

Hei Kanta-Hämeen asukas!

Luet Oma Hämeen asukaskirjettä. Tähän esitteeseen olemme koonneet hyvinvointi-alueen tärkeimmät yhteystiedot. Säilytä lehtinen helposti saatavilla – löydät siitä myös ohjeita asiointiin sekä tietoa uusista palveluista.

Palvelemme sinua edelleen myös puhelimitse ja vastaanotoilla.



**Kanta-Hämeen
hyvinvointialue**

Wellbeing Services
County of Kanta-Häme

Suomi.fi -viestit

Sähköinen postilaatikko
viranomaispostille
s. 8

Ota Oma Hämeen tärkeimmät yhteystiedot talteen!

s. 2–5



Contact information for
healthcare and social services
(page 6)



Saapuminen Assiin

s. 11

Ennen saapumista päivystykseen

s. 12

Ensilinja – sinua varten

Tarvitsetko apua etkä tiedä, mistä aloittaa?

Ota yhteyttä Ensilinjaan – saat apua, neuvontaa ja ohjausta sosiaali- ja terveyspalveluissa.



Mikä on Ensilinja?

Ensilinjapalveluiden kautta saat yhdellä yhteydenotolla apua, arvion tilanteestasi, hoitoa ja ohjausta sosiaali- ja terveydenhuollon asioissa. Soittamalla tai keskustelemalla chatissa saat yhteyden ammattilaiseen (esimerkiksi sairaanhoitajaan tai sosiaaliohjaajaan palvelusta riippuen), joka neuvoo tai tarvittaessa varaa sinulle ajan toiselle ammattilaiselle.

Puheluusi vastataan suoraan tai ruuhkatilanteissa puhelu ohjautuu takaisinsoittoon. Joihinkin palveluihin soittaessa tulee sinun valita puhelinvalikosta oikea valinta asiointiisi liittyen.

Ensilinja on oikea paikka ottaa yhteyttä erityisesti silloin, kun

- sinulla ei ole vielä asiakas- tai hoitosuhdetta tämän asiasi / vaivasi suhteen
- sinulla ei ole omaa nimettyä ammattilaista tai tiimiä
- asioit palveluissa harvoin tai olet ensimmäistä kertaa yhteydessä meihin



Anna palautetta Ensilinjasta

Ensilinjan puhelinasiointinnissa on käytössä asiakaspalautekysely. Osa asiakkaista saa tekstiviestitse lyhyen palautekyselyn. Viesti tulee numerosta 18220 ja siihen vastaaminen on maksutonta.

Ota yhteyttä Ensilinjaan

Kiireellisen asioinnin puhelinnumerot

Hätänumero (24/7).....112

Soita hätänumeroon, kun joku on hengenvaarassa tai tarvitset kiireellisesti viranomaisten apua.

Päivystysapu (24/7), kiireellisen hoidon Ensilinja.....116 117

Soita 116 117, jos harkitset päivystykseen lähtöä tai jos tarvitset neuvontaa kiireellisissä terveysongelmissa. Puheluun vastaa sairaanhoitaja, joka konsultoi tarvittaessa lääkäriä. Yhteydenotto öisin vain silloin, kun suunnittelee lähtöä päivystykseen.

Suun terveydenhuollon kiireellinen ajanvaraus.....03 629 6300

Soita tähän numeroon, jos tarvitset kiireellistä hammashoitoa.

Synnytyksen päivystyksellinen kiiretilanne (24/7).....03 629 2108

Soita tähän numeroon raskauteen tai synnytykseen liittyvissä, päivystyksellisissä kiiretilanteissa.

Sosiaali- ja kriisipäivystys (24/7).....03 629 6560

Soita sosiaalipäivystykseen, kun tarvitset kiireesti apua esimerkiksi lapsiin, perhekriiseihin, perheväkivaltaan, elämänhallintaan, mielenterveyteen tai päihteisiin liittyen.

Tarkista puhelinnumeroiden ajantasaiset aukioloajat Oma Häme -sovelluksesta tai verkkosivuiltamme:



omahame.fi



Kiireettömän asioinnin puhelinnumerot

Terveysasemien kiireetön Ensilinja

Forssan seutu.....	03 629 6629
Hämeenlinnan alue.....	03 629 6627
Janakkala.....	03 629 6630
Riihimäen seutu.....	03 629 6628

Soita kiireettömissä terveysasioissa oman alueesi terveysaseman Ensilinjanumeroon, jos asioit terveysaseman kanssa harvoin tai ensimmäistä kertaa. Jos sinulle on nimetty oma lääkäri ja hoitaja, niin ota yhteyttä kiireettömissä ja kiireisissä asioissa terveysaseman tiimiisi.

