



## TIETOA TAMPEREEN KAUPUNGIN SOSIAALI- JA TERVEYSPALVELUISTA



Ihmisten kesken  
- taidolla ja sydämellä 2010

## TERVETULOA TAMPEREEN KAUPUNGIN SOSIAALI- JA TERVEYSPALVELUJEN KÄYTTÄJÄKSI

Tässä oppaassa kerrotaan lyhyesti tärkeimmistä sosiaali- ja terveyspalveluista. Kiireellistä sairaanhoitoa lukuun ottamatta Tampereen kaupungin sosiaali- ja terveyspalvelut on tarkoitettu vain tamperelaisille. Palvelujen saaminen edellyttää, että olet kirjoilla Tampereella, eli olet tehnyt maistraattiin tarpeelliset ilmoitukset.

Tampereen oppilaitosten opiskelijat kuuluvat opiskelijaterveydenhuollon piiriin. Yliopisto-opiskelijoilla on oma terveydenhuoltojärjestelmänsä.

Lisätietoa palveluistamme ja muista ajankohtaisista asioista löytyy kaupungin verkkosivuilta osoitteesta [www.tampere.fi](http://www.tampere.fi). Sivuilla on linkit perhe- ja sosiaalipalvelujen sekä terveyspalvelujen materiaalipankkeihin, joista löytyy erilaisia hakemuksia.

Tämän oppaan on toimittanut viestintäyksikkö. Oppaan tiedot ovat syyskuulta 2010. Kannen kuvat: Merja Ojala ja Ari Järvelä.



### Tampere palvelee verkossa

Tampereen kaupunki [www.tampere.fi](http://www.tampere.fi)  
Avoimet työpaikat [www.tampere.fi/tyo/avoimettyopaikat](http://www.tampere.fi/tyo/avoimettyopaikat)  
Ilmoitukset ja kuulutukset [www.tampere.fi/tampereinfo/ilmoitustaulu.html](http://www.tampere.fi/tampereinfo/ilmoitustaulu.html)  
Osallistuminen [www.tampere.fi/tampereinfo/osallistuminen](http://www.tampere.fi/tampereinfo/osallistuminen)  
Terveyspalvelut [www.tampere.fi/terveyspalvelut](http://www.tampere.fi/terveyspalvelut)  
Perhe- ja sosiaalipalvelut [www.tampere.fi/perhejasosiaalipalvelut](http://www.tampere.fi/perhejasosiaalipalvelut)

## SOSIAALINEUVONTA

Sosiaalipalvelujen neuvonta palvelee tamperelaisia ma - to klo 9 - 12 ja klo 13 - 16 sekä pe klo 9 - 12 ja klo 13 - 15, puh. (03) 5657 0200.

Neuvonnan asiakaspalvelupiste sijaitsee Kelan talossa osoitteessa Aleksis Kiven katu 18. Aukioloajat ovat ma - to 9 - 12 ja 13 - 15 sekä pe 9 - 12 ja 13 - 14.

Sosiaalineuvojalta voi kysyä esimerkiksi sosiaaliturvaan ja palve-

lujärjestelmään liittyvistä asioista. Hän opastaa muun muassa siinä, mihin ottaa yhteyttä päihdeongelmassa, lastensuojelukysymyksissä, perheen taloudellisissa vaikeuksissa ja muissa elämän kriiseissä. Sosiaalineuvojalta saa tietoa myös päivähoitoa ja vanhustenhuoltoa koskevista asioista. Sosiaalineuvoja antaa vain yleisluontoista neuvontaa. Hän ei tee asiakasta koskevia viranomaispäätöksiä.

## TOIMEENTULOTUKI JA SOSIAALITYÖ

### Uuden asiakkaan toimeentulotuki

Jos haet toimeentulotukea ensimmäistä kertaa Tampereella tai olet ollut toimeentulotuen asiakkaana kahteen vuoteen, ota yhteys sosiaaliasema Sarvikseen. Ajanvaraus puhelimitse ma - pe klo 9 - 11 ja klo 12 - 14 tai paikan päällä aukioloaikana ma - pe klo 9 - 14.

### Sosiaaliasema Sarvis

Hatanpäänkatu 3 B, 2. krs,  
puh. (03) 5657 4900.

### Toimeentulotuen etuuskäsittely

Jos olet jo toimeentulotuen piirissä, asiasi käsitellään pääsääntöisesti kirjallisesti toimeentulotuen etuuskäsittelyssä. Lisätietoja toimeentulotukiyksikön puhelinpalvelusta ma, ti, to, pe klo 12 - 14, puh. (03) 5657 0005 tai sosiaalipalvelujen neuvonnasta.

