen tlf. 611 92434.

Raufoss menighetsråd

Postboks 58, 2831 Raufoss, tlf 611 53485, E-post:

menighetskontor.raufoss@vestretoten.kirken.no,

Hjemmeside: www.vestretoten.kirken.no

Raufoss menighet har 2 hyggetreff pr halvår sammen med Frelsesarmèen, ett er på menighetshuset og ett er på Frelsesarmèen. For 2009 er datoene:

12.02 er på Frelsesarmèen

14.05 er på Menighetshuset

10.09 er på Frelsesarmèen

12.11 er på Menighetshuset

Sorggrupper: Svært ofte er det slik at når noen dør, etterlater de seg eldre pårørende. Det kan ofte være godt å få snakke sammen med andre i samme situasjon. Ta kontakt med menighetskontoret / diakon for nærmere informasjon.

Gudstjenester: I Raufoss kirke er det som regel gudstjeneste kl. 11:00 hver søndag. Av og til er det fellesgudstjeneste et annet sted. En sjelden gang er det gudstjeneste til annen tid. Se annonse på fredager i Oppland Arbeiderblad.

Normisjon, Raufoss

Formiddagstreff 1. mandag i mnd.

Kontakt: Einar Christiansen, tlf. 61191254

Feiervesenet i VTK : Henvendelse til feierkoordinator

Terje Aurland, tlf. 909 70 451. E-post: terje.aurland@vestretoten.kommune.no

Besøksadr.: Hunnselvgg.12, 2830 Raufoss, avtal på forhånd!

Se på internett: www.vestre-toten.kommune.no

Snøbrøyting: VTK Teknisk driftsavd. Tlf. Driftsenhetsleder

Ona Ekeløf, Tlf. 915 16 475

Hjemmesykepleie - til hvem?

Personer, uansett alder, som på grunn av sykdom eller skade har behov for nødvendig helsehjelp i hjemmet.

Alle som bor eller oppholder seg midlertidig i Vestre Toten kommune. Tjenesten tildeles etter individuell vurdering og vurderes fortløpende.

Det kan gjøres muntlig avtale om besøk.

Ved henvendelse pr.telefon:

Dagtid kl. 07.30 - 15.30

Hjemmesykepleie Distrikt Raufoss: tlf.: 61 15 92 60

Hjemmesykepleie Distrikt Sør: tlf.:61 19 87 40

Kveld/natt kl. 15.30-07.30:

Legevakt: tlf.: 61 13 70 00

Videreformidler beskjed til hjemmesykepleien.

Hjemmesykepleien skaffer noen hjelpemidler.

Trygghetsalarm - hvem får tjenesten:

Trygghetsalarm tildeles ut fra en faglig vurdering og prioritering. Det tas utgangspunkt i :

- Søkerens fysiske og psykiske helse, ikke avhengig av alder.
- Eventuelle familiemedlemmers helse.
- Boligens beskaffenhet, for eksempel om en daglig er avhengig av å gå trapper.
- Nærhet til familie og venner.
- Motivasjon og evne til å bruke alarm

V.T.K monterer, har service og gir opplæring i bruk.

Alarmen går til hjemmesykepleien og det skal gå maks 40 min fra hjemmesykepleien får beskjed til hjelpen kommer.

Økonomi:

Kommunal alarm: kr.175,- pr mnd. (2009)

Sanitetsforeningens alarm: kr.100,- pr. mnd. (2009)

Boligkontoret: Tlf. 61153420, Adr. VTK Planavd./boligktr. Pb.84, 2831 Raufoss, 3.etg., Rådhuset.

Miljøarbeide - til hvem?

Denne tjenesten kan gis deg som på grunn av ulike typer funksjonshemninger har vansker med å mestre dagliglivets ferdigheter.

Eksempler på hvem som kan få tjenesten er personer med: multifunksjonshemming, psykisk utviklingshemming, fysisk funksjonshemming, psykisk lidelse.

Formål: Yte nødvendig praktisk bistand og opplæring for å vedlikeholde og utvikle egne ressurser og ferdigheter.

Omsorgslønn - hvem får tjenesten:

Omsorgslønn kan gis til personer som har et særlig tyngende omsorgsarbeid over lang tid.

Andre tiltak som skal vurderes er for eksempel avlastningstiltak, plass i institusjon eller bolig med heldøgntjenester, støttekontakt og praktisk bistand og opplæring. Søk mer info hos Omsorgsavn.

Hjemmehjelp - hvem får tjenesten:

De som er avhengig av praktisk og personlig hjelp for å greie dagliglivets gjøremål.

Tjenesten tildeles utfra en faglig vurdering, og behovet vurderes fortløpende. Det tas utgangspunkt i:

- brukerens situasjon
- hva brukeren med rimelighet selv klarer

Det vil også bli tatt hensyn til:

- øvrige husholdningsmedlemmers situasjon
- tilgang på privat hjelp

Samarbeidet mellom brukeren og hjemmehjelperen er basert på gjensidig tillit. Dette oppnås ved at brukeren selv motiveres til å gjøre de oppgaver han/hun har mulighet for å klare.