Kuntoutus..... 03 629 6680

Soita tähän numeroon, jos sinulla on uusi nivel- tai lihasoire, joka ei ole syntynyt tapaturman seurauksena. Tässä numerossa onnistuu myös terveysaseman fysioterapian ajanvaraus ja ajan peruutus. Voit myös jättää yhteydenottopyynnön jalka- ja toimintaterapiaan sekä aikuisten lääkinnällisen kuntoutuksen palveluseteli- ja maksusitoumusasioista.

Mielenterveys- ja päihdepalvelut..... 03 629 6571

Soita tähän numeroon, jos olet täysi-ikäinen ja tarvitset neuvontaa tai hoidon tarpeen arviointia mielenterveys- ja päihdeasioissa.

Suun terveydenhuollon kiireetön ajanvaraus..... 03 629 6301

Voit varata ajan hammaslääkärille tai suuhygienistille kaikkiin hyvinvointialueen hammashoitoloihin.

Aikuissosiaalityö..... 03 629 6566

Aikuissosiaalityö tukee aikuisia vaikeissa elämäntilanteissa tarjoamalla apua esimerkiksi taloudellisiin, sosiaalisiin ja elämänhallintaan liittyviin haasteisiin.

Vammaissosiaalityö..... 03 629 6578

Neuvoja vammaispalveluun liittyvissä asioissa.

Ikäihmisten palvelut..... 03 629 6620

Ohjausta ja tietoa mm. ikäihmisten varhaisen tuen palveluista, kotiin saatavista tukipalveluista, kotihoidosta ja asumisen palveluista sekä omaishoidosta.

Perhekeskuksen Ensilinja..... 03 629 6200

Saat apua ja tukea lapsiperheiden ja nuorten arkeen sekä perhe-suunnitteluun ja lapsettomuuden kysymyksiin. Puhelimessa sinua palvelevat sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaiset. Valitsemalla kolmesta vaihtoehdosta ohjautut suoraan sinulle sopivalle asiantuntijalle.

Muita puhelinnumeroita helpottamaan yhteydenottoasi:

Asiakaslaskutus..... 03 629 3179

Neuvontaa laskuusi tai asiakasmaksuihin liittyvissä kysymyksissä.

Hyvinvointialueen puhelinvaihte..... 03 629 1

Vaihde palvelee sosiaali-, terveys- ja pelastuspalveluiden yhteystietoihin liittyvissä kysymyksissä.

Erikoissairaanhoidon asiakaspalvelu..... 03 629 6262

Palvelee sairaalapalveluiden asiakkaita esimerkiksi ajanvarauksiin tai lähetteisiin liittyvissä kysymyksissä, jonotilanteen tiedustelua varten sekä hoito-ohjeiden tarkentamiseksi.

Ensilinjan tekstiviestinumerot

Ensilinjan tekstiviestinumerot on tarkoitettu **kuulo- ja puhevammaisten ja tulkkauksessa olevien asiointiin**. Jos et pysty asioimaan puhumalla, keskustele kanssamme tekstiviestin välityksellä. Chat-asiointi on myös kätevä tapa asioida kirjoittamalla.

Jos tarvitset Ensilinjan palvelua muulla kielellä kuin suomeksi, niin lähetä tekstiviesti Ensilinjapalvelun tekstiviestinumeroon ja kirjoita viestiin oma kieleesi. Esimerkiksi kirjoita "englanti" tai "arabia". Soitamme sitten tulkin kanssa takaisin sinulle siihen numeroon, josta viesti lähetettiin.

Päivystysapu 116 117, kiireellisen hoidon Ensilinja.....	040 629 6206
Suun terveydenhuollon kiireellinen Ensilinja,	
Forssan seutu.....	040 629 6196
Hattula ja Hämeenlinnan seutu.....	040 629 6194
Janakkala ja Riihimäen seutu.....	040 629 6195
Kuntoutuksen Ensilinja.....	040 629 6220
Mielenterveys- ja päihdepalveluiden Ensilinja.....	040 629 6219
Aikuissosiaalityön Ensilinja.....	040 629 6257
Ikäihmisten Ensilinja.....	040 629 6202
Erikoissairaanhoidon asiakaspalvelu.....	040 629 6390
Vammaissosiaalityö.....	040 629 6255
Lapsiperheiden palveluohjaus.....	040 629 6252
Perhesuunnittelu ja ehkäisyneuvola.....	040 629 6201
Äitiys- ja lastenneuvolan Ensilinja.....	040 629 6200