### Sosiaalityö

Ota yhteys oman asuinalueesi sosiaaliasemalle, kun

- perheessä on vaikeuksia lasten ja nuorten hoidossa ja kasvatuksessa
- päihteiden käyttö vaikeuttaa omaa tai läheisten elämää
- perheessä on taloudellisia vaikeuksia
- elämässä on muita kriisejä
- tarvitset sosiaaliturvaan ja palvelujärjestelmään liittyvää ohjausta tai neuvontaa.

Aikuisten sosiaalipalvelut on keskitetty Hatanpäälle aikuissosiaalityön sosiaaliasemalle. Lapsiperheiden sosiaalipalvelujen sosiaaliasemat toimivat Hervannassa ja Pyynikillä. Keskitetty ajanvaraus- ja neuvonta ma, ti, to ja pe klo 9 - 12, puh. (03) 565 713 (vaihde).

### Aikuissosiaalityön sosiaaliasema

Hatanpäänkatu 3 J, 2. krs.

### Eteläinen lapsiperheiden sosiaaliasema

Lindforsinkatu 8.

### Itäinen lapsiperheiden sosiaaliasema

Koulukatu 9.

### Läntinen lapsiperheiden sosiaaliasema

Koulukatu 9.



## MUUT SOSIAALIPALVELUT

### Perhetyö

Perhetyö on kaupungin tarjoamaa apua pienten lasten vanhemmille. Palvelua voi tilata esimerkiksi raskauden aikana ja synnytyksen jälkeen, kun perheessä sairastetaan tai perhe kaipaa tukea ja opastusta arjen sujumiseen. Palvelua tarvitsasi ota yhteys oman asuinalueesi sosiaaliasemalle.

### Lastenvalvojat (isyys, huoltajuus ja lapsen elatus)

Lastenvalvojat hoitavat avioliiton ulkopuolella syntyneiden lasten isyyden vahvistamiseen, lasten huoltajuuteen, asumiseen ja tapausasiin liittyvät asiat ja lasten elatussopimusasiat. Lastenvalvojalle voi varata ajan numerosta (03) 565 713 (vaihde).

### Sosiaalipäivystys

Sorinkatu 12 D,  
puh. (03) 565 713 (vaihde).

Päivystys ti - pe klo 8 - 11 ja ma - to klo 15 - 24, sekä perjantaina klo 15:stä lähtien maanantaiaamuun klo 11:een., puh. (03) 5657 7327 ja 0500 625 990.

Selviämisasema pe - la klo 20 - 08 ja la - su klo 20 - 08,  
puh. (03) 5657 7325.

Sosiaalipäivystys antaa kiireellistä apua lastensuojelu- ja perhekriisi-

tilanteissa sekä ohjaa ja neuvoo aikuisväestöä erilaisissa sosiaalisissa ongelmissa. Sosiaalipäivystys ylläpitää nuorten selviämisasemaa viikonloppuisin.

### Perhepiste Nopea

puh. 040 800 4735.

Perhepiste Nopea auttaa, kun perhe tarvitsee tukea nuoren kasvatuksessa tai nuorella on vaikeuksia koulussa. Kohderyhmänä ovat 12 - 17-vuotiaat nuoret ja heidän perheensä.

### Päiväperho

Rauhaniementie 21,  
puh. (03) 5657 3784.

Päiväperho tarjoaa päihdeongelmalliselle vauvaa odottavalle ja pienen lapsen perheelle mm. matalan kynnyksen periaatteella toimivan kotoisan kohtaamispaikan, jossa voi tavata muita perheitä, ruokailla, keskustella työntekijöiden kanssa ja osallistua erilaisiin ryhtiin. Avoinna ma, ti, ke ja pe 10 - 14 ja muulloin sopimuksen mukaan.

### Ehkäisevän päihdetyön toimisto Raitso

Hammareninkatu 7, 2. krs,  
puh. (03) 5656 6168.

Tietoa päihteistä ja päihdehaittojen ehkäisystä.

## TERVEYSPAVELUT

Sairastuttuasi ota yhteyttä terveyspalvelujen neuvontaan tai mene asuinalueesi terveysaseman sairaanhoitajan vastaanotolle. Sairaanhoitajan vastaanotolle ei tarvita ajanvarausta. Terveysasemat ovat avoinna ma - to klo 8 - 15.30 sekä pe ja aattopäivinä klo 8 - 15.

