



Palveluopas



Kainuun sote



Kainuun sote

Yhteystiedot

Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä (Kainuun sote)

Postiosoite

PL 400, 87070 Kainuu

Laskutusosoite

Ostolaskut, PL 401, 87070 Kainuu

Käyntiosoite (hallinto)

Pohjolankatu 13, 3. krs, Kajaani

Sähköposti

etunimi.sukunimi@kainuu.fi

Puhelinvaihde

08 61561

Kirjaamo

avoinna ma–pe klo 8.00–15.00

faksi 08 6155 4270

kirjaamo@kainuu.fi

Kainuun sote verkossa

sote.kainuu.fi

facebook.com/kainuunsote

Twitter: @Kainuunsote

YouTube: Kainuun sote

Julkaisija

Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä

Painopaikka

Juvenes Print

Kansikuva

Pohjolan Mylly

Terveyttä ja hyvinvointia vauvasta vaariin

Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä tuottaa jäsenkunnilleen kaikki sosiaali- ja terveystyöt.

Jäsenkunnat ovat Hyrynsalmi, Kajaani, Kuhmo, Paltamo, Ristijärvi, Sotkamo ja Suomussalmi.

Puolangan kunta on kuntayhtymän osajäsen. Kainuun sote tuottaa Puolangalle erikoissairaanhoidon, kehitysvammahuollon erityishuoltopiirin, eläinlääkintähuollon ja ympäristöterveydenhuollon palvelut.



LUKIJALLE

Kainuun sote on tuottanut vuodesta 2013 lähtien kaikki sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut Hyrynsalmen, Kajaanin, Kuhmon, Paltamon, Ristijärven, Sotkamon ja Suomussalmen asukkaille. Puolangalla Kainuun sote vastaa ensihoidosta ja erikoissairaanhoidosta, kehitysvammahuollosta ja ympäristöterveydenhuollosta (esim. eläinlääkärit). Kainuun sotella on yhteensä 3 700 työntekijää, ja se on maakunnan suurin työnantaja.

Tähän palveluoppaaseen on koottu tiedot Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymän (Kainuun sote) tarjoamista palveluista sähköiset palvelut mukaan lukien. Palvelut löytää seuraavalle sivulle kootusta aakkosellisesta hakemistosta. Kunkin palvelun kohdalla on aina tarvittaessa kerrottu kuntakohtaiset yhteystiedot.

Kainuun sote on viime vuosina laajentanut tarjontaansa sähköisiin palveluihin. Perinteisten palvelumuotojen ohella asiakkailta on mahdollisuus esimerkiksi katsoa laboratoriotuloksiaan tai asioida soten työntekijöiden kanssa sähköisen Omasote-palvelun kautta. Sähköiset palvelut eivät kuitenkaan korvaa tuttuja peruspalveluja, joissa terveyden- ja sosiaalihuollon asiantuntija kohtaa potilaansa tai asiakkaansa kasvotusten henkilökohtaisesti.

Palveluopas jaetaan jokaiseen kainuulaiseen talouteen. Mikäli opasta ei ole tullut, sen voi noutaa kunnanvirastosta tai kirjastosta. Oppaan tiedot löytyvät myös Kainuun soten verkkosivuilta osoitteesta: sote.kainuu.fi.

Palautetta oppaasta voi lähettää sähköpostilla osoitteeseen: viestinta@kainuu.fi.

Maire Ahopelto
Kuntayhtymän johtaja

Kajaanissa 17.5.2016



SÄHKÖISIÄ PALVELUITA VOIT KÄYTTÄÄ MILLOIN ITSE HALUAT

Sähköinen asiointi on kätevä vaihtoehto perinteisille tavoille käyttää sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita. Sähköisiä palveluita voidaan käyttää ajasta ja paikasta riippumatta, asiointi nopeutuu ja on turvallista.

Kainuun soten käytetyimmät sähköiset palvelut keväällä 2016 ovat Omasote (omasote.kainuu.fi) ja NordLabin laboratorion sähköinen ajanvaraus (kainuu.labajanvaraus.varauskirja.fi). Kainuun keskussairaalassa on käytössä sähköinen itseilmoittautuminen ja suun terveydenhuollossa tekstiviestimuistutus. Arkipäivän lähipalveluja on koottu Hyvinvoinnin palvelutarjottimelle (palvelutarjotin.kainuu.fi).

Kainuun Omasote on henkilökohtainen sähköinen viestintäkanava, jonka kautta voi asioida Kainuun soten eri palveluissa silloin kun itselle sopii. Omasote tarjoaa ajantasaista ja luotettavaa tietoa omasta terveydestä ja hyvinvoinnista huolehtimiseen ja sen kautta voi saada tarvittaessa ammattilaisen tuen omahoidolleen.

Hyvinvoinnin palvelutarjottimella löydät, vertaat ja arvioit arkipäivän lähipalvelusi, olipa ne julkisia, yritysten tai järjestöjen tuottamia – joko julkisesti tuettuja tai kokonaan itse maksettavia. **Kainuun sote ei vastaa Hyvinvoinnin palvelutarjottimelta löytyvien tietojen oikeellisuudesta.**

Sähköinen ajanvaraus laajenee Kainuussa

Nykyisin laboratoripalveluissa käytössä oleva sähköinen ajanvarausmahdollisuus laajenee Kainuun sotessa nyt muihin terveydenhuollon vastaanottopalveluihin. Alkuvaiheessa sähköinen ajanvaraus otetaan käyttöön lastenneuvolassa ja hammashoidossa. Lastenneuvolassa aikoja voi varata, niitä voi siirtää ja perua. Hammashoidossa asiakas näkee varatut ajat ja voi tarvittaessa perua niitä. Asiakas saa myös tekstiviestimuistutuksen varatusta ajasta ja mikäli aika ei tunnu sopivalta, sen voi kätevästi perua Omasotessa ja näin välttyä perumattomasta poisjäännistä aiheutuvalta sakkomaksulta. Lähitulevaisuudessa Omasoten kautta on myös mahdollista asioida sähköisesti toisen puolesta.

Muista myös reseptien uusinta sekä muut kansalliset palvelut

Kansallisista palveluista kannattaa muistaa etenkin Kanta-palvelut sekä Kelan sähköinen asiointi. Omakannassa (kanta.fi/omakanta) kansalainen voi tarkastella omia terveystietojaan sekä sähköisiä reseptejään. Antamalla palvelussa suostumuksen, tiedot ovat terveydenhuollon käytössä hoitotilanteessa koko Suomessa. Palvelun kautta voi myös lähettää sähköisen reseptin uusimispyynnön.

AAKKOSELLINEN PALVELUHAKEMISTO

Aikuispsykiatria, keskussairaala	13, 21	Kainuun työllistymistä edistävä monialainen yhteispalvelu (TYP).....	12
Aikuissosiaalipalvelut.....	8	Kainuun Työterveys -liikelaitos	35
A-klinikka	21	Kainuun Uusi Sairaala	49
Apteekit.....	51	Kansaneläkelaitos (KELA).....	51
Apuvälinelainaus	10	Kansanterveyshoitajat	31
Arkisto- ja tietosuojapalvelut.....	48	Kassapalvelut	50
Asiakasohjaus, ikäihmiset	46	Kehittäminen ja suunnittelu	49
Asunnon korjaus- ja muutostyöt	9	Kehitysvammapalvelut.....	36
Ateriapalvelut, vanhusten	42	KELA.....	51
Avoimet työpaikat ja sijaisuudet	49	Keskussairaala (KAKS)	13
Diabetes, hoitotarvikkeet	11	Keuhkosairaudet, keskussairaala.....	13
Dialyysiyksikkö, keskussairaala.....	15	Kipupoliklinikka	13
Ehkäisy (Koulu- ja opiskeluterveydenhuolto, Neuvolat)	15, 23	Kirjaamo	48
Eläinlääkärit/eläinlääkintähuolto	9	Kirurgia, keskussairaala	13
Ensihoito.....	10	Korva- nenä- ja kurkkutaudit, keskussairaala.....	14
Erikoisalojen poliklinikat.....	13	Kotihoito, vanhukset	40
Erytishuollon poliklinikka.....	40	Kotihoidon palveluseteli.....	46
Fysiatrია, keskussairaala	13	Kotipalvelu lapsiperheille	19
Fysioterapia	10	Kotona asumista tukevat palvelut.....	40
Haavapoliklinikka, keskussairaala	13	Koulu- ja opiskeluterveydenhuolto.....	15
Hallinto.....	48	Koulupsykologit	16
Hankinnat	48	Kriisiryhmä.....	17
Hammashoitolat.....	11	Kuljetuspalvelut, tilausnumero.....	17
Hammas- ja suusairaudet, keskussairaala	13	Kuntouttava työtoiminta	17
Henkilökohtaisen avun asiat (vammaispalvelut)	36	Kuntoutus, kuntoutuksen asiakastyöryhmät.....	18
Henkilöstöpalvelut	48	Kuntoutus, veteraanit.....	47
Hoito-osastot, keskussairaala.....	14	Kuntoutusyksikkö.....	14
Hoitotarvikkejakelu	11	Kuusanmäen palvelukeskus.....	40
Hätänumero.....	12	Laboratorio	18
Ihotaudit, keskussairaala	13	Laitoshoido, vammaispalvelut	40
Ikäihmistien palveluohjaus	46	Lapsiperheiden kotipalvelu	19
Ikäihmistien palvelut, vanhuspalvelut.....	40	Lapsiperheiden päihdetyö	25
Imetyspoliklinikka, keskussairaala.....	14	Laskutus, myyntireskontra ja perintä	50
Kahvila Kanttis, keskussairaala	15	Lastenkoti Salmila	19
Kainua-allianssi, Uusi Sairaala	49	Lastenneurologia, keskussairaala	14
Kainuulaiset järjestöt ja yhdistykset.....	51	Lastenneuvola	23
Kainuun keskussairaala (KAKS).....	13	Lastenpsykiatrisen sairaanhoito, keskussairaala.....	14, 22
Kainuun kunnat.....	51	Lastensuojelu	19
Kainuun liitto	51	Lastentaudit, keskussairaala	14
Kainuun maistraatti.....	51	Lastenvalvoja	20
Kainuun pelastuslaitos.....	51	Maahanmuuttajapalvelut	21
		Maksukattoasiat.....	50
		Mammografia.....	30