Vi kan dessverre ikke tilfredsstillende alle ønsker, men vi vil gjøre vårt for å få til et godt samarbeid. Ta kontakt med Omsorgsavn.

Omsorgsavdelingen

Henvendelse og skriftlig søknad rettes

til: **Vestre Toten kommune, Omsorgsavdelingen, Post boks 84, 2831 Raufoss. Tlf. 6115 33 90.**

Internett: www.vestre-toten.kommune.no.

E-post: post@vestre-toten.kommune.no.

Ekspedisjonstid fra kl. 07.30-15.30, mandagfredag.

Det finnes mer informasjon å hente om de ulike temaene i Rådhuset i form av brosjyrer og serviceerklæringer og på internett under Vestre Toten kommune. Ta kontakt ved behov.



Matombringing - til hvem?

Eldre og funksjonshemmede som ikke klarer å lage middag selv. Andre som har behov for dette tilbudet
Økonomi: Se kommunens egen informasjon.

Opphold i institusjon:

Korttidsopphold (vanligvis for 2 uker):

Forebyggende tiltak for å kunne bo hjemme lengst mulig og gis til brukere som:

- har behov for å få kartlagt og vurdert hjelpebehov og helsetilstand - eks. etter utskrivelse fra sykehus
- trenger opptrening og/eller vedlikeholdstrening
- trenger sosial stimulering
- har pårørende som trenger avlastning
- har akutt behov for en institusjonsplass

Typen korttidsopphold:

- Rehabiliteringsplass
- Korttidsopphold, utredning/behandling
- Avlastning
- Kriseplass (Gimle), vanligvis 1 - 5 døgn
- Korttidsopphold annet

Økonomi: Se kommunens egen informasjon.

Langtidsplass ved Raufosstun sykeavdeling og Gimle sykehjem - for hvem?

- Mennesker med kronisk somatisk sykdom uavhengig av alder.
- Mennesker som pga alderdomsvekkelse og evt sykdom har stort behov for medisinsk behandling, tilsyn og sykepleie.

Merk: Tjenesten tildeles ut fra faglig vurdering av behov og helsetilstand. Ved endringer kan bruker bli flyttet til annen avdeling som ivaretar brukers behov bedre.

Dagplass på Raufosstun - for hvem?

Dette er et tilbud til eldre som bor hjemme og som pga sin livssituasjon trenger social stimulering og aktivisering. Tilbudet gis inntil 3 mnd om gangen - en gang pr uke.

Økonomi: Se kommunens egen informasjon.

Dagplass i erindringscentret på Gimle - for hvem?

Hoveddiagnosen skal være aldersdemens men vedkommende må være relativt fysisk frisk og mobil. Bruker kan ikke følges til tannlege, lege, fysioterapi, forpleie eller frisør som ligger utenfor institusjon.

Økonomi: Se kommunens egen informasjon.

Psykiatriske tjenester - til hvem?

Innbyggere med psykiske lidelser og problemer som i betydelig grad hemmer deres daglige tilværelse og livsutfoldelse.

Formål:

Gi mennesker med psykiske lidelser tjenester som kan bedre deres livskvalitet, bidra til en mest mulig selvstendig og selvhjulpent tilværelse og i størst mulig grad deltagelse i det vanlige livet i nærmiljøet.

Innhold i tjenesten:

Individuelle samtaler i hjemmet eller på kontoret

Andre individuelle tilbud: eksempelvis hjelp til praktisk tilrettelegging av dagliglivets aktiviteter, individuelle trimtilbud.

- Tilbud i grupper: eksempelvis trim, bading, angstgrupper, undervisningsopplegg.
- Hjelp i akutte krisesituasjoner.
- Oppfølging av medikamentell behandling herunder undervisning/ veiledning om bruken.
- Tilbud om støtte til pårørende/familie.
- Nært samarbeid med andre kommunale tjenester og øvrige offentlige hjelpeinstanser.
- Hjelp til samordning av ulike tilbud når behovene er omfattende og sammensatte.

Økonomi: Tilbud fra psykiatrisk tjeneste er gratis.

Psykiatrisk dagsenter - for hvem?

Mennesker med alvorlig psykisk lidelse som bor i kommunen og som har behov for et dagtilbud. Sentret skal være et meningsfylt og stimulerende aktivitets- og utviklingstilbud til mennesker med alvorlige psykisk lidelse. Dagsentret har 6 dagplasser 5 dager/uke og er åpent mandag - fredag, kl. 09:00 - 15:00.

Brukerstyrt Personlig Assistanse (BPA) - til hvem?:

Den som på grunn av sterk funksjonshemming er avhengig av praktisk og personlig hjelp for å greie dagliglivets gjøremål, og som vil og er i stand til å påta seg ansvaret for å tilpasse og lede egen hjelp.

Tjenestebehovet må være av en slik art at det ikke kan eller vanskelig kan dekkes via de tradisjonelle omsorgstjenester. Søk mer info hos Omsorgsavd.

Formål:

Yte nødvendig praktisk og personlig hjelp både i og utenfor hjemmet slik at bruker har et aktivt og mest mulig uavhengig liv
tiltross for sterk funksjonshemming