

KESKI-
SUOMEN
HYVINVOINTI-
ALUE

Keski-Suomen hyvinvointialueen
Kesäliite 2025
www.hyvaks.fi

Hyvinvoivaa kesää!

Kesä tuo tullessaan valoa, lämpöä ja pieniä hengähdyksen hetkiä.

Myös meillä hyvinvointialueella se on aikaa pysähtyä, arvioida mennyttä ja suunnata katse tulevaan. Arjen sujuvuus ja ihmisten hyvinvointi ovat työmme ytimessä – olipa kyse kiireettömästä neuvolakäynnistä tai nopeasta avusta kriisitilanteessa. Tähtäämme toiminnallamme joka päivä keskisuomalaisten hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämiseen.

Hyvinvointialue ei ole vain palveluja. Me olemme se yhdessä, asukkaat, työntekijät, kunnat, järjestöt, yritykset ja muut kumppanit. Yhteistyö, luottamus ja avoin vuorovaikutus

ovat voimaa, jolla rakennamme yhdessä hyvää arkea keskisuomalaisille.

Kesä on myös mahdollisuus huolehtia omasta hyvinvoinnista. Pienet teot – lepo, luonnossa liikkuminen, yhteys toisiin – tekevät paljon. Apua on tarjolla myös kesällä, jos sitä tarvitsee.

Toivotan jokaiselle Keski-Suomen asukkaalle ja meillä täällä Keski-Suomessa kesää viettävälle aurinkoista ja levollista kesää!

Jan Tollet

Hyvinvointialuejohtaja
Keski-Suomen hyvinvointialue



Hyvinvointia edistävä, terveellinen ja turvallinen kesä



Ihana kesä! Nyt on aika nauttia keskisuomalaisen luonnon ja vesistöjen äärellä sekä monipuolisen tapah- tumatarjonnan parissa. Lisäksi on hyvä panostaa omasta hyvinvoinnista ja terveydestä huolehtimiseen.

Ulkoile ja liiku luonnossa. Liike on lääkettä, kun sitä tekee oman jaksamisen mukaan. Kokeilemalla löydät itselle sopivimmat tavat liikkua.

Huolehdi mielen hyvinvoinnista. Rauhoitu ja vietä aikaa luonnossa ja läheisten kanssa. Koko ajan ei tarvitse olla aktiivinen. Tee sitä, mikä tekee mielellesi hyvää.

Muista käsien pesu. Hyvä käsihygienia on tärkein keino ehkäistä tartuntoja. Käsia on hyvä pestä säännöllisesti saippualla ja lämpimällä vedellä.

Tee turvallisuusteko. Lataa

puhelimien 112 Suomi -sovel- lus, jolla soitat hätänumeroon ja jaat sijaintitietosi hätäkes- kukselle, mikä nopeuttaa avun saamista oikeaan paikkaan hätätilanteissa. Sovelluksesta löydät myös päivystysnume- roita kiireettömään avuntar- peeseen, saat vaara- ja viran- omaistiedotteet suoraan pu- helimeesi sekä löydät ohjeita siitä, miten toimia erilaisissa häiriö- ja hätätilanteissa.

Verkkosivuiltamme löydät lisää vinkkejä hyvinvointisi tueksi: hyvaks.fi/hyvinvointisi-tueksi.



Puhelinnumeroita, yhteystietoja ja kesän aukioloajat

Kesälläkin palvelemme tutuissa puhelinnumeroissa. Jos jokin toimipiste on kesällä suljettuna, sen kohdalta näet, mikä toinen toimipiste palvelee sen sijaan.

Neuvola ja seksuaaliterveyspalvelut palvelee kaikkia keskisuomalaisia numerossa 014 266 0141, soittoaika ma-pe kello 8-14.

Apua nuorten lieviin ja keskivaikeisiin mielenterveys- tai päihdeongelmiin

Tarjoamme apua 13-22-vuotiaiden nuorten lieviin ja keskivaikeisiin mielenterveys- tai päihdeongelmiin. Ole yhteydessä, jos sinulla on huolta esimerkiksi mielialasta ja ahdistuneisuudesta, päihteiden käytöstä, pelaamisesta, perheen vuorovaikutussuhteista tai kaveri- ja seurustelusuhteista. Vastaanotolle tullaksesi et tarvitse lähetettä. Nuoren lisäksi myös nuoren huoltaja tai muu läheinen voi ottaa yhteyttä palveluun.