Materiaalipalvelut.....	49	Psykiatria, aikuiset,keskussairaala	13
Miekkarit, psykiatrinen sairaanhoitaja.....	15	Psykiatrinen hoito, lapset.....	22
Mielenterveyspalvelut, aikuisten.....	21	Psykiatrinen hoito, nuoret.....	22
Mielenterveyspalvelut, lasten	16, 22	Psykologit, koululaiset	16
Mielenterveyspalvelut, nuorten.....	22, 24	Psykologit, lukiot ja ammattiopistot.....	24
Muistineuvola.....	43	Puhelinvaihte, Kainuun sote.....	2
Muu keskussairaalan toiminta	15	Puheterapia	28
Muut puhelinnumerot.....	51	Päihdetyö, aikuisten	21
Myrkytystietokeskus	52	Päihdetyö, lapsiperheiden	25
Myyntilaskut.....	49	Päihdetyö, nuorten	25
Määräaikaiset työsopimusasiat	49	Päivystyspalvelut, keskussairaala	13
		Päivystävä sairaanhoitaja.....	28
		Päiväkirurgia, keskussairaala	14
Naistentaudit ja synnytykset, osasto 4			
keskussairaala	15	Radiologia (röntgen).....	28
Naistentautien ja äitiyspoliklinikka,		Ravitsemusterapia	29
keskussairaala.....	14	Rekrytointi- ja tukipalvelut.....	49
Neurologia, aikuiset, keskussairaala	14	Riippuvuuskien hoito	21
Neurologia, lapset, keskussairaala.....	14	Rintamaveteraanien kuntoutus.....	47
Neurolat	23	Rokotukset.....	29
NordLab, laboratorio.....	18	Röntgen (radiologia).....	28
Nuorisopsykologit	24		
Nuorten psykiatrinen sairaanhoito,		Salmila.....	19
keskussairaala.....	14, 22	Sas-toiminta.....	46
Nuorten päihdetyö	25	Sairaalapapit.....	52
Nuorten päivystystyöryhmä (Lanu).....	22	Sairaalasielunhoito	52
		Sairaalat, terveyskeskussairaalat	33
Oikeusaputoimisto	52	Sairaanhoitajan puhelinpäivystys 24/7	28
Omaishoidon tuki, alle 65-vuotiaat,		Seksuaalineuvojat	24
vammaiset ja kehitysvammaiset henkilöt ..	25	Seksuaaliterveyspoliklinikka	14
Omaishoidon tuki, yli 65 vuotiaat	43	Seulontatutkimukset	30
Opiskeluterveydenhuolto	15	Seurakunnat	52
Oppisopimuskoulutusasiat.....	49	Sijaishuolto ja -vanhemmuus.....	20
Ostolaskut.....	49	Silmätaudit, keskussairaala	14
		Sisätaudit, keskussairaala	14
Palaute, miten antaa palautetta.....	55	Sosiaaliasiamies.....	30
Palveluohjaus, ikäihmiset	46	Sosiaalinen luotto	30
Palvelupiste, keskussairaala	13	Sosiaalityö, aikuisten.....	8
Palveluseteli, vanhukset.....	40, 42, 46	Sosiaalipäivystys	30
Perheasemat	26	Sotainvalidien lounassetelit	42
Perhehoito, kehitysvammaisten henkilöiden		Synnytykset	15
ja vammaisten henkilöiden	26	Syöpätaudit, keskussairaala.....	14
Perhehoito, lasten ja nuorten.....	26	Sähköiset palvelut	4
Perhehoito, ikäihmisten	44		
Perhekeskukset.....	26	Talous- ja velkaneuvonta	31
Perhekoulu	27	Talousohjaus.....	49
Perheneuvola	27	Teho- ja valvontaosasto.....	14
Perhesuunnitteluneuvola.....	23	Tehostettu palveluasuminen, vanhukset....	45
Perhetyö	27	Tehostetun palveluasumisen palveluseteli,	
Poliklinikat, keskussairaala.....	13	vanhukset	46
POLKU-työpari	25	Tekniset palvelut	50
Potilasasiamies.....	28		

Teppanan kohtaamispaikka	27	asiakaspalvelunumero.....	52
Terveysasemat	31	Ympäri vuorokautiset hoivapalvelut	
Terveyskeskussairaalat	33	vanhuksille.....	45
Terveysliikunta	10		
Terveystarkastajat.....	33	Äitiysneuvola	23
Tietohallinto	50	Äitiyspoliklinikka.....	14
Tietosuojat	48		
Tilapäishoito laitoksessa, kehitysvammaiset			
henkilöt	37		
Toimeentulotuki.....	34		
Toimintaterapia	35		
Tuetut tapaamiset.....	27		
Tulkkipalvelut, vammaispalvelulain			
mukaiset	35		
Turvakoti.....	35		
Turvapuhelin	45		
TYP työllistymistä edistävä monialainen			
yhteis palvelu.....	12		
Työterveyshuolto, Kainuun Työterveys	35		
Uusi Sairaala	49		
Vaikeavammaisten henkilöiden asunnon			
muutostyöt	9		
Valvotut tapaamiset	27		
Vammaispalvelut, vammaispalvelulain			
mukaiset palvelut	36		
Vammaispalvelut,			
kehitysvammalain mukaiset palvelut	37		
Vanhuspalvelut	40		
Vanhusten ateriapalvelut	42		
Vanhusten kotihoito	40		
Vanhusten kuljetuspalvelut	44		
Vanhusten palveluohjaus.....	46		
Vanhusten perhehoito.....	44		
Vanhusten päivätoiminta	40		
Vanhusten turvapuhelin	45		
Vanhusten ympärivuorokautiset			
hoivapalvelut.....	45		
Vatsataudit, keskussairaala	14		
Velkaneuvonta	31		
Verikokeet, laboratorio.....	18		
Veteraanasiamies	47		
Veteraanasiat.....	47		
Veteraanien palveluseteli.....	47		
Viestintä.....	50		
Vital, opiskeluterveydenhuolto.....	16		
Välitystilitt, toimeentulotuki	34		
Yleinen edunvalvonta	52		
Yliopiston apteekin valtakunnallinen			

AIKUISSOSIAALIPALVELUT

Aikuissosiaalityössä autetaan sosiaalisen tai taloudellisen tuen ja palvelun tarpeessa olevia kuntalaisia. Sosiaalityöntekijään tai sosiaaliohjaajaan voi ottaa yhteyttä, jos tarvitsee tukea esim. arjen hallintaan, työllistymiseen, asunnottomuuteen, kriisitilanteisiin, sosiaaliturvaan, päihde- ja mielenterveysongelmiin liittyvissä asioissa. Aikuissosiaalipalveluista Kainuun sotessa vastaa aikuissosiaalipalveluiden vastuualuepäällikkö.

Vastuualuepäällikkö
Ahola-Anttonen Päivi044 710 1792

Johtava sosiaalityöntekijä
Anttonen Kristiina044 716 7036

Aikuissosiaalipalveluiden sosiaalityöntekijöiden ja -ohjaajien yhteystiedot kunnittain:

Aikuissosiaalipalveluissa voit asioida myös Omasoten kautta: omasote.kainuu.fi

HYRYNSALMI

Hyrnsalmen sosiaalitoimisto, Laskutie 1
Avoimna arkisin klo 9–15
Puhelinaika ja ajanvaraus klo 9–10.
Kiireellinen sosiaalityö ilman ajanvarausta ma–ke ja pe klo 10–11, muulloin ajanvarauksella
Sosiaaliohjaaja044 710 4480

KAJAANI

Kajaanin sosiaalipalvelukeskus, Osmonkatu 3
Vaihe.....08 615 61
Avoimna arkisin klo 9–15
Kiireellinen sosiaalityö ilman ajanvarausta ma–pe klo 9–11 ja klo 12–14, muulloin ajanvarauksella
Neuvonta ja hakemusten vastaanotto
Virastomestari.....08 6156 7707
Sosiaalineuvonta arkisin klo 13–14
.....08 6156 7741

Sosiaalityöntekijöiden ja sosiaaliohjaajien puhelinaika ja ajanvaraus klo 13–14 asiakkaan sukunimen alkukirjaimen mukaan:
A–G ja U–Ö
Sosiaaliohjaaja 044 797 4104
Sosiaalityöntekijä..... 044 715 7142

H–L
Sosiaaliohjaaja..... 044 797 0083
Sosiaalityöntekijä..... 044 797 0086
Sosiaaliohjaaja..... 044 797 0085

M–T
Sosiaaliohjaaja..... 044 497 5093
Sosiaalityöntekijä..... 044 710 1782
Sosiaaliohjaaja..... 044 497 5073

Lehtikankaan terveystaseman toimipiste,
Soidinkatu 4
Yli 65-vuotiaat aikuissosiaalityön asiakkaat
Sosiaalityöntekijä.....044 797 0084

Vuolijoen toimipiste, Papintie 2
Avoimna ma ja pe klo 9–11
Yhteydenotot puhelimitse
ma–pe klo 13–14044 797 4155
Sosiaaliohjaaja paikalla ma ja pe
Sosiaalityöntekijä paikalla ajanvarauksella
puhelinaika klo 13–14..... 044 715 7142

KUHMO

Kuhmon sosiaalitoimisto, Kainuuntie 89
Avoimna arkisin klo 9–14
Kiireellinen sosiaalityö ilman ajanvarausta ma–pe klo 12–13, muulloin ajanvarauksella (klo 9–11).....044 739 2195
Sosiaalityöntekijöiden ja -ohjaajien puhelinaika klo 9–10
Sosiaaliohjaaja044 797 0316
Sosiaaliohjaaja044 797 5282
Sosiaalityöntekijä.....044 797 0363

PALTAMO

Paltamon sosiaalitoimisto, Vaarankyläntie 7
Avoimna arkisin ti–pe klo 9–11
Kiireellinen sosiaalityö ilman ajanvarausta ti–pe klo 9–11, muulloin ajanvarauksella
Sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen puhelinaika ja ajanvaraus klo 13–14.....044 288 5303

RISTIJÄRVI

Ristijärven sosiaalitoimisto, Aholantie 25
Avoimna arkisin klo 9–11
Kiireellinen sosiaalityö ilman ajanvarausta ma klo 9–11
Sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen puhelinaika ja ajanvaraus klo 13–14.....044 288 5303

SOTKAMO

Sotkamon sosiaalitoimisto, Keskuskatu 9

Vaikeavammaisen henkilön asunnon muutostyöt

Vaikeavammaiselle henkilölle korvataan asunnon muutostöistä ja asuntoon kuuluvien välineiden ja laitteiden hankkimisesta aiheutuvat kulut. Muutostöiden pitää olla välttämättömiä henkilön itsenäisen suoriutumisen kannalta ja muutostarpeen pitää johtua henkilön vammasta tai sairaudesta.

Ks. yhteystiedot kohdasta Vammaispalvelut.

