

Tärkeimmät asiointinumerot ja soittajat Kuhmoisissa

Kun tarvitset apua terveyteen liittyviin asioihin

Ole ensin yhteydessä terveystalouteihin 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, Orivedentie 3

ma–to klo 8–16, pe klo 8–15 p. **03 3115 9501**

Kiirevastaanotto (Kangasala) ma–pe klo 8–18 p. **03 384 5025**

Muina 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**

– kiireellinen hammaslääkäripäivystys Tampereen Acutassa arkisin kello 15–21 sekä viikonloppuisin ja pyhäpäivinä kello 8–21 p. **03 384 5335**

Apuvälinepalvelu ja fysioterapia p. **040 712 2552**, Orivedentie 3

Diabeteshoitaja, ma ja ke klo 13–13.30 p. **044 493 5132**

Hoitotarvikepalvelu ma–to klo 8–12 p. **03 384 5501**

Tilauslomake: pirha.fi/hoitotarvikepalvelu

Hoitotarvikkeet toimitetaan asiakkaille PostNordin kautta.

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

Mielenterveys- ja päihdepalvelut, soita lääkärin ja hoitajan numeroon

ma–to klo 8–16, pe klo 8–15 p. **03 3115 9501**, Orivedentie 3

9/2025

Lähtorit

Sähköposti: lahitori.kuhmoinen@pirha.fi

Puhelinnumero: **044 4739 333**

– Lähtorit 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 lähtorin tiedot ja ohjelma osoitteesta pirha.fi/lahitorit

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

Kuhmolän lähtorit, Toritie 57

Toritien lähtorit, Toritie 42, kirjasto

9/2025

Pirkanmaan yhteiset palvelut

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

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

Palveluneuvonta ma–pe klo 8–16.30 p. **040 733 3949** ja **chat**, sähköposti palveluneuvonta@pirha.fi. Neuvontaa ja ohjausta hyvinvointialueen palveluihin ja niitä täydentäviin palveluihin.

Mielenterveys-, päihde- ja riippuvuushoidon neuvonta ma–pe klo 12–15
chat ja puhelinpalvelu **040 840 4450**

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**

9/2025

Asioi digitaalisesti

Monessa asiassa voit asioida digitaalisesti: pirha.fi/asioidigitaalisesti

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