- Joutsa, Jyväskylä, Luhanka, Muurame, Toivakka ja Uurainen p. 014 266 0150, ma-pe kello 8-14
- Jämsä p. 014 336 5730, ma-pe kello 12-14
- Keuruu, Multia ja Petäjävesi p. 014 269 0720, ma-pe kello 12-14
- Hankasalmi ja Laukaa p. 014 269 0730, ma-pe kello 12-14
- Kannonkoski, Karstula, Kyyjärvi ja Saarijärvi p. 014 336 5711, ma-pe kello 12-14
- Kivijärvi, Pihtipudas ja Viitasaari p. 014 336 5720, ma-pe kello 12-14
- Konnevesi ja Äänekoski p. 014 336 5700, ma-pe kello 12-14

Soita ensilinjaan, jos oma tai läheisen mielenterveys tai päihteidenkäyttö mietityttää. Ota yhteyttä, jos tarvitset arviota tai hoitoa mielenterveyden haasteisiin tai riippuvuuksiin ja olet täyttänyt 23 vuotta. Toivomme, että ennen yhteydenottoa täytät kyselyn osoitteessa www.terapianavigaattori.fi. Sairaanhoitaja arvioi puhelimesa tilannettasi. Hoito alkaa tarvittaessa jo heti ensikontaktissa. Tämän jälkeen sairaanhoitaja tapaa sinut yhdestä kolmeen kertaan vastaanotolla, joka

voidaan toteuttaa myös etävastaanotona. Soittoaika ma-to kello 8-16, perjantaisin kello 8-15.

- Hankasalmi, Konnevesi, Laukaa, Äänekoski p. 014 336 5470
- Joutsa, Jyväskylä, Luhanka, Muurame, Toivakka, Uurainen p. 014 266 9038
- Jämsä, Keuruu, Multia, Petäjävesi p. 014 336 5640
- Kinnula, Pihtipudas, Viitasaari p. 014 336 5540
- Kannonkoski, Karstula, Kivijärvi, Kyyjärvi, Saarijärvi p. 014 266 3030

Ikääntyneiden asiakasohjaus ja huolipuhelin, soittoaika ma-pe kello 9-15

- Kannonkoski, Karstula, Kinnula, Kivijärvi, Kyyjärvi, Pihtipudas, Saarijärvi, Viitasaari ja Äänekoski p. 014 266 3082
- Hankasalmi, Konnevesi, Laukaa, Uurainen ja Jyväskylästä Palokka, Tikkakoski ja Vaajakoski p. 014 266 3081
- Joutsa, Jämsä, Keuruu, Luhanka, Multia, Petäjävesi, Toivakka ja Jyväskylästä Korpilahti p. 014 266 3080
- Muurame ja Jyväskylä (pois lukien Tikkakoski, Vaajakoski, Palokka ja Korpilahti) p. 014 266 1801

Palvelemme myös verkossa. Tutustu ja asioi
www.hyvaks.fi/asioi-verkossa



Pyydä apua -nappi on kaikille avoin, nimettömästi käytettävä sähköinen kanava, josta saat ohjausta oikean avun

löytämiseen. Apua pyytäessäsi sinun ei tarvitse tietää, mihin palveluun tulee olla yhteydessä. Vastaamme yhteydenottoosi 1-3 arkipäivän kuluessa. Palvelun löydät osoitteesta www.hyvaks.fi/pyydaapua.

Puhelinvaihe palvelee numerossa 014 269 1811 arkisin kello 7-18 ja viikonloppuisin kello 8-16.

