

<p>Tukea omais-tilanteeseen</p>	<p>Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry Omaisneuvonta Tampereen toimistolla mielenterveysomaisille ja mielenterveys- ja päihdeomaisille ma 9-16, ti ja to 12 - 16 p. 040 722 4292 tai omaisneuvonta@finfamipirkanmaa.fi. Omaisneuvontaa Ylöjärvellä Perhekeskuksessa, ajanvarauksella p. 040 719 9262</p>
	<p>Päihdepalveluiden sosiaalityöntekijä Tukee ja edistää päihdeongelmaisen ja hänen omaistensa hyvinvointia ja toimintakykyä. Sosiaalityöntekijän puhelin 03 565 28497, Ylöjärven terveystakeskus, Mikkolantie 10.</p>
	<p>A-klinikan toimipiste Kun läheisen päihdeongelma huolettaa tai kuormittaa, A-klinikka tarjoaa ohjausta ja neuvontaa omaisille. Arkisin mahdollisuus mennä myös Tampereen A-klinikan päivystykseen klo 9 -11 osoitteeseen Sumeliuksenkatu 13 A, 33100 Tampere, p. 040 136 8730</p>
<p>Tukea mielialaan, jaksamiseen ja turvallisuuteen</p>	<p>Terveystakeskuspsykologi Elämän kriisitilanteissa, lievissä tai keskivaikeissa masennusoireissa sekä ahdistus-, jännitys- ja paniikkioireissa. Puhelinneuvonta psykologi p. 03 565 28156, ma-pe klo 11 - 11.30, Ylöjärven perhekeskus, Mikkolantie 10. Vastaanotolle pääasiassa omalääkärin lähetteellä. Perusterv.huollon mielenterveysvastaanotto ikäihmisille terveystakeskuksessa p. 050 437 1338 (ke-to 7.30 - 8.30)</p>
	<p>Kriisikeskus Osviitta Maksutonta ja luottamuksellista tukea antavaa keskustelua Sorinkatu 4 C, 2 krs. p. 0400 734 793</p>
	<p>Turvakoti / Tampereen ensi- ja turvakoti ry Ympäri vuorokautista turvaa ja ammatillista apua perheväkivaltaa kohdanneille ja sen uhan alla eläville kotikunnasta riippumatta. Sukupolvien talo, Mutkakatu 38 B, Tampere. Kriisipuhelin p.03 3143 4840 (24 h)</p>
	<p>Valtakunnallinen Suvanto-linja Väkivaltaa, hyväksikäyttöä, kaltoinkohtelua tai niiden uhkaa kokeneille ikääntyneille ja heidän läheisilleen ti ja to 12 - 15, p. 0800 06776. Juristi parillisen viikon ke 15 - 17, p. 09 7262 422</p>
	<p>Valtakunnallinen kriisipuhelin Keskusteluapua kriiseissä ja vaikeissa elämäntilanteissa oleville, ma-pe 9-07, la- su 15-07, p. 01019 5202</p>
<p>Aamukorva – kuunteleva puhelin joka päivä 5 -9 p. 03 213 3533</p>	
<p>Tukea terveyteen</p>	<p>Ajanvaraus omalääkärille ja sairaanhoitajalle Ajanvaraus ma-pe klo 8-9.30, muut asiat klo 13 - 14. Pääterveysasema, Mikkolantie 10, 33470 Ylöjärvi. Ajanvarausnumero määräytyy oman asuinalueen mukaan. Itäinen palvelupiiri: Siivikkala p.03 565 28101; Asuntila p.03 565 28595; Keijärvi p. 03 565 28017; Rantaseutu p. 03 565 28579; Mutala p. 03 565 28022; Takamaa p. 03 565 28026; Yhdysalue p. 03 565 28594. Läntinen palvelupiiri: Vuorentausta p. 03 565 28238; Metsäkylä p. 03 565 28596; Harju p.03 565 28023; Haavisto p. 03 565 28597; Elovainio p. 03 565 28302; Soppee p. 03 565 28598; Veittijärvi p. 03 565 28012; Viljakkala p. 03 565 28035 Kurun alue: ajanvaraus lääkärille ja sairaanhoitajalle ma-to klo 8 - 15.30 ja pe klo 8 - 14 p. 03 565 28019. Sairaanhoidajan vastaanotto ilman ajanvarausta ma-pe klo 8 - 9 Kurun terveysasema, Kisatie 1.</p>
	<p>Terveystakeskus on terveydenhuollon palvelupiste, joka terveystakeskusta, pienimuotoista vastaanottoa, rokotuksia, palveluohjausta sekä erilaisia teemapäiviä. Avoinna ma-to klo 9-18, pe klo 9-16 ja la klo 10 - 15, lisäksi tauko päivittäin klo 12.30 - 13 Kauppakeskus Elo, Elotie 1.</p>
	<p>Terveystakeskuksen sosiaalityöntekijä Terveystakeskuksen sosiaalityöntekijä toimii perhekeskuksen, väestövastuupiirien ja vuodeosaston ja kuntoutus- ja muistikeskuksen alle 65-vuotiaiden sosiaalityöntekijänä sekä potilasasiamiehenä. Puhelinaika ma - pe klo 11 - 11.30, p. 03 565 28151 Ylöjärven perhekeskus, Mikkolantie 10.</p>
<p>Tukea muistiin liittyvissä asioissa</p>	<p>Muistitestit Omahoitajan tai omalääkärin kautta Pirkanmaan muistiyhdistys Kalevantie 1, 33100 Tampere. p. 03 223 2344, Tietoa ja tukea muistisairaille ja heidän omaisilleen</p>