**Terveyspalvelujen neuvonta** palvelee joka päivä klo 7 - 22 puhelinnumerossa 100 23. Matkapuhelimesta soittaessa numero on (03) 5657 0023.

Terveyspalvelujen neuvonnan tai terveysaseman sairaanhoitaja arvioi hoidon tarpeen ja selvittää, tarvitsetko vastaanottoajan lääkärille vai riittävätkö sairaanhoitajan antamat hoito-ohjeet. Jos lääkärin tutkimus on aiheellinen, sairaanhoitaja varaa ajan omalääkärillesi.

Jokaisella asukkaalla on oma lääkäri, joka määräytyy pääsääntöisesti osoitteen mukaan. Lisätietoja saa terveyspalvelujen neuvonnasta. Omalääkärihaku ja terveyspalvelujen neuvonta löytyvät myös internettistä osoitteesta [www.tampere.fi/terveyspalvelut](http://www.tampere.fi/terveyspalvelut).

Yhteydenotot terveysasemille puh. (03) 565 713 (vaihte), ellei toisin mainittu.

**Atalan terveysasema**

Pulkkakatu 1, puh. (03) 5657 0411

**Hatanpään terveysasema**

Hatanpääkatu 24.

**Hervannan terveysasema**

Insinöörikatu 38.

**Kaukajärven terveysasema**

Keskisenkatu 9.

**Kämmenniemen terveysasema**

Kämmenniemenkatu 42,  
puh. (03) 5657 4710.

**Lielahden terveysasema**

Lielahdenkatu 15.

**Linnainmaan terveysasema**

Kirviälänkatu 2.

**Pyynikin terveysasema**

Koulukatu 9.

**Rahola-Pispalan terveysasema**

Pispalan valtatie 58.

**Tammelakeskuksen terveysasema**

Itsenäisyydenkatu 21 B, 2. ja 3. krs

**Tesoman terveysasema**

Kohmankaari 9.

## PÄIVYSTYS JA ENSIAPU

**Sairaankuljetus**

Aluehälytyskeskus, puh. 112

Äkillisesti sairastuneen tamperealaisen ensisijainen hoitopaikka on oma terveysasema. Jos oma terveysasema on suljettuna, ja potilas loukkaantuu tai sairastuu äkillisesti, hän voi saada avun Ensiapu Acutasta. Ennen kuin lähdet Ensiapu Acutaan, soita aina ensin terveyspalvelujen neuvontaan puh. 100 23. Matkapuhelimesta soittaessa numero on (03) 5657 0023.

Lähde päivystysasemalle, jos terveyspalvelujen neuvonnan sairaanhoitaja on arvioinut hoitosi kiireelliseksi. Potilas ei voi itse määrätä, että hänet on hoidettava päivystyksessä.

**Ensiapu Acuta**

Tampereen yliopistollinen sairaala  
Teiskontie 35, K-rakennus.  
puh. (03) 311 611 (vaihte).  
[www.pshp.fi/acuta](http://www.pshp.fi/acuta)

Ensiapu Acutassa potilaan vastaanottava sairaanhoitaja arvioi, tarvitseeko potilas välitöntä lääkärin hoitoa vai ohjataanko potilas esimerkiksi sairaanhoitajan vastaanotolle tai omalle terveysasemalle. Ensiapu Acutassa annettava hoito perustuu terveydenhuollon ammattihenkilöstön tekemään hoidon kiireellisyysarvioon. Häätapaukset menevät jonossa muiden edelle. Ensiapu Acutassa annettava hoito on maksullista 18 vuotta täyttäneille potilaille.

## HAMMASLÄÄKÄRIPALVELUT

**Hammashuollon ajanvaraus**

ma - pe klo 8 - 17,  
puh. (03) 5657 0100.

Tampereen kaupunki tarjoaa hammashoidon palveluita kaikille kuntalaisille. Kutsujärjestelmän piirissä ovat alle 18-vuotiaat. Paikkakunnalle muuttaneet alle 18-vuotiaat voivat ottaa yhteyttä ajanvaraukseen päästäkseen kutsujärjestelmään.

**Acutan hammaslääkäripäivystys**

Teiskontie 35, K-rakennus.  
Kiireellistä ensiapua tarvitseville annetaan päivystysaikoja Ensiapu Acutaan ma - pe klo 8 - 13, puh. (03) 5657 0111. Viikonloppuisin ja arkipäivinä ajanvaraus klo 8 - 12 terveyspalvelujen neuvonnasta, puh. 100 23. Matkapuhelimesta soittaessa numero on (03) 5657 0023.