Hankasalmi

- Terveysasema (lääkäri- ja hoitajavastaanotto) p. 014 267 1295, soittoaika ma-pe kello 8-16. Palvelemme 23.6.-27.7. Palokan terveysasemalla osoitteessa Ritopohjantie 25, Jyväskylä.
- Sosiaaliasema palvelee ajanvarauksella ma-pe kello 9-10, p. 014 267 1284
- Suun terveydenhuolto p. 014 266 0126, soittoaika ma-pe kello 8-15. Palvelemme 7.7.-3.8. Jyväskylän ja Laukaan hammashoitoloissa

Joutsa

- Sosiaali- ja terveyskeskus (lääkäri- ja hoitajavastaanotto) p. 014 269 0200, soittoaika ma-pe kello 8-16. Palvelemme 23.6.-27.7. Sairaala Novan terveysasemalla osoitteessa Hoitajantie 3, Jyväskylä.
- Sosiaalipalvelut, p. 040 592 4016, soittoaika ma-pe kello 9-14
- Suun terveydenhuolto, p. 014 269 0333, soittoaika ma-pe kello 8-15 (kiireellisissä asioissa kello 8-16)

Jyväskylä

- Terveysasemien (lääkäri- ja hoitajavastaanotto) puhelin ja palveluaika:
 - Huhtasuon terveysasema, p. 014 266 0121, soittoaika ma-pe kello 8-16
 - Korpilahden terveysasema, p. 014 458 5804, soittoaika ma-pe kello 8-16. Asiointipiste on avoinna 16.6.-10.8. torstaisin kello 8-11.30
 - Kyllön terveysasema, p. 014 266 2011, soittoaika ma-pe kello 8-16
 - Novan terveysasema, p. 014 266 0120, soittoaika ma-pe kello 8-16
 - Palokan terveysasema, soittoaika ma-pe kello 8-16
 - A-Manninen-alkuiset sukunimet, p. 014 336 6146
 - Manniola-Ö-alkuiset sukunimet, p. 014 336 6147
 - Sampoharjun terveysasema, p. 014 336 6190, soittoaika ma-pe kello 8-16. Palvelemme 16.6.-10.8. Palokan terveysasemalla osoitteeseen Ritopohjan-

tie 25, Jyväskylä.

- Tikkakosken terveysasema, p. 014 458 5805, soittoaika ma-pe kello 8-16. Asiointipiste on avoinna 16.6.-10.8. keskiviikkoin kello 8-11.30
- Sosiaaliasema, p. 014 266 3624, soittoaika ma-pe kello 8-16
- Suun terveydenhuolto
 - Huhtasuon, Ilmarisenkadun, Keljonkankaan yhtenäiskoulun, Kuokkalan yhtenäiskoulun, Kyllön, Novan, Palokan, Sampoharjun ja Tikkakosken hammashoitolat, p. 014 266 0126, soittoaika ma-pe klo 8-15 (kiireellisissä asioissa kello 8-16)
- Korpilahti ja Säynätsalo p. 014 266 2743, soittoaika ma-pe kello 8-15 (kiireellisissä asioissa kello 8-16).

Jämsä

- Terveyskeskuksen (lääkäri- ja hoitajavastaanotto), p. 020 630 6020, soittoaika ma-pe kello 8-15
- Kuoreveden terveysasemalla ei lääkärin- ja hoitajan vastaanottotoimintaa 23.6.-20.7. Palvelut Jämsän terveysasemalla osoitteessa Sairaalantie 11.
- Länkipohjan terveysasemalla ei lääkärin- ja hoitajan vastaanottotoimintaa 21.7.-31.8. Palvelut Jämsän terveysasemalla osoitteessa Sairaalantie 11.
- Koskenpään terveysasemalla ei lääkärin- ja hoitajan vastaanottotoimintaa 23.6.-31.8. Palvelut Jämsän terveysasemalla osoitteessa Sairaalantie 11.
- Jämsänkosken terveysasema ei lääkärin- ja hoitajan vastaanottotoimintaa 23.6.-27.7. Palvelut Jämsän terveysasemalla osoitteessa Sairaalantie 11.
- Sosiaaliasema, p. 050 441 6226, soittoaika maanantaisin kello 9-11 ja 12-15 sekä torstaisin kello 9-11.
- Suun terveydenhuolto, p. 014 336 5500, ma-pe kello 8-15 (kiireellisissä asioissa kello 8-16).