Lisätietoja asumiseen liittyvistä, muiden kuin Kainuun soten tarjoamista palveluista (asunnon hankinta, muutto, asumisen tuet yms.) löydät Hyvinvoinnin palvelutarjottimelta: palvelutarjotin.kainuu.fi

ELÄINLÄÄKINTÄHUOLTO/ ELÄINLÄÄKÄRI

Eläinlääkintähuolto tarjoaa peruseläinlääkäripalveluita tuotanto- ja lemmikkieläimille. Lisäksi eläinlääkintähuollon virkatehtäviin kuuluu eläintautien vastustaminen ja ennaltaehkäisy, eläimistä saatavien elintarvikkeiden alkutuotannon valvonta sekä eläinsuojelu. Päivystävän eläinlääkärin numeron virka-ajan ulkopuolella saa tietää soittamalla mihin tahansa alla olevaan vastaanoton numeroon.

HYRYNSALMI

Ahmatie 12
Eläinlääkäri
Lehtinen Reetta044 710 4415

KAJAANI

Eliaksentie 1A, Teppana
Eläinlääkärit...044 7100 893
Vuolijoki, Rantatie 1
Eläinlääkäri
Kaisu Jousjärvi.....044 7974 259
Vastaanotto tiistaisin ja torstaisin ajanvarauksella.

KUHMO

Könninmäentie 2
Eläinlääkäri
Schildt Maria.....044 797 0323

Avoimna arkisin klo 9–12
Kiireellinen sosiaalityö ilman ajanvarausta arkisin klo 9–12..... 08 6156 5065
muulloin ajanvarauksella
Sosiaalityöntekijöiden ja -ohjaajien puhelinaika arkisin klo 9–10
Sosiaaliohjaaja..... 044 797 0601
Sosiaalityöntekijä 044 797 0652
Sosiaalityöntekijä 044 750 2202

SUOMUSSALMI

Suomussalmen sosiaalitoimisto,
Välskärinkuja 1
Avoimna arkisin klo 9–15
Kiireellinen sosiaalityö ilman ajanvarausta arkisin klo 9–11, muulloin ajanvarauksella
Sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen puhelinaika ja ajanvaraus arkisin klo 12.30–13.30
Sosiaaliohjaaja044 797 0677
Sosiaalityöntekijä.....044 777 3061
Sosiaalityöntekijä.....044 797 4379

ASUNNON KORJAUS- JA MUUTOSTYÖT

Valtion korjausavustus

Korjausavustuksen saaminen edellyttää, että ympärivuotisessa asuinkäytössä olevassa asunnossa asutaan pysyvästi ja ruokakunnasta ainakin yksi henkilö on vähintään 65-vuotias tai vammaisen. Ruokakunnan tulot eivät myöskään saa ylittää asetettuja rajoja eikä ruokakunnalla saa ole varallisuutta siinä määrin, että se kykenee korjaamaan asuntonsa ilman avustusta.

Korjausavustuksen määrä on enintään 40 % hyväksytyistä korjauskustannuksista. Avustus voi poikkeustapauksissa olla enintään 70 %, jos kyse on rintamaveteraanista tai veteraanin leskestä tai jos vanhus tai vammaisen muutoin joutuisi välittömästi muuttamaan pysyvästi pois asunnosta liikkumisesteiden vuoksi tai siksi, ettei asunnossa voida antaa hänen tarvitsemiaan sosiaali- ja terveydenhuollon palveluja.

Korjausavustuksen myöntää kunta.

Kainuun kuntien yhteystiedot löytyvät tämän oppaan lopusta kohdasta "Muut puhelinnumerot".

PALTAMO/RISTIJÄRVI

Salmelankuja 1
Eläinlääkäri
Lappalainen Jyrki.....044 288 5233

PUOLANKA

Ouluntie 13
Eläinlääkäri
Pietikäinen Marja.....0400 386 257

SOTKAMO

Ratatie 8
Eläinlääkärit.....044 797 4911

SUOMUSSALMI

Kiannonkatu 35
Eläinlääkäri
Bogdanoff Marko044 777 3072

Valvontaeläinlääkäri

Rautmaa Aila044 710 0892
Markkinatie 1, Sotkamo
Toimistosihtööri
Moilanen Teija.....044 797 4845
Satamakatu 2 B 2 krs, Kajaani

Yritysten ja järjestöjen omakustanteisia lemmikkieläinten hoitopalveluita löydät Hyvinvoinnin palvelutarjottimelta: palvelutarjotin.kainuu.fi

ENSIHOITO 112

Ambulanssi tilataan hätänumeron kautta vain kiireellisissä sairaustapauksissa
- soita hätäpuhelu itse, jos voit
- kerro, mitä on tapahtunut
- kerro tarkka osoite ja kunta
- vastaa esitettyihin kysymyksiin
- toimi annettujen ohjeiden mukaan
- lopeta puhelu vasta saatua luvan
- opasta auttajat paikalle

Ensihoitokeskus

Sotkamontie 13, 87300 Kajaani
Ensihoidon vastuulääkäri
Pohjanpaju Marko.....044 797 4025
Ensihoitopäällikkö
Angerman Jukka.....044 797 0150
Ensihoidon esimies
Valtanen Tapio044 797 4211
Ensihoidon laskutus.....044 797 4296
.....044 797 4969

Ensihoidon kenttäjohtaja044 797 0184

FYSIOTERAPIA

Fysioterapia tukee ja edistää asiakkaan itsenäistä ja omatoimista selviytymistä

Apuvälinelainaus Lainaamme apuvälineitä yksilöllisen arvion perusteella. Liikkumista helpottavia apuvälineitä ovat esim. kävelykeppi, kävelyteline ja pyörätuoli sekä päivittäisissä toiminnoissa tarvittavat apuvälineet, kuten wc-istuimen korottaja, nousutuki ja sukanvetolaite. Apuvälinepalvelu toimii fysioterapian tiloissa. Parhaiten apuvälinesovitus toteutuu ajanvarauksella.

Terveysliikunta järjestää kurssi-/ryhmätoimintaa sekä yksilöllistä liikuntaneuvontaa.

Apuvälinelainauksen ja terveystoiminnan kanssa voit asioida myös Omasoten kautta: omasote.kainuu.fi

Fysioterapian tulostyöntekijöiden päällikkö
.....044 797 0024
.....08 6156 7262

HYRYNSALMI

Hyrnsalmen terveysasema
Fysioterapia ma-ke klo 8-15.45, pe 8-14
.....044 797 0561
Apuvälinelainaus ajanvarauksella.

KAJAANI

Kajaanin pääterveysasema
Fysioterapia. Toimisto, ma-pe klo 8-14
.....08 6156 7261
Apuvälinepalvelut ma-pe klo 8-14,
myös Vuolijoen apuvälineet.....08 6156 7264
Apuvälinehuolto044 797 0169

Terveystoiminta044 710 1298
.....044 710 1422

KUHMO

Kuhmon terveysasema
Fysioterapia ma-to klo 7.30-15.30,
pe 7.30-13.45
Apuvälinepalvelut ma, ke ja pe klo 12-13,
muina aikoina sovittava erikseen.
.....08 6156 5688

PALTAMO

Paltamon terveysasema
Fysioterapia ma-pe puhelinaika klo 12-12.30
.....044 288 5216
Apuvälinelainaus ajanvarauksella.

RISTIJÄRVI

Ristijärven terveysasema
Fysioterapia torstaisin
Apuvälinepalvelut klo 8-10
.....044 797 0561

SOTKAMO

Sotkamon terveysasema
Fysioterapia ma-pe puhelinaika klo 8-9 ja
13-14
.....08 6156 5041
Apuvälinelainaus ajanvarauksella.

SUOMUSSALMI

Suomussalmen terveysasema
Fysioterapia ma-ti ja to-pe, puhelinaika klo 8-9
ja 12-13, ke klo 8-9
.....08 6156 6124
Apuvälinelainaus ajanvarauksella.

HAMMASHOITO

Kiireellistä ensiapua vaativa hammashoito:
Arkin hammashoitoloiden aukioloaikana
ma-pe tiedustelut päivystyksestä paikkakunnan hammashoitolasta. Virka-ajan ulkopuolella yhteydenotto 08 6156 6000 (päivystävä sairaanhoitaja). Tiedote viikonloppun ja arkipyhien päivystyksestä p. 08 6156 7850 (nauhoite).
Katso lisää: sote.kainuu.fi

Hallinto

Johtava hammaslääkäri
Neuvonen Mikko.....044 797 0413
Osastonhoitaja
Heikkonen Pirjo044 797 4240
Eliaksentie 1 A, 87200 Kajaani

Hammashoitolat**HYRYNSALMI**

Hammashoitola, Kiviöntie 11
Ajanvaraus ja neuvonta08 6156 7850
Avoimma ma – to klo 7.30 – 15.00,

pe klo 7.30 – 14.00

KAJAANI

Ajanvaraus ja neuvonta08 6156 7850
Avoimma ma-to 7.30-15, pe 7.30-14.30
Keskushammashoitola, Satamakatu 2 A
Lehtikankaan hammashoitola, Soidinkatu 4
Lohtajan hammashoitola, Satumaantie 10
Teppanan hammashoitola, Eliaksentie 1 A
Otanmäen hammashoitola, Uunimiehentie 10 A

KUHMO

Hammashoitola, Kirkkotie 16 – 20
Ajanvaraus ja neuvonta08 6156 5768
Avoimma ma – to klo 8 – 15.30, pe klo 8 – 14.30

PALTAMO

Hammashoitola, Sairaالاتie 7
Ajanvaraus ja neuvonta08 6156 7850
Avoimma ma – to klo 7.30 – 15.00,
pe klo 7.30 – 14

RISTIJÄRVI

Hammashoitola, Saukontie 1
Ajanvaraus ja neuvonta08 6156 7850
Avoimma ma-pe 8-14.30

SOTKAMO

Hammashoitola, Keskuskatu 9
Ajanvaraus ja neuvonta...08 6156 5827
Avoimma ma – to klo 7.30 – 15, pe klo 7.30 – 14.30

SUOMUSSALMI

Hammashoitola, Välskärinkuja 1
Ajanvaraus ja neuvonta08 6156 6134
Avoimma ma-to klo 7.30 -15, pe klo 7.30 - 14

Hammas- ja suusairauksien poliklinikka (KAKS)

Sotkamontie 13, 87300 Kajaani
Vastaanotto vain lähetteellä.
Hammas- ja suusairauksien poliklinikka
.....044 797 4912
.....08 6156 2354

HOITOTARVIKEJAKELU

Hoitotarvikkeiden jakelu perustuu yksilölliseen tarpeeseen, jonka määrittelee hoitava lääkäri, terveydenhoitaja tai sairaanhoitaja.