<p>Tukea kotona asumiseen</p>	<p>Kotihoidon palvelujen hakeminen, ikäihmisten neuvontapuhelin IKÄNEUVO p. 040 733 3949 Hoitotarvikkeet: Ylöjärven terveysasema puhelintunti ma klo 12-13 p. 050 331 4856. Tarvikejakelu ma ja to klo 13-14 Jakelupiste terveyskeskuksessa kotihoidon tiloissa kahvion vieressä. Kurun tarvikejakelu: Paikkana kotisairaanhoidon toimisto Kurun terveysasemalla pe klo 12-13. Lisätietoja terveydenhoitajalta, p. 050 582 1529 ja Viljakkala terveysaseman tiloissa klo 11 - 12, p.05068147Apuvälineet: Ylöjärven terveysasema p. 03 56528291, Kuru p. 050 4371128 ja Viljakkala p. 03 565 28 291.Palvelubussit: Ylöjärven p. 044 486 3761, Järvinen p. 044 4683762, Harjunen p. 044 4863763 ja Kurun palvelubussi p. 044 770 7888, Kela Taksi tilaus: 0800 98 811 Vaikeavammaisten ja shl kuljetuspalvelutaksi tilaus Tuomi logistiikka: 03 5678101</p>
<p>Hengellinen tuki ja diakoniatyö</p>	<p>Diakoniatyö Ylöjärvi, p. 044 7868 054; Kuru p. 044 7868 056; Viljakkala, p. 044 7868 058 Valtakunnallinen seurakuntien Palveleva puhelin Mahdollisuus purkaa mieltä painavia asioita, su-to 18.00–01.00 sekä pe ja la 18.00–03.00, p. 01019 0071</p>
<p>Sosiaalinen tuki</p>	<p>Aikuissosiaalityö Sosiaalityöntekijöiden puhelinaika on ma-ti ja to-pe klo 12 - 13. Sosiaalityöntekijöiden vastaanotto jakautuu asiakkaan sukunimen ensimmäisten kirjaimien mukaan seuraavasti: A - L p. 03 565 28500, M - Ö p. 03 565 28493. Vammaispalvelut: p. 03 565 28496, 040 1331572</p> <p>KELA neuvontapalvelunumerot Toimeentulotuki 020 692 207, Kuntoutus 020 692 205, Sairastaminen 020 692 204, Vammaistuet 020 692 211, Eläkeasiat 020 692 202, Asumisen tuet 020 692 201</p> <p>LÄHITORIN NEUVONTA Palveluohjausta ja neuvontaa ilman ajanvarausta ikäihmisille sekä heidän läheisilleen: Terveyskeskuksen neuvontapiste Mikkolantie 10, kerran viikossa to klo 10-12. Kerran kuukaudessa neuvontapisteet ovat Kurun kirjastolla, Kauppatie 7-9, atk-tila. Viljakkalan terveyskeskuksen palvelupiste Elokaarentie 3. Siivikkala seurakuntatalo, Siivikkalantie 76. Seurakuntakeskus, Kirkkotanhuanatie 3. Tiedustelut p. 050 5969086. LÄHITORI, ikäihmisten kohtaamispaikka: Emminkammari, Soppeensydämen ikäihmisten toimitila Rantajätkäntie 2 B 30, 33470 Ylöjärvi (sisäänkäynti sisäpihan B-rapusta). Tiedustelut p. 040 1334845. Avoinna: ma klo 9-11(kuukauden 2. ja 4. ma 9-16), to klo 10-12 ja pe klo 13-15 (perjantaipiiri).