## ÄITIYS- JA LASTENNEUVOLAT

Äitiysneuvolassa seurataan äidin terveydentilaa ja perheen hyvinvointia raskauden, synnytyksen ja lapsivuodeajan. Odottavan äidin kannattaa ottaa yhteyttä asuinalueensa äitiysneuvolaan mahdollisimman pian, kun huomaa olevansa raskaana.

Raskausajan ultraäänitutkimuksia tehdään äitiysneuvolan läheteellä keskusäitiysneuvolassa.

**Keskusäitiysneuvola**  
Satamakatu 17 B,  
puh. (03) 565 713 (vaihde).

Lastenneuvolassa seurataan alle kouluikäisten lasten terveydentilaa terveydenhoitajan ja lääkärin vastaanotoilla. Vastasyntyneet siirtyvät

kahden viikon iässä äitiysneuvolasta lastenneuvolan seurantaan.

Määräaikaistarkastusten välillä vanhemmat voivat varata vastaanottoajan, jos tarvitsevat tukea ja neuvontaa. Neuvolat osoitetietoineen löytyvät Pirkanmaan puhelinluettelosta kohdasta Tampereen kaupunki > neuvolat.

**Keskuslastenneuvola**  
Koulukatu 9,  
puh. (03) 565 713 (vaihde).

Keskuslastenneuvolaan lähetetään lääkärin läheteellä alle 16-vuotiaita lapsia lastenneuvoloista, kouluterveydenhuollosta ja terveysasemilta lasten kasvuun ja kehitykseen, lasten oireisiin ja sairauksien hoitoon liittyvissä ongelmissa.

hintään 4 kuukautta kestävässä ammattiin valmistavassa koulutuksessa opiskeleville. Opiskeluterveydenhuollossa tuetaan ja seurataan opiskelijoiden terveyttä. Opiskeluterveydenhuollon toimipisteiden yhteystiedot löytyvät Pirkanmaan puhelinluettelosta kohdasta Tampereen kaupunki > opiskeluterveydenhuolto. Lisätietoja myös internetistä osoitteesta [www.tampere.fi/opiskeluterveys.html](http://www.tampere.fi/opiskeluterveys.html).

## KOULU- JA OPISKELUTERVEYDENHUOLTO

Kouluterveydenhuollossa seurataan ja tuetaan peruskoululaisen kasvua ja kehitystä. Kouluterveydenhuollon toimipisteiden yhteystiedot ovat Pirkanmaan puhelinluettelossa kohdassa Tampereen kaupunki > perusopetus > koulut.

Opiskeluterveydenhuollon palvelut kuuluvat ammattikorkeakoulujen, toisen asteen oppilaitosten ja lukioiden opiskelijoille sekä vä-

## LASTEN PÄIVÄHOITO

Kunnalliseen päivähoidon ovat oikeutettuja kaikki alle kouluikäiset tamperelaislapset.

Vanhemmat voivat valita lapselleen sopivan päivähoidomuodon. Kunnallisen päiväkodin tai perhepäivähoidon lisäksi vaihtoehtona ovat

- kotihoidon tuki, jos jompikumpi vanhempi tai sukulainen hoitaa lasta tai lapsia kotona ja nuorin lapsi on alle 3-vuotias. Lisäksi perheen on mahdollista saada kunnallista lisää eli ns. Tampere-lisää, jos jompikumpi vanhemmista hoitaa alle 3-vuotiaat lapset kotona
- yksityisen hoidon tuki, jolloin lapsen hoitajana on kunnan hyväksymä yksityisen hoidon tuottaja
- leikkitoiminta, jolloin perheen oikeus kotihoidon tukeen säilyy.

Alle kouluikäisten lasten päivähoitopaikkoja tulee hakea neljä kuukautta ennen hoidon tarvetta. Jos päivähoiton tarve johtuu työllistymisestä, opinnoista tai koulutuksesta, eikä hoidon tarpeen ajankohta ole ennakoitavissa, on päivähoitopaikkaa haettava niin pian kuin mahdollista, kuitenkin viimeistään kaksi viikkoa ennen kuin lapsi tarvitsee hoitopaikan.

Päiväkodit löytyvät Pirkanmaan puhelinluettelosta kohdasta Tampereen kaupunki > leikkitoiminta ja avoimet päiväkodit. Lisätietoja saa lähimmästä päiväkodista tai soittamalla päivähoitotoimistoon, puh. (03) 565 713 (vaihde).

Hakulomake on myös internetissä osoitteessa [www.tampere.fi/perhejasosiaalipalvelut/paivahoito/haku/hakulomake](http://www.tampere.fi/perhejasosiaalipalvelut/paivahoito/haku/hakulomake).