Terveysasemien
tekstiviestinumerot,
kiireetön hoito:



[omahame.fi/kiireeton-
hoitajan-tai-laakarin-
vastaanotto](https://omahame.fi/kiireeton-hoitajan-tai-laakarin-vastaanotto)



In English



Interpretation services

Ensilinja is the first point of contact for healthcare or social services. If you need to contact Ensilinja services and require interpretation service, send a text message to the service's number listed below. Type your language in the message. For example, if you'd like service in English, type in ENGLANTI. We will call you back with an interpreter.

Medical Helpline 116 117, urgent healthcare.....	040 629 6206
Urgent dental care, Forssa area.....	040 629 6196
Urgent dental care, Hämeenlinna and Hattula area.....	040 629 6194
Urgent dental care, Janakkala and Riihimäki area.....	040 629 6195
Mental health and substance abuse services.....	040 629 6219
Adult social work.....	040 629 6257
Services for the elderly people.....	040 629 6202
Rehabilitation.....	040 629 6219
Service coordination for families with children.....	040 629 6252
Family planning and contraception clinic.....	040 629 6201
Maternity and child health clinic.....	040 629 6200

In case of **emergency** or **urgent care** call these numbers

Emergency number.....	112
Medical Helpline, urgent healthcare.....	116 117
Urgent dental care.....	03 629 6300
Childbirth emergency.....	03 629 2108
Social emergency service (24/7).....	03 629 6560
Specialized medical care customer service.....	03 629 6262

Vastaanottokäynti, hoitopuhelu vai chat?



Hoitopuhelu

Hoitopuhelu korvaa tavanomaisen fyysisen käynnin vastaanotolla ja vastaa sisällöllisesti henkilökohtaiseen käyntiin perustuvaa hoitoa tai palvelua.

Hoitopuhelun asiakasmaksu kerryttää maksukattoa. Hoitopuhelussa kanssasi keskustellaan esimerkiksi oireista, voinnista, hoidon toteutumisesta, tarvittavista tai tehdyistä tutkimuksista, lääkityksistä ja jatko-ohjeista tai -suunnitelmasta.

Hoitopuhelun kesto ja sisältö voivat vaihdella asian laajuuden tai monimutkaisuuden mukaan. Vuonna 2026 hoitopuhelun hinta on perusterveydenhuollossa 30,20 euroa ja erikoissairaanhoidossa 71,30 euroa. Hoitopuhelua ei veloiteta alle 18-vuotialta.

Hoitopuhelu voi olla maksuton, jos se liittyy lakisääteisesti maksuttomaksi määritellyyn hoitoon.

Chat-palvelut

Etäasiointi chat-palveluissamme on helppo ja nopea tapa hoitaa hyvinvointiisi ja terveyteesi liittyviä asioita.

- Terveys-chat
- Aikuissosiaalityön chat
- Neuvola-chat
- Info-chat

Voit asioida chatissa myös toisen henkilön puolesta, jos sinulla on siihen valtuutus.

Löydät chatit Oma Häme -sovelluksesta tai Oma Hämeen verkkosivujen oikeasta alakulmasta (Aloita chat -painike).

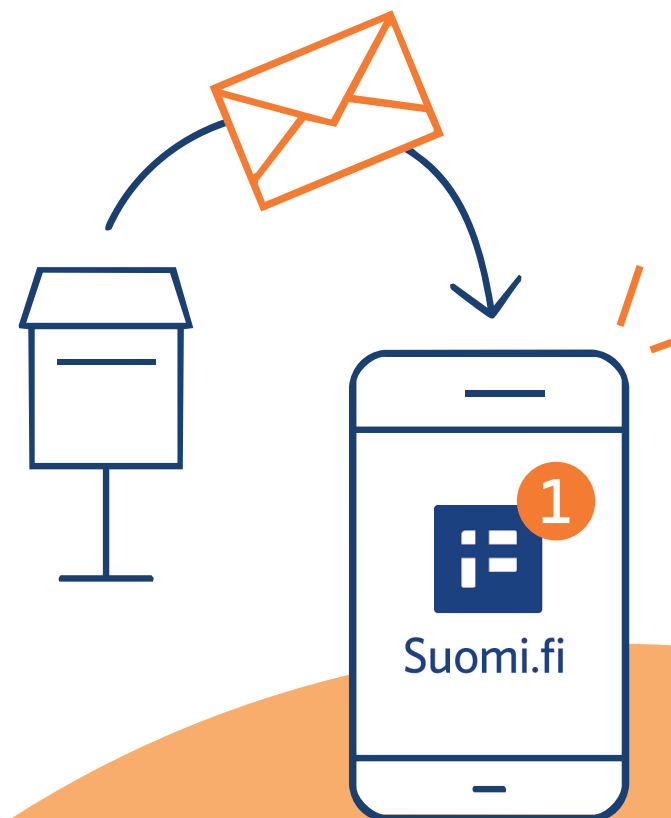
Suomi.fi -viestit – Sähköinen postilaatikkosi