HYRYNSALMI

Hyrnsalmen terveysasema
Hoitotarvikejakelu pe klo 10-12
.....08 6156 5596

KAJAANI**Kajaanin pääterveysasema**

kakehoitotarvike@kainuu.fi
Diabetestarvikejakelu ti klo 12.30-15.30
Puhelintilaus ma-to klo 8-15, pe 8-13
Diabetestarvikkeiden tilaukset oman alueen
kansanterveyshoitajan puhelinnumerosta

Muut hoitotarvikkeet:

Hoitotarvikejakelu ti klo 14-15.45
Puhelintilaus ma-ti, pe klo 8-10
.....08 6156 7246

Vuolijoen terveysasema

Diabetes- ja hoitotarvikejakelu ti klo 9-10
Puhelintilaus ma-to klo 8-15, pe 8-13
.....08 6156 5530

Lehtikankaan terveysasema

Hoitotarvikejakelu to klo 10.30-11.30
kalehoitotarvike@kainuu.fi
Puhelintilaus ma-to klo 8-16, pe 8-14
Diabetestarvikkeet: oman alueen kth
.....08 6156 7618
.....08 6156 7607
.....08 6156 7512

KUHMO

Kuhmon terveysasema
Diabetes- ja hoitotarvikejakelu pe klo 10-12
kuhoitotarvike@kainuu.fi
Puhelintilaukset (ma klo 10-11) ...08 6156 5620

PALTAMO

Paltamon terveysasema
Diabetes- ja hoitotarvikejakelu ke klo 12.30-14
pahoitotarvike@kainuu.fi
Puhelintilaus ke klo 14-14.30.....08 6156 7246

RISTIJARVI

Ristijärven terveysasema
Diabetes- ja hoitotarvikejakelu ke 10-11
rihoitotarvike@kainuu.fi
Puhelintilaus ke klo 9-10.....08 6156 7246

SOTKAMO

Sotkamons terveysasema
Hoitotarvikejakelu to 12-14

sohoitotarvike@kainuu.fi
Diabetes- ja hoitotarvikkeet
Puhelintilaus to klo 13.30-14..... .044 750 2531

SUOMUSSALMI

Suomussalmen terveysasema
Hoitotarvikejakelu ma klo 8-10
.....08 6156 6225
.....08 6156 6218

HÄTÄNUMERO 112

Palo- ja pelastushälytys,
ambulanssi, poliisi, sosiaalipäivystys..... 112
- soita hätäpuhelu itse, jos voit
- kerro, mitä on tapahtunut
- kerro tarkka osoite ja kunta
- vastaa esitettyihin kysymyksiin
- toimi annettujen ohjeiden mukaan
- lopeta puhelu vasta saatuasi luvan
- opasta auttajat paikalle

*112 Suomi -mobiilisovellus nopeuttaa avun-
saantia hätätilanteessa 112.fi*

**KAINUUN TYÖLLISTYMISTÄ
EDISTÄVÄ MONIALAINEN
YHTEISPALVELU (TYP)**

Kainuun TYP on Kainuun kuntien, sotien, TE-toimiston ja Kelan muodostama yhteistyöverkosto, joka tarjoaa työllistymistä edistäviä palveluja työttömille. Asiakkaaksi ohjautuvat TE-toimiston, sosiaalipalvelujen ja Kelan asiakkaat, joiden työttömyys on pitkittynyt ja jotka tarvitsevat monialaista yhteispalvelua työllistymisensä tueksi.

*TYP:ssa voit asioida myös Omasoten kautta:
omasote.kainuu.fi*

KAJAANI

Yhteinen toimipiste Kajaanissa
Lönnotinkatu 5 B, 2. krs
Sosiaalipalvelut: 044 710 1748
Terveydenhoitaja.....044 797 0653
TE-palvelut.....029 503 9100

Palvelu pääsääntöisesti ajanvarauksella.
Kajaanin toimipiste avoinna ma-pe klo 9-11,
12-15. Muissa kunnissa asiakkaan kanssa sovi-

tun mukaisesti. Ajanvarauksen Kelan kuntoutus-
asiantuntijalle tekee yhteispalvelun työntekijä.

HYRYNSALMI

Laskutie 1
Sosiaalipalvelut.....044 797 4379
TE-palvelut..... 029 503 9048

KUHMO

Kainuuntie 89
Sosiaalipalvelut.....044 797 0316
TE-palvelut..... 029 503 9088

PALTAMO

Vaarankyläntie 7
Sosiaalipalvelut..... 044 710 1748
TE-palvelut.....029 503 9100

RISTIJARVI

Aholantie 25
Sosiaalipalvelut.....044 710 1748
TE-palvelut.....029 503 9100

SOTKAMO

Keskuskatu 9
Sosiaalipalvelut..... 044 797 0601
TE-palvelut.....029 503 9088

SUOMUSSALMI

Keskuskatu 24-26
Sosiaalipalvelut.....044 777 3064
TE-palvelut.....029 503 9048

KESKUSSAIRAALA (KAKS)

Sotkamontie 13, 87300 Kajaani.
Vaihde avoinna ma-to klo 8-16 ja pe klo 8-15
.....08 61561
Potilaskertomuksiin liittyvät faksit lähetetään
suoraan ao. yksikön faksinumeroon.

Palvelupiste

Sotkamontie 13, 2 krs., pääaula
Avoinna ma-pe klo 7.30-15

Päivystyspalvelut

Sairaanhoitajan puhelinpäivystys- ja neuvonta-
palvelu ympäri vuorokauden
.....08 6156 6000
Päivystyspoliklinikka.....08 6156 2300

Faksi.....08 6156 2295
Nopean diagnostiikan yksikkö
.....08 6156 9900
.....044 797 5654
Faksi.....08 6156 2762
Terveyskeskuspäivystys virka-ajan ulkopuolella
klo 15.30-22.00.....08 6156 2300

Erikoisalojen poliklinikat

Avoinna ma-pe klo 7.30-15.30

Aikuispsykiatrian poliklinikka ..08 6156 2711
Faksi.....08 6156 2727
Apuvälineyksikkö.....044 797 0605
.....050 564 7974
Apuvälinehuolto.....050 348 0689
.....044 797 0644
.....044 797 4499
Fysiatrian poliklinikka.....08 6156 2245
Faksi.....08 6156 2558

Keuhkosairauksien poliklinikka

Klo 8.30 - 10.00044 797 4003
Faksi.....08 6156 2673
Haavapoliklinikka044 797 0679
.....044 797 4086

Hammass- ja suusairauksien poliklinikka

Katso Hammashoito
Toimisto08 6156 2354
Ihotautien poliklinikka klo 8-10
.....08 6156 2510
Faksi.....08 6156 2511
Kipupoliklinikka.....08 6156 2174

Kirurgian poliklinikka

Ma-pe klo 9-11.....044 768 6537
Lähete- ja ajanvarausasiat ma-pe klo 9-11
.....044 751 9315
Lääkärinlausunnot ja -todistukset ma-pe klo
9-11

.....044 768 6537
Faksi.....08 6156 2288
Sairaanhoitajat ma-pe klo 9-10

.....044 797 4951
Haavanhoitaja ma-pe klo 12.30-13.30
.....044 797 0679
.....044 797 4086

Urologinen hoitaja torstaisin klo 12-15
.....044 797 4893

Hoidonvaraajat (leikkausajat) ma-pe klo 9-11
päiväkirurgia, kilpirauhas-, verisuoni-, käsi- ja
plastiikkakirurgia044 797 4341
os. 7 ortopedia..... 044 797 4453
Osteoporoosihoidaja

Tiistaisin klo 7.30-15.30.....044 797 4087
 Tekonivelhoitaja.....044 797 4791
 Tekonivelkoordinaattori.....044 797 4042
 Sosiaaliohjaaja.....044 797 4928
Korva-, nenä- ja kurkkutautien poliklinikka
08 6156 2501
 Ajanvaraus ma-to klo 14-1508 6156 2501
 Faksi.....08 6156 2495
 Kuuloasema /kuulontutkija, soittoajat ma-to
 7.30 - 8.3008 6156 2504
 kuulon kuntoutusohjaajat
 (aikuiset).....050 343 9126
 (lapset).....040 020 3168
Kuntoutusyksikkö.....044 797 4953
 Kauppakatu 36 A 6, 3 krs, Kajaani
 Osastonsihteeri.....044 797 4953
 Näön kuntoutusohjaajat.....050 361 4073
044 797 4041
Lastenpsykiatrian poliklinikka
 Kerhokuja 5, Kajaani
 Osastonsihteeri
 Karanto-Kinnunen Minna.....044 797 0028
 Faksi.....08 6156 2520
 Avoinna ma-to klo 8-16 ja pe 8-15
Lastentautien- ja lastenneurologian poliklinikka
 Osastonsihteeri.....08 6156 2447
 Faksi.....08 6156 2487
 Sairaanhoidaja
 Ajanvaraus ja neuvonta ma-pe klo 8-9
 ja klo 13-14.....044 497 5033
 Lastenneurologinen sairaanhoidaja
 Ajanvaraus ja neuvonta ma-pe klo 8-9
 ja klo 13-14.....044 720 3197
Naistentautien ja äitiyspoliklinikka
 Hoitajan neuvonta-aika ma-pe klo 8-9.30
08 6156 2406
 Ajanvaraus ma-pe klo 9.30-11
08 6156 2396
 Faksi.....08 6156 2526
Seksuaaliterveyspoliklinikka
 Ajanvaraus tekstiviesti tai soittopyyntö
 Seksuaaliterapeutti.....044 797 4672
 Seksuaalilääkärinä.....044 797 4260
Imetyspoliklinikka
 Ajanvaraus ja neuvonta ma klo 8-9 ja
 klo 14-15.....044 797 5220
Neurologian poliklinikka
 Klo 9-1108 6156 2482
 Faksi.....08 6156 2489
 Avoinna ma-to klo 7.30-15.30 ja
 pe klo 7.30-13.30

Nuorisopsykiatrian poliklinikka
 Sammonkatu 13, 2. krs, Kajaani
 Osastonsihteeri
 Roivainen Tuula.....044 797 4425
Päiväkirurgia
 Osastonsihteeri.....08 6156 2772
 Sairaanhoidaja.....08 6156 2773
Ravitsemusterapeutti.....08 6156 2554

Ravitsemusterapeutilla voit asioida Omasoten kautta viestiyhteyden avaamisen jälkeen: omasote.kainuu.fi

Silmätautien poliklinikka
 Soittoaika ma-pe klo 9-10.....08 6156 2460
Sisätautien poliklinikka.....08 6156 2306
 Faksi.....08 6156 2240
 Ajanvaraus klo 9-1108 6156 2305
 Muut asiat klo 9-11044 797 4840