## AIKUISVÄESTÖN KOTIHOITO

Kotihoito on palvelukokonaisuus, johon kuuluvat kotisairaanhoido, kotipalvelu ja kotihoidon tuki-palvelut. Palvelu on tarkoitettu kaikille yli 18-vuotiaille tamperelaisille, jotka alentuneen toimintakyvyn, sairauden tai muun syyn takia tarvitsevat apua.

Avuntarpeen ilmaannuttua ota yhteys kotihoidon asiakasohjaukseen. Yhteystiedot saa Kotitorilta, puh. (03) 5656 5700 tai kotiosoitteen perusteella kaupungin verkkosivuilla olevasta kotihoidon hausta [www.tampere.fi/ekstrat/sote/kotihoito](http://www.tampere.fi/ekstrat/sote/kotihoito).

## MIELENTERVEYSPALVELUT

Mielenterveyspalveluihin hakeudutaan omalääkärin kautta lähetteellä. Myös neuvoloissa, työterveyshuollossa ja sosiaalityössä ohjataan asiakkaita mielenterveyspalvelujen piiriin. Yhteydenotot puhelimitse (03) 565 713 (vaihde).

**Avomielenterveyspalvelut**  
Hallituskatu 8 B, 3. ja 4. kerros

**Psykiatrian poliklinikat:**

**Etelä-Tampere**

Hatanpäänkatu 3 J, 3 krs.

**Hervanta**

Lindforsinkatu 1.

**Kaukajärvi**

Keskisenkatu 9.

**Linnainmaa**

Kirviälänkatu 2.

**Nuorisopsykiatrisen poliklinikka**

Koulukatu 9, 5. krs.

Ajanvaraus- ja puhelinaika arkisin klo 12 - 12.30.

**Psykiatrian poliklinikka maahanmuuttajille**

Pohjolankatu 25 B, 2. krs.

Poliklinikalla hoidetaan turvapaikanhakijoita ja pakolaisia. Hoitoon tarvitaan lääkärin lähete.

**Terveydenhuollon psykologit**

Terveydenhuollon psykologit tekevät ennaltaehkäisevää mielen-terveystyötä. Kun tarvitset psykologin palveluja, voit kysyä ohjeita esim. neuvolasta, terveysasemalta tai opiskeluterveydenhuollosta.

## IKÄIHMISTEN NEUVONTAPALVELUT

**Kotitori**

Kotitori välittää kotihoidon ja kotisairaanhoidon palveluja ikäihmisille. Kotitorilta saa tietoa julkisista, yksityisistä ja järjestöjen sekä säätiöiden tarjoamista palveluista ja niiden hinnoista. Kotitorin kautta asiakas voi ohjautua myös kaupungin kotihoidon. Neuvonta on maksutonta. Kotitori on avoinna ma - pe klo 8.30 - 15.45 ja ajanvarauksella klo 18:aan saakka. Käyntiosoite Puutarhakatu 6, puh. (03) 5656 5700. Puhelinpalvelu ma - pe klo 8.30 - 18.

**Ikäpiste**

Ikäpisteestä saa tietoa ikäihmisille suunnatuista palveluista, etuuksista, virkistysmahdollisuuksista ja muista ikäihmisille tärkeitä asioista. Ikäpisteeseen voi soittaa tai tulla käymään ilman ajanvarausta. Neuvonta on maksutonta. Ikäpiste on avoinna ma - pe klo 9 - 14. Käyntiosoite Puutarhakatu 6, puh. (03) 5656 5700.

## IKÄIHMISTEN PALVELUT

**Palvelukeskukset, päiväkeskukset ja korttelikerhot**  
Palvelukeskuksissa järjestetään ateriapalveluja, virkistys-, harrastus- ja kuntouttavaa toimintaa. Päiväkeskukset palvelevat asiakkaita, jotka tarvitsevat paljon henkilökohtaista apua päivittäisissä toiminnoissaan. Korttelikerhossa voi aterioida, lukea lehtiä ja viettää aikaa pelaten tai askarrella. Palvelukeskukset ja korttelikerhot ovat avoimia yli 60-vuotiaille tamperelaisille. Päiväkeskuksiin hakeudutaan kotihoidon asiakasohjauksen kautta.