Kannonkoski

- Terveyskeskus (lääkäri- ja hoitajavastaanotto), p. 014 266 3050, soittoaika ma-pe kello 8-16. Palvelemme 23.6.-27.7. Saarijärven terveysasemalla osoitteessa Sairaalantie 2.
- Saarijärven sosiaalitoimisto, p. 044 459 8325, soittoaika ma-pe kello 9-10
- Suun terveydenhuolto, p. 014 266 3060, soittoaika ma-pe kello 8-15 (kiireellisissä asioissa kello 8-16).

Palvelemme 23.6.–27.7. Saarijärven hammashoitolassa osoitteesta Sairaalantie 2.

Karstula

- Terveyskeskus (lääkäri- ja hoitajavastaanotto) p. 014 266 3050, soittoaika ma–pe kello 8–16. Palvelemme 23.6.–27.7. Saarijärven terveysasemalla osoitteessa Sairaalantie 2.
- Sosiaalipalvelut, sosiaalityöntekijä, soittoaika kello 9–10, p. 044 459 6638. Palvelemme Saarijärven sosiaalitoimistolla osoitteessa Sivulantie 11.
- Suun terveydenhuolto, p. 014 266 3060, soittoaika ma–pe kello 8–15 (kiireellisissä asioissa kello 8–16)

Keuruu

- Terveysasema (lääkäri- ja hoitajavastaanotto), p. 040 123 8000, soittoaika ma–pe kello 8–16
- Sosiaaliasema, p. 046 923 8175, soittoaika maanantaina ja keskiviikkona kello 9–10
- Suun terveydenhuolto, p. 014 269 0333, soittoaika ma–pe kello 8–15

Kinnula

- Terveyskeskus (lääkäri- ja hoitajavastaanotto) p. 044 459 6311, soittoaika ma–to kello 8–16 ja perjantaisin kello 8–14.30
- Sosiaaliasema, p. 040 190 6727. Palvelemme 23.6.–20.7. Äänekosken sosiaalitoimistolla osoitteessa Torikatu 6 B.
- Suun terveydenhuolto, p. 044 459 6326, soittoaika ma–to kello 8–15 (kiireellisissä kello 8–16), perjantaisin kello 8–13. Palvelemme 14.–27.7. Terveystalon Jyväskylän toimipisteessä.

Kivijärvi

- Terveysasema (lääkäri- ja hoitajavastaanotto), p. 014 266 3050, ma–pe kello 8–16. Palvelemme 23.6.–27.7. Saarijärven terveysasemalla osoitteessa Sairaalantie 2.
- Saarijärven sosiaalitoimisto, p. 044 459 7841 ja 044 459 8325, soittoaika ma–pe kello 9–10
- Suun terveydenhuolto, p. 014 266 3060, soittoaika ma–pe kello 8–15 (kiireellisissä asioissa kello 8–16)

Konnevesi

- Terveysasema (lääkäri- ja hoitajavastaanotto) p. 014 269 0300, soittoaika ma–pe kello 8–16. Palvelemme 23.6.–27.7. Laukaan terveysasemalla osoitteessa Kantolantie 12, Laukaa.

- Sosiaalitoimisto, p. 040 480 7827
- Suun terveydenhuolto, p. 014 269 0333, soittoaika ma–pe kello 8–15 (kiireellisissä asioissa kello 8–16)

Kyyjärvi

- Terveysasema (lääkäri- ja hoitajavastaanotto) p. 014 266 3050, soittoaika ma–pe kello 8–16. Palvelemme 23.6.–27.7. Saarijärven terveysasemalla osoitteessa Sairaalantie 2.
- Saarijärven sosiaalitoimisto, p. 044 459 8325, soittoaika ma–pe kello 9–10
- Suun terveydenhuolto, p. 014 266 3060, soittoaika ma–pe kello 8–15 (kiireellisissä asioissa kello 8–16)