Endokrinologian poliklinikalla voit asioida Omasoten kautta viestiyhteyden avaamisen jälkeen: omasote.kainuu.fi

Syöpätautien poliklinikka
 Avoinna ma-pe 8-1608 6156 2286
 Faksi.....08 6156 2346

Syöpätautien poliklinikalla voit asioida Omasoten kautta viestiyhteyden avaamisen jälkeen: omasote.kainuu.fi

Vatsatautien poliklinikka
 Ajanvaraus ja muut asiat klo 9 - 11
044 797 4923
 Faksi.....08 6156 2390

Vatsatautien poliklinikalla voit asioida Omasoten kautta viestiyhteyden avaamisen jälkeen: omasote.kainuu.fi

Hoito-osastot

Teho- ja valvontaosasto.....08 6156 2260
 Teho-osastolle vierailut klo 13.00 jälkeen.
 Ainoastaan lähiomaisten vierailut sallitaan ja
 kaksi vierasta kerrallaan
Osasto 1, lastentaudit.....08 6156 2450
044 797 4628
 Keskola.....08 6156 2451
 Lasten infektio-osasto08 6156 2440
044 797 4619

Faksi.....08 6156 2441
Osasto 4, naistentaudit ja synnytykset.....
08 6156 2430
 Faksi.....08 6156 2410
 Synnytyssali.....08 6156 2400

facebook.com: Synnyttä Kajaanissa

Osasto 5, nuoriso-osasto.....08 6156 2830
 Faksi.....08 6156 2836
Osasto 6, kirurgia.....08 6156 2370
 Faksi.....08 6156 2369
Osasto 7, kirurgia.....08 6156 2380
 Faksi.....08 6156 2397
Osasto 8, sisätaudit, keuhkosairaudet, neurologia.....08 6156 2320
 Faksi.....08 6156 2291
Osasto 9, sisätaudit.....08 6156 2340
 Faksi.....08 6156 2377
Dialyysiyksikkö
 ma-la klo 7.30-15.0008 6156 2258

Dialyysiyksikössä voit asioida Omasoten kautta viestiyhteyden avaamisen jälkeen: omasote.kainuu.fi

Angiohoitaja.....08 6156 3158

Osasto 10, lastenpsykiatria
 Kerhokuja 5, Kajaani
 Viikko-osasto, avoinna: ma klo 7.00-pe
 klo 17.00
044 739 3751
050 431 2217

Osasto 12
 Aikuispsykiatria, A-solu.....08 6156 2811
 Aikuispsykiatria, B-solu.....08 6156 2840
 Faksi.....08 6156 2849
Osasto 13, aikuispsykiatria.....050 431 2213
Osasto 21, aikuispsykiatria.....08 6156 2917

Ylihoitajat

Hallintoylihoitaja
 Huovinen-Tervo Marjo050 346 8833
 Konservatiivinen hoito
 Leinonen Riitta.....044 797 0063
 Operatiivinen hoito
 Rutherford Elki.....044 797 0064
 Lapsiperheiden terveydenhuoltopalvelut
 Haataja Marja-Liisa.....044 797 0525
 Päivystyspalvelut
 Kaakinen Terhi044 797 4031

Muu keskussairaalan toiminta

Kahvila Kanttis.....08 6156 2536
050 401 4192
 Avoinna ma-to klo 8-17, pe klo 8-16
Keskussairaalan maksuihin ja laskutuksiin liittyvä neuvonta ja opastus
 Laskentasihteeri
 Mähönen Riitta044 797 4039
 Ulkokuntalaskutus, muu laskutus
 Piirainen Maire.....08 6156 2055
 Faksi.....08 6156 2613
Vainajien säilytys.....08 6156 2250
Välinehuolto.....08 6156 2275
 Faksi.....08 6156 2649

KOULU- JA OPISKELU-TERVEYDENHUOLTO

Koulu- ja opiskeluterveydenhuollon tehtävänä on tuottaa peruskouluikäisille lapsille ja nuorille sekä opiskelijoille kansanterveyslain mukaiset ennaltaehkäisevät terveydenhuollon palvelut ja terveydenhoitajan antama ensihoito tapaturmissa sekä äkillisissä sairauksissa. Koulu- ja opiskeluterveydenhuolto pyrkii omalta osaltaan vaikuttamaan lasten ja nuorten hyvinvoinnin, terveyden ja oppimistulosten edistämiseen. Palvelujen tarkoituksena on tukea ja edistää opiskelijoiden itsenäistä selviytymistä. Koulu- ja opiskeluterveydenhuollossa työskentelee alueittain myös psykiatrisia sairaanhoidajia nk. miekkareita. Nuori itse, hänen vanhempansa tai muu huolen huomannut henkilö voivat ottaa yhteyttä miekkariin.

Tulosityksikön päällikkö
 Moilanen Maila044 797 0154

HYRYNSALMI

Yhtenäiskoulu, Moisiovaaran koulu
 Terveydenhoitaja044 797 0187
 Yhtenäiskoulu, yläkoulu
 Psykiatrinen sairaanhoidaja.....044 797 4201

KAJAANI

Kouluterveydenhuolto, terveydenhoitajat
 Lohtajan koulu,
 Nakertajan koulu.....044 710 1504
 Kätönlahden koulu,
 Kuluntalahden koulu044 710 1505
 Pietari Brahen/Lehtikankaan koulu,

Pietari Brahen/Soidinsuon koulu	044 710 1750
Kajaanin lyseo	044 710 1506
Keskuskoulu	044 797 0138
Hauholan koulu,	044 710 1670
Otanmäen koulu, Vuolijoen koulu, Teppanan koulu,	
Jormuan koulu	044 715 7144
Kajaanin yläkoulut (Kajaanin lyseo, Keskuskoulu, Hauholan koulu, Otanmäen koulu)	
Psykiatrinen sairaanhoitaja	044 797 4199

Opiskeluterveydenhuolto Vital

Opintie 3 D	
Vastaanotto ilman ajanvarausta ma–pe klo 8.00–9.30.	
Puh.aika ma–pe klo 12.00–12.45	
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala AMK, Restonomi AMK, Insinöörit AMK	
Terveydenhoitaja	044 797 4892
Liiketalouden ala KAO nuoriso- ja aikuisopiskelijat/AMK,	
Luovin erityisopetus, VALMA	
Terveydenhoitaja	044 797 4894
Tekniikan ja liikenteen ala KAO/nuoriso- ja aikuisopiskelijat	
Terveydenhoitaja	044 797 4896
Kajaanin lukio	
Terveydenhoitaja	044 797 4897
Luonnonvara-ala KAO nuoriso- ja aikuiskoulutus	
Terveydenhoitaja	044 710 1751
Matkailu- ja ravitsemusala KAO nuoriso- ja aikuiskoulutus,	
Hyvinvointiala KAO nuoriso- ja aikuiskoulutus, Kulttuuriala KAO nuoriso- ja aikuiskoulutus	
Terveydenhoitaja	044 797 4898

KUHMO

Alakoulut	
Terveydenhoitaja	044 797 0324
Yläkoulu, lukio, ammattiopisto	
Terveydenhoitaja	044 797 0364
Yläkoulu, opiskeluterveydenhuolto	
Psykiatrinen sairaanhoitaja	044 797 4200

PALTAMO

Korpitien koulu, Paltamon lukio, Kontiomäen koulu, Kainuun opisto	
Terveydenhoitaja	044 288 5366
Yläkoulu	
Psykiatrinen sairaanhoitaja	044 797 4199

RISTIJÄRVI

Ristijärven koulu	
Terveydenhoitaja	044 710 1670
Yläkoulu	
Psykiatrinen sairaanhoitaja	044 797 4201

SOTKAMO

Salmelan koulu, Kontinjoen koulu	
Terveydenhoitaja	044 797 4441
Tenetin koulu, Leivolan koulu,	
Pohjavaaran koulu ja Naapurinvaaran koulu	
Terveydenhoitaja	044 797 0030
Lukio, Vuokatin koulu, Pohjois-Tipaksen koulu	
KAO, Vuokatin toimipiste	
Terveydenhoitaja	044 797 0699
Yläkoulu, opiskeluterveydenhuolto	
Psykiatrinen sairaanhoitaja	044 797 4200

SUOMUSSALMI

Karhulanvaaran koulu, Nivan koulu, Ruukinkankaan koulu	
Terveydenhoitaja	044 797 0187
Ruukinkankaan koulu ja Suomussalmen lukio	
Terveydenhoitaja	044 777 3030
Yläkoulu, lukio	
Psykiatrinen sairaanhoitaja	044 797 4201

KOULUPSYKOLOGIT

Koulupsykologit toimivat kouluilla osana koulujen oppilashuoltoa yhteistyössä oppilaiden, vanhempien, opettajien ja muun oppilashuoltohenkilöstön kanssa. Koulupsykologin tehtävänä on tukea esi- ja perusopetuksessa olevien lasten koulunkäyntiä, psyykkistä hyvinvointia ja kokonaiskehitystä sekä kartoittaa ja ennaltaehkäistä oppimisen pulmia.

KAJAANI

Kajaanin perhekeskus, Koivukoskenkatu 14	
Matilainen Kari	044 797 4071
Nakertajan- ja Keskuskoulu (1–5 lk), Jormuan koulu (1–6 lk), Seminaarin koulu	
Esikouluryhmät: Pikkukaritsa, Kirjokansi, Aurinkorinne, Kettukallio, Seminaarinkatu, Tapiola, Kivapaikka, Nakertaja, Karuselli	

Niemi Minna	044 797 4072
Kätönlahden- ja Teppanan koulu (1–5 lk)	
Esikouluryhmät: Vanamo, Kätönlähti, Lilliputti, Teppana, Kuurna, Onni ja Ilona	

Psykologi	044 797 4070
Pietari Brahen koulut: Soidinsuo ja Lehtikangas (1–5 lk)	
Esikouluryhmät: Hoijakka, Maitohammas, Mansikkapolku, Mäntylä, Tupuna, Ratamo, Kasseli, Sinilintu, Montessori, Pikku-Tassu	

Linnankatu 18 A 7	
Wallin Kiia	044 797 4992
Lohtajan- ja Teppanan koulu (6 lk), Keskuskoulu (6–9 lk), Hauholan koulu (7–9 lk), Pietari Brahen koulut (6 lk:t)	

Jormakka Kai	044 797 5501
Lyseo (7–9 lk) Kätönlahden- ja Nakertajan koulu (6 lk), Vuolijoen koulu (1–6 lk), Otanmäen koulu (1–9 lk).	
Esikouluryhmät: Otanmäki, Vuolijoki	

SOTKAMO

Erkkilä Kirsi	044 797 4189
Sotkamon esikoulu ja perusopetus (1–6 lk)	

Mustonen Anna	044 710 1772
Tenetin yläkoulu	

SUOMUSSALMI

Ruukinkankaankoulu, Ruukinkatu 5	
Hakonen Reijo	044 797 4053

KRIISIRYHMÄ

Kainuun kriisiryhmät tarjoavat apuaan silloin, kun ihminen kohtaa äkillisen ja ennustamattoman traumaattisen tapahtuman kuten esim. onnettomuuden, läheisen äkillisen kuoleman tai itsemurhan. Kriisiryhmien pääasiallisena työmuotona on ns. debriefing- eli jälkipuinti-istunnot, joissa käydään läpi tapahtunutta tosiasioiden, ajatusten ja reaktioiden kautta. Jälkipuintikeskustelut auttavat kohtaamaan tapahtuneen ja ymmärtämään omia reaktioita siihen. Lisäksi keskustelujen avulla pyritään löytämään keinoja tilanteesta selviämiseen. Jälkipuintikeskustelut ovat koulutettujen vetäjien ohjaamia ryhmäistuntoja, jotka tapahtuvat muutamien päivien kuluttua tapahtumasta. Jälkipuinti-istuntoja järjestetään esim. omaisille, ystäville, työkavereille ja muille läheisille.