**Palvelukeskuskortti**

Tamperelaiset eläkeläiset voivat hakea palvelukeskuskortin, jolla saa edullisen aterian kaupungin palvelukeskuksissa ja korttelikerhoissa. Kortilla saa myös muuta kulttuuri- ja virkistystoimintaa sekä palveluita. Kortti on maksuton. Hakemuksia saa palvelukeskuksista, korttelikerhoista, Ikäpisteestä tai internetistä osoitteesta [www.tampere.fi/perhejasosiaalipalvelut/vanhustenpalvelut/paivatoiminta](http://www.tampere.fi/perhejasosiaalipalvelut/vanhustenpalvelut/paivatoiminta) ja ne palautetaan palvelukeskukseen, korttelikerhoon tai Ikäpisteeseen.

**Palveluasuminen ja vanhainkodit**

Jos kotona selviytyminen ulkopuolisen avun turvin on vaikeaa, kotihoidon asiakasohjaaja arvioi asiakkaan tilanteen ja ohjaa hakeutumisessa palveluasuntoon tai vanhainkotiin.

Myös palvelutalojen, palvelukotien ja vanhainkotien lyhytaikaishoitoon hakeudutaan kotihoidon asiakasohjauksen kautta. Asiakasohjaajien yhteystietoja voi kysyä Kotitorilta, puh. (03) 5656 5700.

Vanhainkotihoitoa annetaan Koukkuniemen vanhainkodissa. Tampereen kaupungilla on ostopalvelusopimuksia palvelutoimintaa tarjoavien yhdistysten ja säätiöiden kanssa.

**Hatanpään puistosairaala**

Hatanpään puistokuja 8, puh. (03) 565 713 (vaihde). Hatanpään puistosairaalan psykiatrisessa osastoryhmässä hoidetaan vanhuksia, jotka sairastavat vaikea-asteisia mielenterveyden häiriöitä. Geriatrisessa osastoryhmässä hoidetaan äkillisesti sairastuneita geriatrisia potilaita. Lisäksi siellä toimivat lonkkaleikkattujen ja neurologisten potilaiden kuntoutusosastot.

**Kaupin sairaala**

Parantolankatu 6, puh. (03) 565 713 (vaihde). Kaupin sairaalassa hoidetaan, tutkitaan ja kuntoutetaan vanhuksia ja pitkäaikaissairaita. Siellä toimii muistipoliklinikka, missä selvitetään iäkkäiden tamperelaisten muistihäiriöiden syitä ja hoitomahdollisuuksia. Tutkimuksiin tarvitaan lääkärin lähete.

## MUITA SOSIAALI- JA TERVEYSPALVELUJA

### Aikuisneuvonta

Aikuisneuvolat vastaavat oman lähialueensa aikuisväestön neuvopalveluista.

Aikuisneuvolassa terveydenhoitaja antaa terveysneuvontaa, seuraa potilaiden terveydentilaa ja toimii kansansairauksien ennaltaehkäisemiseksi.

Yhteystiedot palvelualueittain Pirkanmaan puhelinluettelossa kohdassa Tampereen kaupunki > aikuisneuvonta. Ajanvaraus arkisin klo 12 - 13. Lisätietoja terveystarvelujen neuvonnasta, puh.100 23. Matkapuhelimesta soittaessa numero on (03) 5657 0023.

### Apuvälinelainaus

Tampereen kaupungin apuvälineyksikkö, Hatanpäänkatu 10, puh. (03) 5657 2865. Apuvälineitä, kuten esimerkiksi kainalosauvoja, lainataan maksutta kuntalaisille.

### Diabetesvastaanotto

Hatanpäänkatu 3 J, 4. krs, puh. (03) 5657 9264 ja (03) 5657 9265. Diabetesneuvontaa ja lääkärin vastaanotto alle 66-vuotiaille tyyppi 1 diabeetikoille.

### Hatanpään kantasairaala

Hatanpäänkatu 24, puh. (03) 565 713 (vaihte). Hatanpään kantasairaalassa hoidetaan lääkärin läheteellä kirurgisia, sisätautien ja tartuntatautien potilaita.

Hatanpään kantasairaalassa toimii kotisairaala, joka mahdollistaa akuuttia erikoissairaanhoidon vaativien potilaiden hoitamisen heidän kotonaan silloin, kun potilaat itse tai heidän omaisensa ovat siihen halukkaita. Hoitopaikkoja on 30. Kotisairaalassa työskentelee erikoissairaanhoidon työntekijöitä.

### Ikäluokittaiset terveystarkastukset

Hatanpäänkatu 3 J, 3. krs. ajanvaraus ma - pe klo 9.30 - 11.15, puh. (03) 5657 0388. Kaikki 40- ja 50-vuotiaat tamperelaiset kutsutaan terveystarkastukseen. Terveystarkastuksessa kartoitetaan tarkastettavan riskitekijöitä sairastua sydän- ja verisuonitauteihin, erityisesti aikuistyyppiin diabetekseen.