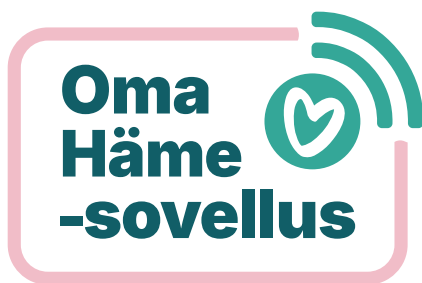
Oma Häme lähettää muiden viranomaisten lailla asiakasviestit ensisijaisesti Suomi.fi-viestipalvelun kautta.

Käytämme Suomi.fi-viestejä esimerkiksi terveydenhuollon ajanvarauskirjeissä, palveluseteleissä, maksusitoumuksissa ja kirjeissä. Jatkossa tulemme lähettämään myös asiakaslaskut suomi.fi-viesteinä.

Tunnistautumalla viranomaisen verkkopalveluun saat Suomi.fi-viestit käyttöösi. Suomi.fi-viestipalvelu toimii sovelluksella tai osoitteessa suomi.fi/viestit.

Jos et käytä sähköistä viestipalvelua, saat jatkossakin Oma Hämeeltä postit paperisena.





Turvallinen asiointipalvelu, jonka avulla pidät hyvinvointialueen digipalvelut kätevästi mukanasi.

Lataa sovellus puhelimeesi tai voit asioida palvelussa myös Oma Hämeen verkkosivuilla osoitteessa omahame.fi. Kirjautuminen vaatii vahvan tunnistautumisen joko henkilökohtaisilla pankkitunnuksillasi tai mobiilivarmenteella.

Mitä sovelluksessa voi tehdä?

- Ota yhteys sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaiseen chatin, digipolun tai videoyhteyden kautta
- Tarkastele ajanvarauksiasi, laboratoriotuloksiasi ja ammattilaisten kirjauksia
- Täytä digitaalinen esitetietokysely
- Ilmoittaudu Ahveniston sairaalan eli Assin vastaanotolle
- Hae tietoa hyvinvointisi ja terveytesi tueksi
- Asioi läheisesi tai lapsesi puolesta
- Siirry linkistä suoraan OmaKantaan ja OmaKelaan
- Varaa, siirrä ja peru aikoja niissä palveluissa, joissa toiminto on käytössä (aika tulee perua viimeistään 24 tuntia ennen vastaanottoa)

Lue lisää:



omahame.fi/sovellus



Pysy ajan tasalla

Seuraa Oma Hämettä sosiaalisessa mediassa



Oma Häme - Kanta-Hämeen hyvinvointialue



Oma Häme - Kanta-Hämeen hyvinvointialue



@oma_hame

Palvelut uudistuvat – tilaa uutiskirje ja pysy ajan tasalla

Uudistamme palveluverkkoa vaiheittain vuosina 2026–2027. Löydät ajantasaiset tiedot sote-palveluista ja muutoksista verkkosivuiltamme. Voit myös tilata Oma Hämeen uutiskirjeen sähköpostiisi.