Yhteydenotot sairaanhoitajan puhelinpäivystys- ja neuvontapalvelun puhelinnumeroon08 6156 6000 Numerosta sinut ohjataan kriisityöryhmän päivystävälle henkilölle.

KULJETUSPALVELUT

Vammaispalvelu- ja sosiaalihuoltolain mukaiset kuljetustilaukset08 6156 2018

Oikeutta kuljetuspalveluihin haetaan vanhus- tai vammaispalveluista. Katso oppaan kohta Vammais- tai vanhuspalvelut.

KELA:n korvaamien matkojen tilaukset Kainuussa0600 398 008

KUNTOUTTAVA TYÖTOIMINTA

Kuntouttava työtoiminta on sosiaalipalvelua. Työaika, tehtävät ja jakson pituus suunnitellaan asiakkaan tarpeiden mukaisesti yhteistyössä asiakkaan, TE-toimiston, sosiaalitoimen ja kuntouttavan työtoiminnan ohjaajan kanssa. Kuntouttava työtoiminta on välivaihe työhön ja koulutukseen siirtymisessä. Sen tarkoitus on edistää asiakkaan työ- ja toimintakykyä. Asiakkaiden ja työtoimintapaikkojen tukena ovat Kainuun soten kuntouttavan työtoiminnan ohjaajat. Työtoimintapaikkoina voivat olla kunnat, kuntayhtymät, säätiöt, yhdistykset, valtion virastot sekä seurakunnat.

Kuntouttavassa työtoiminnassa voit asioida myös Omasoten kautta: omasote.kainuu.fi

Kuntouttavan työtoiminnan esimies Karhu-Härkönen Kaisa044 797 0277

HYRYNSALMI

Korjaamontie 5
Kuntouttavan työtoiminnan ohjaaja Karjalainen Arto 044 797 0445

KAJAANI

Lönnotinkatu 5 A, 2. krs
Kuntouttavan työtoiminnan ohjaaja Tuomainen Sari044 797 0440
Tuomenharju Minna044 797 0439

Mikkonen-Hannikainen Katja 044 797 0441
Härkin Anne.....044 797 0442

PALTAMO

Vaarankyläntie 7
Kuntouttavan työtoiminnan ohjaaja
Maaranen Anne044 712 9306

RISTIJÄRVI

Aholantie 25
Kuntouttavan työtoiminnan ohjaaja
Kela Tiina.....044 797 0447

SOTKAMO

Keskuskatu 9
Kuntouttavan työtoiminnan ohjaaja
Hintikka Satu044 797 5287
Tampio Arja.....044 797 0446

SUOMUSSALMI

Välskärinkuja 1
Kuntouttavan työtoiminnan ohjaaja
Moilanen Aila.....044 777 3018
Mäkeläinen Tero.....044 777 3361

KUNTOUTUKSEN ASIAKAS- YHTEISTYÖRYHMÄT

Kuntoutuksen asiakasyhteistyötä koskeva laki (497/2003) on kumottu 1.1.2015 lähtien. Kainuun soten hallituksen 10.4.2013 § 202 tiedoksi merkitsemät kuntoutuksen asiakastyöryhmät ovat lopettaneet toimintansa.

LABORATORIOPALVELUT NORDLAB

Kainuun soten, Keski-Pohjanmaan erikoissairaanhoidon- ja peruspalvelukuntayhtymän, Lapin, Länsi-Pohjan ja Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirien kuntayhtymien perustama Pohjois-Suomen laboratorikeskuksen liikelaitoskuntayhtymä (NordLab) aloitti toimintansa 1.1.2013.

Kainuun alueella laboratorion palvelut järjestää NordLab Kajaani, jolla on toimipisteet kaikissa Kainuun kunnissa. Lähipalveluina hoidetaan näytteenotto kaikissa kunnissa ja isommissa yksiköissä tehdään myös analytiikkaa tarvitta-

vassa laajuudessa.

*Laboratorioajan voit varata sähköisesti:
kainuu.labajanvaraus.varauskirja.fi*

Sähköposti: etunimi.sukunimi@nordlab.fi

Aluelaboratorion johtaja
Aaltonen Heikki.....040 635 6405
Osastonhoitaja
Suuronen Seija.....044 797 4449

HYRYNSALMI

Hyrnsalmen terveysasema, Kiviöntie 11
Näytteenotto ma, ti, to klo 8–11.30. Laboratorion annetaan näytteenottoaikoja potilaille, joilla on lähete ma ja to klo 14-14.30
.....08 575 5964

KAJAANI

Kainuun keskussairaala, Sotkamontie 13
Kliininen laboratorio, toimisto08 575 5960
Faksi.....08 575 5961
Näytteenotto ma-to klo 7.15-14.30, pe 7.15-13.00
Laboratoriosta annetaan näytteenottoaikoja potilaille, joilla on lähete ma-pe 9-11 ja 12-14
.....08 575 5979
Vuolijoen terveysasema
Papintie 2
Näytteenotto ti klo 7.30-11.30, muulloin keskussairaalan laboratoriossa.
Laboratoriosta annetaan näytteenottoaikoja potilaille, joilla on lähete ma-pe 9-10 ja 12-14
.....08 575 5979

KUHMO

Kuhmon terveysasema
Kirkkotie 16-20
Näytteenotto arkisin ma-to klo 7-14 ja pe 7-12.
Laboratoriosta annetaan näytteenottoaikoja potilaille, joilla on lähete ma-pe klo 13-13.30
.....08 575 5966

PALTAMO

Paltamon terveysasema
Sairaالاتie 7, Paltamo
Näytteenotto ma ja to 7.30-14. Laboratoriosta annetaan näytteenottoaikoja potilaille, joilla on lähete ma ja to klo 13-13.30
.....08 575 5968

PUOLANKA

Puolangan terveysasema
Ouluntie 13
Näytteenotto arkisin ma-to klo 8-13 ja pe 8-12.
Laboratoriosta annetaan näytteenottoaikoja potilaille, joilla on lähete ma-pe klo 13-13.30
.....08 575 5970

RISTIJÄRVI

Ristijärven terveysasema
Saukontie 1
Näytteenotto ke klo 7.30-13.30. Laboratoriosta annetaan näytteenottoaikoja potilaille, joilla on lähete ke klo 13-13.30
.....08 575 5972

SOTKAMO

Sotkamon terveysasema
Keskuskatu 9
Näytteenotto arkisin ma-to klo 7.30-14 ja pe 7.30-12.. Laboratoriosta annetaan näytteenottoaikoja potilaille, joilla on lähete ma-pe klo 13-13.30
.....08 575 5974

SUOMUSSALMI

Suomussalmen terveysasema
Välskärinkuja 2
Näytteenotto arkisin ma-to klo 7.30-14 ja pe 7.30-12.30. Laboratoriosta annetaan näytteenottoaikoja potilaille, joilla on lähete ma-pe klo 13-13.30
.....044 797 4335
.....044 797 4336

LAPSIPERHEIDEN KOTIPALVELU

Lapsiperheiden kotipalvelu on tarkoitettu lasten-/kodinhuoltoavun tarpeessa oleville lapsiperheille. Apu voi olla esim. lastenhoitoa, ruoanlaittoa, pyykinpesua ja imurointia. Kotipalvelun tarve ja asiakasmaksu arvioidaan tapauskohtaisesti.

Lisätietoja lapsiperheiden kotipalvelusta perheyön päälliköltä
Perheyön päällikkö
Seppänen Katja M.....044 710 0375

Lapsiperheiden kotipalvelun pyynnöt:

HYRYNSALMI JA SUOMUSSALMI

Suomussalmen perhekeskus, Välskärinkuja 1
Kotipalvelutyöntekijä
Juntunen Sari H.....044 797 4386

KAJAANI, PALTAMO JA RISTIJÄRVI

Kajaanin perhekeskus, Koivukoskenkatu 14
Toimistosiihteeri
Toivanen Sinikka.....044 797 4434

KUHMO JA SOTKAMO

Sotkamon perhekeskus, Keskuskatu 9
Kotipalvelutyöntekijä
Seppänen Sisko044 797 4387

Muiden kuin Kainuun soten tarjoamista omakustanteisista lapsiperheiden palveluista, kuten tilapäisestä lapsen hoidosta kotona, löydät tietoa Hyvinvoinnin palvelutarjottimelta: palvelutarjotin.kainuu.fi

LASTENKOTI SALMILA

Lastenkoti Salmila on lastensuojelun ympärivuorokautista sijaishuoltoa sekä arviointi- ja kriisityötä järjestävä yksikkö. Salmilassa on kolme erillistä asuinyksikköä, Järvi-, Sos- ja Salmi-yksiköt. Järvi on seitsemänpaikkainen 12–18 -vuotiaille tarkoitettu asuinyksikkö ja Salmi on viisiapaikkainen asuinyksikkö. Sos-yksikössä on kaksi arviointi- ja kriisipaikkaa alle 18-vuotiaille lapsille ja nuorille sekä yhden perheen kuntoutuspaikka. Sos-yksikössä on mahdollista järjestää valvottuja tapaamisia.