Kohdunkaulan syövän seulontatutkimus tehdään ikäluokittaisissa terveystarkastuksissa 30-, 40- ja 50-vuotiaille naisille. 35-, 45-, 55- ja 60-vuotiaat kutsutaan henkilökohdalla kutsulla samaan tarkastukseen Laboratoriokeskukseen.

Mammografiaseulonta järjestetään 50 - 69-vuotiaille tamperelai-

sille naisille. Ensimmäinen seulonta tehdään 50-vuotiaana ja seuraavat tutkimukset kahden vuoden välein rintaklinikka Rintsikassa.

### Kuntoutus

Fysio- ja toimintaterapiaa annetaan sairaaloissa ja avoterveydenhuollossa sekä aikuisille että lapsille. Yksilöterapioihin hakeudutaan omalääkärin läheteellä. Fysioterapiaosastot toimivat suurimpien terveystarvelujen yhteydessä. Apuvälinepalvelut on yhdistetty Hatanpääle apuvälineyksikköön. Lääkinnällisen kuntoutuksen toimistot: Eteläinen alue, puh. (03) 5657 2759. Itäinen alue, puh. (03) 5657 3461. Läntinen alue, puh. (03) 5657 3462.

### Kuvantaminen

Hatanpään kantasairaalan ja Kaupin sairaalan kuvantamisyksiköissä tehdään Tampereen kaupungin lääkäreiden määräämiä röntgen- ja ultraäänitutkimuksia. Rintarauhasten kuvaukset tehdään rintaklinikka Rintsikassa. Tutkimuksiin vain lääkärin läheteellä.

### Laboratoriot

Tutkimuksiin tarvitaan lääkärin lähete.

### Maahanmuuttajapalvelut

Maahanmuuttajien neuvonnassa asiakkaita palvelee 6 neuvojaa yhteensä 17:llä eri kielellä. Neuvonnasta saa opastusta esimerkiksi

asumiseen, työhön, koulutukseen ja terveyteen liittyvissä kysymyksissä. Kaikki neuvojat palvelevat asiakkaita myös suomeksi. Ulkomaalais-toimisto toimii pakolaisten ja paluumuuttajien sosiaalisena. Maahanmuuttajien neuvonta Puutarhakatu 6, maahanmuuttajaneuvonta@tampere.fi puh. (03) 5656 6100. Ulkomaalaistoimisto Pohjolankatu 25 B, puh. (03) 565 713 (vaihte).

### Nuorisoneuvola

Koulukatu 9, puh. (03) 565 713 (vaihte). Neuvola tarjoaa terveystarveluja lukiolaisille ja niille alle 22-vuotiaille tamperelaisille, jotka eivät ole opiskeluterveydenhuollon tai järjestetyn työterveyshuollon piirissä. Neuvolassa annetaan myös alle 22-vuotiaiden ehkäisyneuvontaa.

### Omaishoidon tukitoimisto

Hatanpäänkatu 3 F, puh. (03) 565 713 (vaihte). Omaishoidon tuki on rahallista apua, jolla tuetaan vanhuksen, vammaisen tai sairaan henkilön hoitoa kotona.

### Palvelubussiliikenne

Palvelubussit ovat avoimia kaikille tamperelaisille, mutta erityisesti ne palvelevat ikääntyneitä ja liikuntaesteisiä. Bussit liikennöivät 16 reitillä. Tiedustelut: Joukkoliikenteen neuvonta, puh. (03) 5656 4700.

### **Perheneuvola**

Koulukatu 9 ja Satamakatu 17 B, puh. 565 713 (vaihte).  
Päivystys ja ilmoittautuminen ma ja ke klo 12 - 14 sekä to klo 9 - 11, puh (03) 5657 5200.

Perheneuvolan palvelut on tarkoitettu lapsiperheille. Perheneuvolaan voit ottaa yhteyttä, jos olet huolestunut lapsen kehitykseen liittyvistä asioista tai parisuhdeongelmista.

### **Perhesuunnitteluneuvola**

Satamakatu 17 C, puh. (03) 565 713 (vaihte).  
Perhesuunnitteluneuvola palvelee yli 21-vuotiaita tamperelaisia ehkäisyn valinnassa ja seurannassa sekä ehkäisyyn liittyvien sairauksien hoidossa. Perhesuunnittelu-neuvolassa on terveydenhoitajan ja lääkärin vastaanotot. Ajanvaraukseen ei tarvita lähetettä.