omahame.fi/uutiskirje

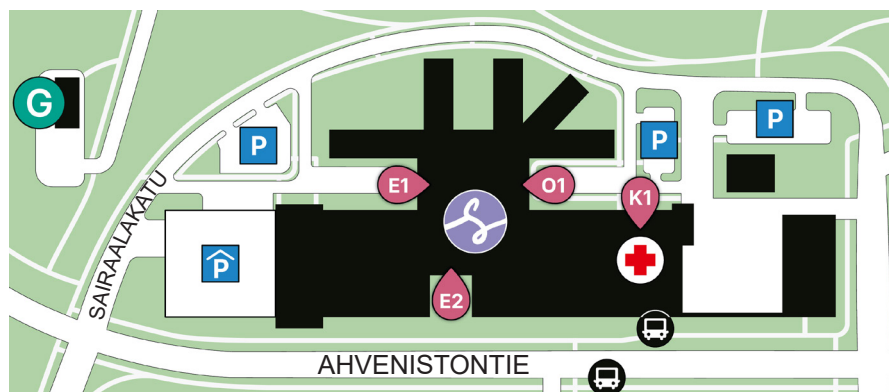


Ahveniston sairaala eli Assi



Assi on keväällä 2026 Hämeenlinnassa käyttöön otettu Kanta-Hämeen uusi, asiakaslähtöisesti toimiva keskussairaala.

Saapuminen Assiin



Pääsisäänkäynti: Sairaalakatu 3 B, ovi E1

Julkisella ja pyörällä/kävelen kulkevat: Ahvenistontie 24, ovi E2

Saattoliikenteen ovi (osastoille saapuminen): Sairaalakatu 3 A, ovi O1

Päivystyksen sisäänkäynti (24/7): Sairaalakatu 3 A, ovi K1

- Suun terveydenhuollon ilta- ja viikonloppupäivystys, kiireellisen hammashoidon päivystys arki-iltaisin klo 15–21, viikonloppuisin ja arkipyhinä klo 8–21.
- Synnytysten ja raskauspäivystyksen sisäänkäynti päivystyksen ovesta ja hissillä 4. kerrokseen.

Päivystyksen ovi on avoinna ympäri vuorokauden, muut sisäänkäynnit arkisin klo 6.45–20.00 ja viikonloppuisin klo 8.00–19.00. Ajoita vierailuaika osastoille ensisijaisesti klo 14–19 väliselle ajalle.

Pysäköintitalon kulku noudattaa samoja aukioloaikoja. Kaikki sisäänkäynnit ovat esteettömiä. Ilmoittaudu aina ensin automaattilla.

Ennen päivystykseen saapumista

Soita päivystysavun, kiireellisen hoidon Ensilinjan numeroon 116 117. Saat puhelimesta ohjeita. Jos puhelinpalvelu on ruuhkautunut, soitamme sinulle takaisin niin pian kuin mahdollista.

Voit tulla paikalle autolla, jos voit matkustaa turvallisesti. Älä aja itse, jos sinulla on ollut vakava sairauskohtaus tai olet loukkaantunut.

Hätätilanteissa soita 112! Kiireellisen hammashoidon tarpeesta iltaisin tai viikonloppuisin soita Ensilinjan numeroon 03 629 6300.

Erikoissairaanhoidon asiakaspalvelu

Tarvitsetko apua ajanvarauksen muuttamisessa tai peruuttamisessa? Haluatko tiedustella lähetteesi tilannetta, jonotusaikoja tai tarkentaa hoito-ohjeita?

Autamme sinua chatissa ja puhelimitse numerossa 03 629 6262. Avoinna ma-pe klo 7.30 – 16.30. Tee ajan peruutus viimeistään edeltävänä arkipäivänä klo 14 mennessä.

Synnytä Hämeenlinnassa

Assissa synnyttät turvallisesti luonnonläheisessä ja rauhallisessa ympäristössä. Haluamme olla maailman inhimillisin sairaala, jossa jokainen synnyttävä ja perhe kohdataan lämpimästi ja yksilöllisesti. Myös Kanta-Hämeen ulkopuolelta tulevat ovat tervetulleita synnyttämään Assiin.

Kun sydän saa valita,
elämä alkaa Assista.

 omahame.fi/synnytta-hameelinnassa



Millaiset eväät tukevat sinun hyvinvointiasi?

- Etsitkö tietoa hyvinvoinnista?
- Kaipaanko mielekästä tekemistä?
- Haluatko lisätä hyvää oloa arkeesi?



Hyvinvoinnin
ja terveyden
edistäminen



Euroopan unionin
rahoittama
NextGenerationEU



Hyvinvointisi tueksi -sivustolta
löydät tietoa, vinkkejä ja
toimintaa läheltäsi.



omahame.fi/web/hyvinvointisi-tueksi



Onko sinulla kotivara kunnossa?

72 tuntia -sivustolla on paljon tietoa viranomaisten
ja järjestöjen varautumissuosituksista.

Varautuminen on kaikkien yhteinen asia.



72tuntia.fi