Salmijärventie 300 B
Järvi-yksikkö.....044 797 0675
Sos-yksikkö.....044 797 5252
Salmi-yksikkö.....044 710 4467
Johtaja Kovalainen Pentti.....044 797 0673

LASTENSUOJELU

Lastensuojelutyössä keskeisenä periaatteenä on lapsen oikeus kasvuun, kehitykseen ja erityiseen suojeluun. Lastensuojelun palveluissa tuetaan ja neuvotaan perheitä erityisesti elämän kriisitilanteissa. Kuka tahansa yksityinen henkilö voi ottaa yhteyttä sosiaalityönteki-

jään ja/tai tehdä lastensuojeluilmoituksen, kun hänelle herää huoli lapsen tai perheen tilanteesta. Lastensuojelulain mukaista yksilö- ja perhekohtaista lastensuojelua ovat avohuollon tukitoimenpiteet, huostaanotto ja sijaishuolto sekä jälkihuolto. Lastensuojelusta Kainuun sotessa vastaa lapsiperheiden sosiaalipalveluiden vastuualuepäällikkö.

Vastuualuepäällikkö..... 044 777 3311
Johtava sosiaalityöntekijä.....044 797 4182

Lastensuojelun sosiaalityöntekijöiden ja -ohjaajien yhteystiedot kunnittain:

HYRYNSALMI

Hyrnsalmen perheasema, Laskutie 1
Puhelinaika ma–pe klo 9–10
Sosiaalityöntekijä.....044 710 4460
Sosiaaliohjaaja.....044 797 4159
Sosiaaliohjaaja palvelee Hyrnsalmella ja Suomussalmella

KAJAANI

Kajaanin perhekeskus, Koivukoskenkatu 14
Vaihde.....08 61 561
Faksi.....08 6155 2578

Sosiaalityöntekijöiden asiakasjako perheen vanhimman alaikäisen lapsen sukunimen mukaan:

A-Holl.....044 710 1798
Holm-Jää.....044 714 3782
Kaa-Kemp.....044 715 7124
Kemq-Korh.....044 797 4149
Kori-Leinonen N.....044 797 0593
Leinonen O-M.....044 710 1799
N-Q.....044 710 1780
R-S.....044 710 1783
T-Ö.....044 710 1801

Sosiaaliohjaaja.....044 797 0087

Sijaishuolto (toiminta-alue koko Kainuun sote)
Sosiaalityöntekijä.....044 797 4770
Sosiaalityöntekijä.....044 710 1781
Sosiaaliohjaaja.....044 797 4252

Kajaanin poliisilaitos, Lönnrotinkatu 2 A
Sosiaaliohjaaja.....044 710 1749

KUHMO

Kuhmon perhekeskus, Kainuuntie 89

Puhelinaika ma–pe klo 9–10
Sosiaalityöntekijä.....044 797 0362
Sosiaaliohjaaja.....044 797 4181
Sosiaaliohjaaja palvelee Kuhmossa ja Sotkamossa

PALTAMO

Paltamon perheasema, Käyntiosoite:
Salmelankuja 1, postiosoite: Vaarankyläntie 7
Puhelinaika ma, ke–pe klo 9–10
Sosiaalityöntekijä.....044 715 9321
Sosiaalityöntekijä.....044 288 5302

RISTIJÄRVI

Ristijärven perheasema, Aholantie 25
Puhelinaika ma, ke–pe klo 9–10
Sosiaalityöntekijä.....044 715 9321

SOTKAMO

Sotkamon perhekeskus, Keskuskatu 9
Puhelinaika ma–pe klo 9–10
Sosiaalityöntekijät
.....044 797 0170
.....044 797 5255
.....044 797 0544
.....044 750 2167

Sosiaaliohjaaja.....044 797 4181
Sosiaaliohjaaja palvelee Kuhmossa ja Sotkamossa.

SUOMUSSALMI

Suomussalmen perhekeskus, Välskärinkuja 1
Puhelinaika ma–pe klo 10–11
Sosiaalityöntekijät
.....044 777 3007
.....044 777 3063
Sosiaaliohjaaja.....044 797 4159
Sosiaaliohjaaja palvelee Hyrnsalmella ja Suomussalmella.

LASTENVALVOJA (Isyysasiat sekä lapsen asumis-, elatus-, huolto- ja tapaamisasiat)

Lastenvalvojat huolehtivat avioliiton ulkopuolella syntyneiden lasten isyyden vahvistamiseen liittyvistä toimenpiteistä. Avo-/avioerossa vanhempien tulee sopia alaikäisen lapsen asumisesta, elatuksesta, huollosta sekä lapsen ja etävanhemman tapaamisista. Lastenvalvojat auttavat ja opastavat näiden sopimusten

laadinnassa.

HYRYNSALMI JA SUOMUSSALMI

Suomussalmen perhekeskus, Välskärinkuja 1
Sosiaalityöntekijä-lastenvalvoja
.....044 777 3061
Puhelinaika arkisin klo 10–11

KAJAANI, PALTAMO JA RISTIJÄRVI

Kajaanin perhekeskus, Koivukoskenkatu 14
Puhelinaika klo 9–10
Sosiaalityöntekijä-lastenvalvoja...044 797 0434
Lastenvalvoja.....044 497 5025

KUHMO

Kuhmon perhekeskus, Kainuuntie 89
Sosiaalityöntekijä-lastenvalvoja...044 797 0363
Puhelinaika ma–pe klo 9–10

SOTKAMO

Sotkamon perhekeskus, Keskuskatu 9
Sosiaalityöntekijä-lastenvalvoja...044 750 2167
Puhelinaika ma–pe klo 9–10

MAAHANMUUTTAJA- PALVELUT

Maahanmuuttajapalvelut tukee maahanmuuttajien kotoutumista suomalaiseen yhteiskuntaan ja pyrkii edesauttamaan yhteiskuntamme kehittymistä monikulttuurisuutta ja erilaisuutta hyväksyväksi.

Maahanmuuttajapalveluista saa lisätietoja työ- ja elinkeinotoimistoista sekä aikuissosiaalipalveluiden toimipisteistä.
Kajaanissa maahanmuuttajapalveluita järjestetään Kajaanin kaupungin omassa yksikössä.

Kalliokatu 7, Kajaani
Toimisto.....08 6155 2760
Toimisto avoinna ma–pe klo 8.00–15.00 (suljettu klo 11.30–12.00)

MIELENTERVEYS- JA RIIPPUVUUKSIEN HOITOPALVELUT

Yli 18-vuotiaat kainuulaiset saavat apua mielenterveyshäiriöihin ja riippuvuusongelmiin

aikuisten mielenterveys- ja riippuvuuksien hoitopalveluissa. Tarpeenmukaisen hoidon toteuttamiseksi palvelut on järjestetty seutukunnallisesti. Tarvittaessa tehdään kotikäyntejä. Asiakkaiden toivotaan ottavan yhteyttä suoraan seutukunnan työpisteisiin. Virka-ajan ulkopuolella asiakas tai omainen voi ottaa yhteyttä päivystävään terveysasemaan tai keskussairaalan puhelinpäivystykseen.

Luotettavaa mielenterveyteen ja päihdeongelmiin liittyvää tietoa tarjoaa Mielenterveystalo-verkkopalvelu: mielenterveystalo.fi

Aikuisten mielenterveys- ja riippuvuuksien hoitopalvelut

Aikuisten mielenterveys- ja riippuvuuksien hoitopalveluissa voit asioida Omasoten kautta viestiyhteyden avaamisen jälkeen: omasote.kainuu.fi

KAJAANI (Vuolijoki)

KAKS, psykiatrian poliklinikka
toimisto ja ajanvaraus.....08 6156 2711
Vastuualuepäällikkö
Juha Luukinen.....050 597 4738
Tulosityksikön päällikkö
Marja-Leena Leinonen
Kajaanin seutu.....050 597 4739
Tulosityksikön päällikkö
Marjo Pietikäinen
Sotkamo-Kuhmo, Ylä-Kainuu.....044 797 0115

Päihdepalvelut, Kajaani

A-klinikka, Linnankatu 18 A 10, 4. krs.
Toimisto ja ajanvaraus.....08 6156 7470
Päivystävä sairaanhoitaja
ma–pe klo 8–11.....044 767 6472

PALTAMO, RISTIJÄRVI

Mielenterveys- ja päihdepalvelut
Sairaanhoitaja.....044 797 0125
Sairaanhoitaja.....044 797 0126
sairaanhoitaja, päihdepalvelut.....044 797 0682

SOTKAMO

Mielenterveys- ja päihdepalvelut
Toimisto ja ajanvaraus.....044 797 4373

KUHMO

Mielenterveys- ja päihdepalvelut
Toimisto ja ajanvaraus.....044 797 0366

YLÄ-KAINUU**(HYRYNSALMI JA SUOMUSSALMI)**

Mielenterveys- ja päihdepalvelut
Toimisto ja ajanvaraus044 797 4377

Kuntouttavat asumispalvelut, päivä- ja ryhmätoiminta

Eljaskartano, Kajaani.....08 6156 7479
Päiväpysäkki, Vuolijoki044 715 7145
Taipale, Paltamo044 288 5331
Ryhmätalo, Kajaani044 797 0584
Kuntoutuskoti Sotkamo.....044 750 2182
Valkaman kuntoutusyksikkö,
Kuhmo044 797 0112
Kuntoutuskoti Suomussalmi044 777 3037

Psykiatrian osastot

Psyk.osasto 12
Kanslia A-solu08 6156 2811
Kanslia, B-solu.....08 6156 2840
Psyk.osasto 13
Kanslia.....050 431 2213
Psyk.osasto 21
Kanslia.....044 797 4991

Lastenpsykiatrinen sairaanhoito

Lastenpsykiatria vastaa lastenpsykiatriasta erikoissairaanhoitoa tarvitsevien kainuulaisten lasten ja heidän perheidensä tutkimuksesta, hoidosta ja kuntoutuksesta.

Lastenpsykiatrian poliklinikka

Poliklinikka toimii lähetepoliklinikkana. Poliklinikka vastaa lastenpsykiatrisesta tutkimuksesta, hoidosta ja kuntoutuksesta avohoidossa 0–13 -vuotiaiden lasten ja heidän perheidensä osalta. Poliklinikalla selvitetään myös lasten psykiatrisen osastotutkimuksen ja -hoidon tarve. Poliklinikka on kiinni joulunseudun, hiihtoloman, pääsiäisen, osan syyslomaa ja viisi viikkoa juhannuksesta eteenpäin.

Kerhokuja 5, Kajaani
Avoinna ma-to klo 8-16 ja pe 8-15
Yliääkäri
Ritoharju Anne (toimisto)044 797 0028
Osastonhoitaja
Parviainen Matti.....044 797 4168

Osastonsihteeri
Karanto-Kinnunen Minna.....044 797 0028
Faksi.....08 6156 2520

Lastenpsykiatrian osasto 10

Lastenpsykiatrinen osasto 10 auttaa 4-13 v. lapsia ja perheitä, joiden vaikeudet eivät tule autetuiksi avohoidon keinoin. Osasto toimii ns. viikko-osastona, joka tarkoittaa sitä, että lapset ovat kotonaan joka viikonloppu. Osasto on kiinni joulunseudun, hiihtoloman, pääsiäisen, osan syyslomaa ja viisi viikkoa juhannuksesta eteenpäin.