Laukaa

- Terveysasema (lääkäri- ja hoitajavastaanotto) p. 014 269 0510, soittoaika ma–pe kello 8–16. Lievestuoreen sivupiste on suljettu 23.6.–27.7. Palvelemme tuolloin Laukaan terveysasemalla osoitteessa Kantolantie 12, Laukaa.
- Sosiaalitoimisto, p. 040 6374 970, soittoaika ma–pe kello 10–15
- Suun terveydenhuolto, p. 014 269 0333, soittoaika ma–pe kello 8–15 (kiireellisissä asioissa kello 8–16)

Luhanka

- Terveysasema (lääkäri- ja hoitajavastaanotto), p. 014 269 0200, soittoaika ma–pe kello 8–16. Palvelemme 23.6.–27.7. Sairaala Novan terveysasemalla osoitteessa Hoitajantie 3, Jyväskylä.
- Joutsan sosiaalitoimisto, p. 040 592 4016, soittoaika ma–pe perjantaihin kello 9–14
- Suun terveydenhuolto, p. 014 269 0333, soittoaika ma–pe kello 8–15 (kiireellisissä asioissa kello 8–16)

Multia

- Terveysasema (lääkäri- ja hoitajavastaanotto), p. 040 123 8000, soittoaika ma–pe kello 8–16. Palvelemme 16.6.–10.8. Keuruun terveysasemalla osoitteessa Kantolantie 7.
- Sosiaalitoimisto, p. 040 301 6257
- Suun terveydenhuolto, p. 014 269 0333, soittoaika ma–pe kello 8–15 (kiireellisissä asioissa kello 8–16). Palvelemme 16.6.–7.9. Keuruun hammashoitolassa osoitteessa Kantolantie 7.

Muurame

- Terveyskeskus (lääkäri- ja hoitajavastaanotto) p. 014 266 2791,

soittoaika ma–pe kello 8–16

- Sosiaaliasema, p. 040 705 5179 tai 050 466 5447, soittoaika ma–pe kello 9–15
- Suunterveydenhuolto, p. 014 266 2743, soittoaika ma–pe klo 8–15

Petäjävesi

- Terveysasema (lääkäri- ja hoitajavastaanotto) p. 014 336 6242 soittoaika kello 8–16. Palvelemme 23.6.–27.7. Kyllön terveysasemalla osoitteessa Keskussairaalantie 20, Jyväskylä.
- Sosiaalitoimisto, p. 050 313 1550
- Suunterveyden terveydenhuolto, p. 014 269 0333 ma–pe kello 8–15. Palvelemme 23.6.–13.7. Keuruun hammashoitolassa osoitteessa Kantolantie 7.

Pihtipudas

- Terveyskeskus (lääkäri- ja hoitajavastaanotto) p. 014 266 3020 ja soittoaika ma–pe kello 8–16. Palvelemme 23.6.–27.7. Viitasaa-ren terveysasemalla osoitteessa Sairaalantie 4.
- Sosiaaliasema, p. 040 190 6727, soittoaika kello 13–14. Palvelemme 23.6.–20.7. Äänekosken sosiaalitoimistolla osoitteessa Torikatu 6 B.
- Suun terveydenhuolto, p. 014 266 3040 ma–pe kello 8–15. Kiireellisissä asioissa palvelemme kello 16 asti. Palvelemme 7.7.–3.8. Viitasaa-ren hammashoitolassa osoitteessa Sairaalantie 4.

Saarijärvi

- Terveysasema (lääkäri- ja hoitajavastaanotto) p. 014 266 3050, ma–pe kello 8–16.
- Sosiaalitoimisto, sosiaali-/palveluohjaus, p. 040 560 5175
- Suun terveydenhuolto, p. 014 266 3060 ma–pe kello 8–15 (kiireellisissä asioissa kello 16 asti)

Toivakka

- Terveysasema (lääkäri- ja hoitajavastaanotto) p. 014 269 0200, soittoaika ma–pe kello 8–16. Palvelemme 23.6.–27.7. Sairaala Novan terveysasemalle osoitteessa Hoitajantie 3, Jyväskylä.
- Sosiaalitoimisto, p. 040 680 3112
- Suun terveydenhuolto, p. 014 269 0333, soittoaika ma–pe kello 8–15 (kiireellisissä asioissa kello 8–16). Palvelemme 23.6.–3.8. Joutsan hammashoitolassa osoitteessa Myllytie 7 tai Sampoharjun hammashoitolassa osoitteessa Hankavedentie 1, Jyväskylä.