</p> <p>Avoim päivätoiminta (kaikille avointa ja maksutonta toimintaa) Tiurankamarin porinapiiri tiistaisin klo 12 - 14.30. Kuusistontie 3, Ylöjärvi. Ohjelmassa on mm. keskustelua, pelejä, musiikinkuuntelua, palveluohjausta ja neuvontaa sekä valmisteltuja teemapuheenvuoroja. Kahvi- tai teemaksu 1 €. Soppeensydämen perjantaipiiri pe 13 - 15, Ikäihmisten toimintatilassa, Rantajätkäntie 2, Ylöjärvi. Kahvi- tai teemaksu 1 €. Siivikkalan porinapiiri joka keskiviikko klo 12.30-14 os. Siivikkalantie 76, seurakuntatalolla. Porinapiirien tiedustelut p. 040 1334845. Kurun virikepiiri kirjaston Kuru-salissa Kauppatie 7-9 parittomien viikkojen tiistaina klo 11 -13.30 tiedustelut p. 040 7700326. Kurun Enska, entisten nuorten seurustelukahvila, parillisten viikkojen tiistaina klo 10 - 13. Kurun kirjasto, Nuokun tilat.</p> <p>Päivätoiminta/lyhytaikaishoito (hakemuksia saa mm. Lähitorin neuvonnasta ja hoito- ja kunt.palv. työntekijöiltä) Päivätoiminnan tiedustelut p.040 133 1446. Lyhytaikaishoito p. 040 733 3949. Tiuravuoren palvelukeskus, lyhytaikaisjaksoja p. 050 339 2579. Ikäihmisten perhehoito: päivä-, lyhyt- ja pitkäaikaishoitoa perhehoidossa. Keipe Pirkanmaan Kehitysvammaisten ja ikäihmisten perhehoidon yksikkö p. 040 801 9957.</p> <p>Geriatrian poliklinikka, sosiaalityöntekijä p. 03 565 28535, ma-pe klo. 9.00-9.30.</p> <p>Vertaistukiryhmiä Omaishoitajien kuntosalivuoro Tiuravuoressa Kumukkeen kuntosalilla Kuusistontie 3, joka keskiviikko klo 11.30 - 12.30. Tiedustelut p. 040 5164023. Omaishoitajien vertaistukiryhmä, järjestäjänä Tampereen seudun omaishoitajat ry Soppeensydämessä, Rantajätkäntie 2. kuukauden 3. maanantai p. 0407533017 Omaishoitajien vertaistukiryhmä, järjestäjänä Pirkanmaan Omaishoitajat ry Pioni. Seurakuntakeskuksessa, Tähkämäiden yhteydessä, joka kuukauden 3. keskiviikko klo 10.15 - 11.45 ja Kurun seurakuntatalolla, kerran kuussa maanantaisin klo 12 - 14. Lisätietoja p. 0442204188 Soppeensydämen toimintatilassa kokoontuu myös Sydänsairastuneiden, MS-yhdistyksen ja Ylöjärven nivelpiirin vertaistukiryhmät. Ystäväpiirit toimintaa, lisätietoja p. 040 1334845, 050 5969086, Viljakkala: 050 68133</p> <p>Omaishoidon tuki Ikäihmiset yli 65v p. 050 68133. Alle 65v. omaishoidontuki klo 12 -13 p. 03 565 28385</p>
<p>Tukea taloudelliseen tilanteeseen</p>	<p>Toimeentulotuki KELA:n neuvontapalvelunumero 020 692 207 Talous- ja velkaneuvonta Tampereen, Lempäälän, Nokian, Pirkkalan, Vesilahden ja Ylöjärven alueen maksuvaikeuksissa oleville yksityishenkilöille maksuton neuvonta ma - to 13 – 14, ajanvaraus ma - to 9.30 - 11.30 ja 13 – 14 p. 03 5656 6972. Valtakunnallinen velkalinja ma – pe 10–14 p. 0800 9 8009</p>

Päivitetty 21.9.2018

Yhteistyössä

Päivitetty 21.9.2018

Tukipolun päivittäminen:
Ylöjärven kaupunki, Asiakasohjaus

Yhteistyössä

