11/2026

Tärkeimmät asiointinumerot ja soittoajat Kuhmoisissa

Kun tarvitset apua terveyteen liittyviin asioihin
Ole ensin yhteydessä terveyspalveluihin digiklinikan kautta, OmaPirhassa tai puhelimitse. Tarvittaessa voit myös asioida sosiaali- ja terveysaseman tai lähiaseman palvelupisteellä. Tilanteesi kiireellisyys arvioidaan yhteydenottosi perusteella.

Kuhmoisten lähiasema, Orivedentie 3

Lääkärin ja hoitajan vastaanoton ajanvaraus ja neuvonta p. 03 311 68140:
– kiireettömät asiat (myös diabeteshoitaja) ma–to klo 8–16, pe klo 8–15
– kiireelliset asiat ma–pe klo 8–18
Ajan peruutus tekstiviestillä ja puhe- ja kuulovammaisten asiointi **p. 044 481 3100** (ei puheluita)
Kiirevastaanotto (Kangasala) arkisin ma–pe klo 8–18 p. **03 311 68140**
Muuna aikana kiireellisissä asioissa ota yhteyttä Päivystysapuun 116 117**.**

Hammashoito (Kangasalan hammashoitolat)
Herttualantie 28, Leppätie 3, Kyötikkäläntie 12, Junatie 1
– ajanvaraus ja neuvonta ma–pe klo 8–15 **p. 03 384 5323**
– Puhe- ja kuulovammaisten tekstiviestipalvelu 040 133 6513 (ei puheluita**)**
Kiireellinen hammaspäivystys ma–pe klo 15–21, la–su ja arkipyhisin klo 8–21
p. **03 384 5335** (Tampereen Acuta)

Apuvälineyksikkö p. 040 680 0181, Orivedentie 3

Fysio- ja toimintaterapia 03 311 68290, ma–to klo 8–16, pe klo 8–15

Hoitotarvikepalvelu ma–to klo 8–12 **p. 03 311 68310**
– Tilauslomake: pirha.fi/hoitotarvikkeet. Hoitotarvikkeet toimitetaan Postin kautta.

Lasten- ja äitiysneuvola, ma–ke, pe klo 11.30–12 **p. 050 415 2254,** Orivedentie 3

Pirkanmaan hyvinvointialue

11/2026

Mielenterveys- ja päihdepalvelut: ota yhteyttä digiklinikalle tai soita lääkärin ja hoitajan numeroon **p. 03 311 68140,** Orivedentie 3.

Työikäisten sosiaalipalvelujen neuvonta ma, ti, to ja pe klo 9–15 ja ke klo 12–17.30, **chat** ja puhelin **03 311 68360**

Lähitorit

Sähköposti: lahitori.kuhmoinen@pirha.fi

Puhelinnumero: 044 4739 333
– Lähitori on kaikenikäisten kohtaamispaikka ja matalan kynnyksen palvelupiste, josta saat neuvontaa erityisesti ikäihmisten ja vammaisten palveluihin ja muihin arkea askarruttaviin kysymyksiin. Tule tapaamaan meitä paikan päälle. Voit osallistua avoimeen ryhmätoimintaan tai erilaisiin tapahtumiin. Neuvonta on maksutonta. Joissakin ryhmätoiminnoissa saattaa olla pieni osallistumismaksu. Katso oman paikkakuntasi lähitorin tiedot ja ohjelma osoitteesta pirha.fi/lahitorit

Katso myös Digilähitori pirha.fi/digilahitori - neuvoja ja ohjeita hyvinvoinnin ja terveyden ylläpitoon sekä apua arkea helpottavien palvelujen löytämiseen.

Kuhmolan Lähitori, Toritie 57
Kuhmoisten Lähitori, Toritie 42, kirjasto

11/2026

Pirkanmaan yhteiset palvelut

Huom! Kaikkiin chat-palveluihin pääsee pirha.fi-sivuston jokaisella sivulla näkyvästä chat-painikkeesta.

Puhelinvaihde 03 311 611 – avoinna joka päivä kello **7–23.**

Pirhan neuvonta ma–pe klo 8–16 **p. 040 733 3949** ja chat. Yleistä neuvontaa hyvinvointialueen palveluista.

Lähitoripuhelin ma–pe klo 9–14 **p. 03 3116 8400**, chat sekä yhteydenottolomake. Ikääntyneiden ja vammaisten palveluihin liittyvää neuvontaa ja ohjausta.

Mielenterveys-, päihde- ja riippuvuushoidon neuvonta ma–pe klo 9–15
chat ja puhelinpalvelu **03 311 68280**

Pyydä apua -palvelu perheille, joissa on alle 18-vuotiaita lapsia. Täytä digitaalinen lomake tai ota yhteyttä verkkosivujen chatissa. pirha.fi/pyyda-apua.
Katso myös pirha.fi/digiperhe – tietoa ja tukea nuorille ja perheille

Neuvolachat avoinna arkisin klo 10–12

Huoli-ilmoitus: Ilmoita huoli aikuisesta tai iäkkäästä henkilöstä, myös omasta tilanteestasi: pirha.fi/huoli-ilmoitus. Voit myös soittaa työikäisten sosiaalipalvelujen neuvontaan, katso kohdasta sosiaalipalvelut.

Kiireellinen apu

Päivystysapu avoinna ympäri vuorokauden **p. 116117**

– Jos tarvitset kiireellistä hoitoa ja mietit päivystykseen hakeutumista.

Hätänumero 112 avoinna ympäri vuorokauden

Sosiaali- ja kriisipäivystys avoinna ympäri vuorokauden **p. 050 062 5990**

Pirkanmaan
hyvinvointialue

11/2026

Asioi digitaalisesti

Monessa asiassa voit asioida digitaalisesti: pirha.fi/omapirha

Digiklinikka on avoinna joka päivä kello 8–22: pirha.fi/digiklinikka.
Digiklinikan käyttöön tarvitset mobiilivarmenteen tai verkkopankkitunnukset.

Pirkanmaan hyvinvointialueen palvelut ja niiden yhteystiedot
löydät verkosta osoitteesta pirha.fi.

Katso myös vinkit terveytesi ja hyvinvointisi tukemiseksi:
pirha.fi/hyvinvointiaelintavoilla

Pirkanmaan
hyvinvointialue