Uurainen

- Terveysasema (lääkäri- ja hoitajavastaanotto) p. 014 336 6880, soittoaika ma–pe kello 8–16. Palvelemme 23.6.–27.7. Palokan terveysasemalla osoitteessa Rito-pohjantie 25, Jyväskylä.
- Sosiaalitoimisto, p. 040 550 3723, soittoaika ma–pe kello 12–13
- Suun terveydenhuolto, p. 014 266 0126, soittoaika ma–pe kello 8–15 (kiireellisissä asioissa kello 8–16). Palvelemme 14.–27.7. Palokan hammashoitolassa osoitteessa Ritopohjantie 25.

Viitasaari

- Terveysasema (lääkäri- ja hoitajavastaanotto) p. 014 266 3020, soittoaika ma–pe kello 8–16
- Sosiaalitoimisto p. 040 353 3666. Palvelemme 23.6.–20.7. Äänekosken sosiaalitoimistolla osoitteessa Torikatu 6 B.
- Suunterveydenhuolto, p. 014 266 3040, soittoaika ma–pe kello 8–15 (kiireellisissä asioissa kello 8–16)

Äänekoski

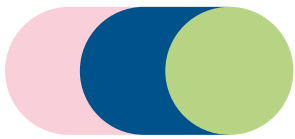
- Terveysasema (lääkäri- ja hoitajavastaanotto), p. 014 266 3000, soittoaika ma–pe klo 8–16
- Sosiaalitoimisto, p. 040 552 6520, soittoaika ma–ke kello 10–12, to–pe kello 10–11
- Suun terveydenhuolto, p. 014 266 3010, soittoaika ma–pe klo 8–15 (kiireellisissä asioissa kello 8–16)

Fimlab palvelee kesällä

- Fimlabin palvelupisteet mukailevat pääosin kesän aikana terveysasemien lääkäri- ja hoitajavastaanottojen aukioloaikoja. Poikkeuksina ovat:
 - Fimlab Pihtipudas, joka palvelee terveysaseman ollessa sulussa ajalla 23.6.–27.7. maanantaista torstaihin
 - Fimlab Karstula, joka palvelee koko kesän vastaanottotoiminnan suluista huolimatta

Toimintaohjeet, jos oma laboratorio on kiinni:

- Lähetteen saatuaasi voit käyttää mitä tahansa Fimlabin palvelupistettä asuinkunnastasi riippumatta. Fimlabin palvelupisteiden ajantasaiset aukioloajat voi tarkastaa verkkosivustolta: Toimipisteet ja aukioloajat ([Fimlab.fi](https://www.fimlab.fi)).



Hätätilanteet ja päivystys

Hätätilanteessa soita 112

Soita hätänumeroon vain kiireellisissä hätätilanteissa, jolloin tarvitset apua poliisilta, ensihoidolta, pelastuslaitokselta tai sosiaalipalveluista.

Ympäri vuorokautiset päivystykset

Ympäri vuorokautisesti toimivat päivystyspalvelut on tarkoitettu vain potilaille, joiden sairaus tai vamma vaatii välitöntä hoitoa.

- Sairaala Novan yhteispäivystys, Hoitajantie 3, Jyväskylä
- Jämsän ympärivuorokautinen päivystys, Sairaalantie 11, Jämsä (1.9. saakka)

Kiirevastaanotto arkipäivisin omalla terveysasemalla

Varaa aika soittamalla omalle terveysasemallesi. Saat arvion hoidontarpeestasi ja mahdolliset toimintaohjeet.

Kiirevastaanotot iltaisin kello 16–22 ja

viikonloppuisin sekä arkipyhinä kello 8–22 palvelee

- Äänekosken terveysasema, Terveyskatu 8
- Sairaala Nova, Hoitajantie 3, Jyväskylä
- Jämsän terveystakeskus, Sairaalantie 11, Jämsä (1.9. alkaen)

Päivystysapu 116 117

Kun harkitset päivystykseen lähtöä ja oma terveysasema on kiinni, soita maksuttomaan ympärivuorokautisesti palvelevaan Päivystysavun numeroon 116 117.