### **Pirkanmaan tulkikeskus**

Pirkanmaan tulkikeskus tarjoaa tulkkaus- ja käännöspalveluja maahanmuuttajien kanssa tapahtuvaan asiakastyöhön silloin, kun viranomaisella ja asiakkaalla ei ole yhteistä kieltä. Viranomainen huolehtii aina tulkin tilaamisesta asioimistilanteeseen.

### **Potilasasiamies**

potilasasiamies@tampere.fi  
puh. 050 527 2949 (parhaiten tavoitettavissa arkisin klo 9 - 14).

Potilasasiamies palvelee Tampereen kaupungin terveydenhuollossa asioivia. Häneltä saa tietoa potilaan oikeuksista ja hän neuvoo valitusmenettelyihin liittyvissä asioissa.

### **Puheterapia**

Puheterapeutin vastaanotolle tullaan yleensä lastenneuvolan terveydenhoitajan tai lääkärin lähettämänä. Aikuisneurologiset asiakkaat tarvitsevat lääkärin lähetteen.

### **Ravitsemusneuvonta**

Ravitsemusterapeutit antavat erityisruokavalioneuvontaa omalääkärin tai kouluterveydenhuollon lääkärin lähetteellä.

### **Reumasairauksien poliklinikka**

Hatanpään puistosairaala, Hatanpään puistokuja 8, puh. (03) 565 713 (vaihte).  
Uudet asiakkaat vain lääkärin lähetteellä.

### **Rokotukset**

Perusrokotukset, esim. jäykkäkouristus- ja kurkkumätärrokotukset annetaan alueellisilla terveysasemilla. Ulkomaille matkustavien erityisrokotuksia antaa erityisrokotukset ja tartuntatautien valvonta, Itsenäisyydenkatu 17 A, 6. krs. ma ja ke klo 12 - 13, ti, to ja pe klo 10 - 11, puh. (03) 5657 8654.

### **Silmä- ja korvayksikkö**

Koulukatu 9, puh. (03) 565 713 (vaihte).  
Silmä- ja korvayksikkö toimii lähetepoliklinikkana, jonne terveyskeskuslääkäri ohjaa jatkotutkimuksiin ja hoitoon. Lisäksi poliklinikalla tehdään neuvola- ja kouluikäisten lasten kuulon ja näön jatkoselvitykset.

### **Sosiaaliasiamies**

sosiaaliasiamies@tampere.fi  
puh. 040 800 4186 tai 040 800 4187.

Sosiaaliasiamies on puolueeton henkilö, joka toimii asiakkaiden edun turvaajana. Jos asiakas on tyytymätön saamaansa palveluun tai kohteluun, hän voi pyytää sosiaaliasiamiestä toimimaan henkilöstön ja asiakkaan sovittelijana.

### **Sukupuolitautilien poliklinikka**

Itsenäisyydenkatu 17 A, 6. krs. ma - to klo 11 - 12 ja pe klo 12 - 13 puh. (03) 5657 8653.  
Jos epäilet sairastavasi sukupuolitautilia, kannattaa ottaa yhteyttä sukupuolitautilien poliklinikalle. Tutkimus on maksuton.

### **Sovittelupalvelut**

Itsenäisyydenkatu 17 A, 6. krs. puh. 0400 397 860 (toimisto).  
Pirkanmaan sovittelutoimisto tarjoaa sovittelupalveluja rikosasioiden ja eräiden riita-asioiden sovitte- lusta annetun lain mukaisesti.

Sovittelussa asianosaisille järjestetään mahdollisuus kohdata toisensa luottamuksellisesti puolueettomien vapaaehtoisten sovittelijoiden johdolla.

### **Talous- ja velkaneuvonta**

Puutarhakatu 6 H, puh. (03) 5656 6972.  
Ajanvaraus ma - to klo 9.30 - 11.30 ja 13 - 14 ja puhelinneuvonta ma - to klo 13 - 14.  
Talous- ja velkaneuvontapalvelut on tarkoitettu Tampereen seutukunnan maksuvaikeuksissa oleville yksityis- henkilöille. Palvelu on maksutonta. Henkilökohtainen tapaaminen ainoastaan ajanvarauksella.

### **Vammaispalvelut**

Koulukatu 9, puh. (03) 565 713 (vaihte).  
Vammaispalveluihin kuuluvat vammaisten palvelut ja tukitoimet, asumispalvelut ja suojatyö, kehitysvammaisten palvelut ja asumispalvelut, työ- ja päivätoiminta sekä vaikeavammaisten päivähoito.