Kiireellinen hammashoito, arki-iltaisin kello 16–21, viikonloppuisin ja arkipyhinä kello 8–21, soita Päivystysapu 116 117

Sairaala Novan hammashoitolassa hoidetaan kiireellisiä suun terveyden ongelmia. Osoite: Hoitajantie 3, Jyväskylä, D-lohko, kolmas kerros, huone D309.

Yöpäivystys kello 21–8 on Kuopion yliopistollisessa sairaalassa, jonne saat lähetteen Päivystysavun numerosta.

Sosiaali- ja kriisipäivystys 014 266 0149

Soita kiireellisissä tilanteissa, joissa tarvitaan sosiaalityön arviota tai toimenpiteitä, tai olet kohdannut yllättävän kriisin tai joutunut väkivallan uhriksi.

Synnytysvastaanotto

Soita aina ennen saapumista numeroon 014 269 1204. Voit myös soittaa synnytysvastaanoton päivystävälle kättilölle numeroon 014 269 1204.

Osoite: Sairaala Nova, Hoitajantie 3, Jyväskylä, kolmas kerros, kulku Nova 2 -sisääkäynnin kautta.

Seri-tukikeskus

seksuaaliväkivallan uhreille

Palvelemme numerossa 014 269 8375 ma-pe kello 8–20, kiireelliset asiat ympärivuorokautisesti, myös viikonloppuisin.

Omaa toimintakykyä voi arvioida verkkosovelluksen avulla

Seniori, voit arvioida omaa hyvinvointiasi ja toimintakykyäsi itsearviointin avulla. Lue lisää, tunnistaudu palveluun ja tee itsearviointi osoitteessa hyvaks.fi/seniorin-itsearviointi.

Leikkipuistotreffit kesään

Perhekeskustoiminnan leikkipuistotreffien aikataulut ja paikat löytyvät Keski-Suomen tapahtumakalenterista hakusalla leikkipuistotreffit. Tervetuloa liikkumaan ja leikkimään yhdessä!



Kohdataan Keski-Suomen kesätapahtumissa

Esittelemme Keski-Suomen kesätapahtumissa hyvinvointialueemme palveluita. Tervetuloa keskustelemaan palveluistamme ja hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden teemoista. Saat meiltä apua digiasiointiin, ja voit vaikuttaa palveluihin kertomalla meille palautetta. Katso tiedot tapahtumista: hyvaks.fi/kesatapahtumat.

Palvelemme myös digitaalisesti eli esimerkiksi puhelimen, tietokoneen tai tabletin kautta

Digitaalisissa sosiaali- ja terveysterveyspalveluimme voit

- ottaa yhteyttä ammattilaisiimme saadaksesi ohjauksen oikeaan palveluun
- asioida chat- tai videovastaanotolla
- varata ajan vastaanotolle
- täyttää hoitoon ja palveluihin liittyviä lomakkeita
- saada hyvinvointiin ja terveyteen liittyvää tietoa ja neuvontaa.

Verkossa voit asioida muun muassa sairaanhoitajan, sosiaaliohjaajan tai fysioterapeutin kanssa, sekä keskustella esimerkiksi suun terveyteen, mielenterveyteen, seksuaaliterveyteen sekä nuorten, lapsiperheiden ja ikääntyneiden arkeen liittyvistä kysymyksistä. Sairaanhoitajamme palvelevat chatissa myös iltaisin ja viikonloppuisin.

Kaikki digipalvelumme eivät ole toistaiseksi käytössä Huhtasuon, Kinnulan, Korpilahden ja Tikkakosken terveysasemien asiakkaille.

Tutustu ja asioi osoitteessa hyvaks.fi/asioi-verkossa tai lataa maksuton mobiilisovellus sovelluskaupastasi nimellä Keski-Suomen hyvinvointialue tai OmaHyvaks.



Julkaisija, jutut ja toimitus
Keski-Suomen
hyvinvointialue
www.hyvaks.fi

Taitto
Wille Naukkarinen,
Kuuverstas



#hyvaks
#hyväarkikaikille