Kerhokuja 5, Kajaani
Viikko-osasto, avoinna ma klo 7.00-pe klo 17.00
Kanslia.....050 431 2217
.....044 739 3751
Osastonhoitaja
Parviainen Matti.....044 797 4168
Osastonsihteeri
Karanto-Kinnunen Minna.....044 797 0028

Nuorten psykiatrinen sairaanhoito

Nuorisopsykiatria vastaa kainuulaisten nuorten erikoissairaanhoidon osalta nuorisopsykiatriasta tutkimuksesta, hoidosta ja kuntoutuksesta.

Nuorten päivystystyöryhmä (Lanu)

Sairaanhoitajat
Haataja Mika E044 797 0526
Karhu Tomi050 410 5301
Voutilainen Jari-Matti.....044 797 0148

Nuorisopsykiatrian poliklinikka

Kiireettömään hoitoon hakeudutaan lääkärin läheteellä (poikkeustilanteissa kuraattorin, terveydenhoitajan, perheneuvolan tai lastensuojelun läheteellä), nuoren itsensä tai hänen lähiverkostonsa yhteydenoton perusteella.

Sammonkatu 13, 2. krs., Kajaani
Toimisto, Osastonsihteeri
Roivainen Tuula.....044 797 4425
Yliääkäri

Paananen Jutta (toimisto)044 797 4425
Erikoistuva lääkäri
Raappana Sari (toimisto)044 797 4425
Osastonhoitaja
Pulkkinen Jukka.....044 797 0560
Psykologi
Repo Anu.....044 797 4426
Sairaanhoitaja
Haverinen Mervi044 797 4424
Sairaanhoitaja
Pylvänäinen Sari.....044 797 4423
Sosiaalityöntekijä
Männikkö Salla044 797 4166

Nuorisopsykiatrian osasto 5

Sotkamontie 13, 5 krs., Kajaani
Kanslia.....08 6156 2830
Osastonlääkäri, erikoistuva lääkäri
Raappana Sari (toimisto)044 797 4425
Osastonhoitaja
Pulkkinen Jukka.....044 797 0560
Osastonsihteeri
Roivainen Tuula.....044 797 4425

NEUVOLAT

Kainuun alueella on luotu yhtenäiset ohjeet äitiys-, lasten- ja perhesuunnitteluneuvolan toiminnasta. Yhteiset ohjeet varmistavat yhdenmukaiset palvelut neuvola-asiakkaille. Terveystarkastusten lisäksi neuvolatoiminnassa panostetaan yhä enemmän perheen hyvinvointiin ja vanhemmuuden tukemiseen. Äitiysneuvolassa seurataan äidin raskausaikaa ja lastenneuvolassa seurataan lapsen kasvua ja kehitystä kouluikään saakka. Perhettä tuetaan ja ohjataan tarpeen mukaan omissa valinnoissaan hyvinvointinsa suhteen. Lääkärin ja terveydenhoitajan vastaanotot toimivat ajanvarauksella. Neuvontaa ja ohjausta annetaan myös puhelimitse.

Neuvolassa voit asioida myös Omasoten kautta: omasote.kainuu.fi

Tulosityksikön päällikkö
Moilanen Maila044 797 0154

HYRYNSALMI

Hyrynsalmen terveysasema
Kiviöntie 11
Puh. aika klo 9–10

Äitiys-, lasten- ja perhesuunnitteluneuvola
Terveydenhoitaja
Karhapää Anne.....044 797 0188

KAJAANI

Äitiys-, lasten- ja perhesuunnitteluneuvola

Keskusneuvola

Satamakatu 2 A
Neuvolatyön päällikkö, terveydenhoitaja
Antikainen Marjo.....044 710 1722
Toimisto044 739 3097
Puh. aika klo 9–10
Terveydenhoitajat
Mikkola Eeva044 797 4474
Karppinen Marja044 797 4472
Kontio Eija044 797 4475
Huotelin Sirkka044 797 4482
Saarinen Heli.....044 797 4473
Laatikainen Sari.....044 797 0634
Perhesuunnittelu
Terveydenhoitaja
Karhu Sani.....044 715 7166

Lehtikankaan neuvola

Soidinkatu 4
Puh. aika klo 9–10
Terveydenhoitajat
Karppinen Eeva.....044 797 4477
Komulainen Tuula.....044 797 4478
Huusko Sirpa044 797 4476
Niemi Kaisu044 797 4479
Pernu Henna044 797 4483

Lohtajan neuvola

Satumaantie 10
Puh. aika klo 9–10
Terveydenhoitajat
Palm Leena044 797 4480
Heikkinen Seija.....044 797 4481
Hyvärinen Sirkka044 797 4471

Vuolijoen neuvola

Papintie 2
Puh.aika klo 9–10
Terveydenhoitaja
Rahko Henje.....044 715 7165

KUHMO

Kuhmon neuvola
Kainuuntie 89
Toimisto/ajanvaraus.....08 6156 5707
Puh.aika klo 8.30–11 ja 12–14

Äitiys-, lasten- ja perhesuunnitteluneuvola
Puh.aika klo 12–13
Terveystenhoitajat
Huotari Satu.....044 797 4437
Haikonen Silja.....044 797 4436
Komulainen Mirjami.....044 797 4438
Kähkönen Mervi.....044 797 4435

PALTAMO

Paltamon perheasema
Salmelankuja 1
Puh.aika klo 9–10
Äitiys- ja perhesuunnitteluneuvola
Terveystenhoitaja
Härkönen Terttu.....044 288 5217
Lastenneuvola
Terveystenhoitaja
Laine Sanna.....044 288 5218

RISTIJÄRVI

Ristijärven neuvola
Saukontie 1
Puh.aika klo 9–10
Äitiys- ja perhesuunnitteluneuvola
Terveystenhoitaja
Härkönen Terttu.....044 288 5217
Lastenneuvola
Terveystenhoitaja
Laine Sanna.....044 288 5218

SOTKAMO

Sotkamon neuvola
Keskuskatu 11, D-rakennus, 2. krs
Toimisto/ajanvaraus.....08 6156 5053
Puh.aika klo 8.30–11 ja klo 12–14

Äitiys-, lasten- ja perhesuunnitteluneuvola

Puh.aika klo 11–11.30
Terveystenhoitajat
Ahtonen Eija.....044 797 4439
Karjalainen Leena.....044 797 0096
Heikura Eija.....044 797 4870
Komulainen Virpi.....044 750 2543
Parviainen Pirjo.....044 750 2764
Liuski Anne-Mari.....044 748 6209

SUOMUSSALMI

Suomussalmen neuvola
Välskärinkuja 1
Puh.aika klo 9–10
Äitiys-, lasten- ja perhesuunnitteluneuvola
Terveystenhoitajat

Juntunen Anne.....044 777 3098
Moilanen Tarja.....044 777 3038
Karhapää Anne.....044 797 0188
Lastenneuvola 6 v
Terveystenhoitaja
Helttunen Anita.....044 797 0187

Seksuaalineuvojat

Tuula Komulainen, Kajaani.....044 797 4478
Silja Haikonen, Kuhmo.....044 797 4436
Pirjo Kivijärvi, Suomussalmi, Hyrynsalmi
.....044 797 4201

NUORISOPSYKOLOGIT

Nuorisopsykologit palvelevat yli 16-vuotiaita lukioissa ja ammattiopistoissa opiskelevia nuoria sekä nuoria, jotka vasta etsivät opiskelupaikkaa. Psykologien tehtävänä on tukea ja edistää opiskelijoiden hyvinvointia ja mielenterveyttä. Vastaanotolle voi tulla keskustelemaan luottamuksellisesti mistä tahansa mieltä painavasta asiasta.

KAJAANI, PALTAMO, SUOMUSSALMI

Vuorikatu 2 (lukio), Kajaani

Kilpeläinen Kirsi.....044 797 0222
Kulttuuriala, Hyvinvointiala, Tekniikan ja liikenteenala (sähköala, autoala, turvallisuusala)

Virvanne Riikka.....044 797 5230
Kajaani, Paltamo, Suomussalmi (lukiot)

VITAL, Opintie 3 D, Kajaani
Turunen Anne.....08 6165 6317
.....044 797 0591
Liiketalous- ja hallintoala, Matkailu- ja ravitsemusala, Luonnonvara- ja ympäristöala, Tekniikan ja liikenteen ala (kone- ja metalliala, logistiikka-ala, LVI)

SOTKAMO, KUHMO

Tenetin yläkoulu, Opintie 2, Sotkamo
Mustonen Anna.....044 710 1772
Lukiot, Kao ja Urheiluopisto

NUORTEN JA LAPSI-PERHEIDEN PÄIHDETYÖ

POLKU-työpari tekee ennaltaehkäisevää ja korjaavaa päihdetyötä Kainuun sotien alueella. Meihin voi olla yhteydessä myös peliriippuvuuksiin liittyvissä tilanteissa.

Kohderyhmänä ovat alle 18-vuotiaat nuoret, lapsiperheet sekä erilaiset ryhmät. POLKU-työpari liikkuu asiakkaan luo - työtä tehdään ensisijaisesti asiakkaan omassa kunnassa, kuten kotona, koululla tai harrastusten äärellä. Toimimme yhteistyölinkkinä eri toimijoiden, kuten sosiaali- ja terveydenhuollon, kunnan ja kuntayhtymän sekä kolmannen sektorin työntekijöiden kanssa, tuomalla päihdeosaamista verkoston tueksi.

Toimija tai asiakas itse voi ottaa meihin yhteyttä puhelimitse, sähköpostitse tai vaikka vetäisemällä hihasta. Periaatteena on matalan kynnyksen yhteydenotto: pelkkä huolen herääminen riittää yhteydenoton syyksi.

Sairaanhoitaja
Pikkarainen Piia P.....044 703 4003

Sosionomi
Karvinen Marja-Leena.....044 797 5391

OMAISHOIDON TUKI

Omaishoidon tuella tarkoitetaan kotona tapahtuvan hoidon ja huolenpidon tukemista silloin, kun hoidettavan avuntarve on ympärivuorokautinen tai säännöllisesti päivittäinen.

Omaishoitajaksi soveltuu täysi-ikäinen omainen, sukulainen tai joku muu läheinen henkilö, jonka hoidettava on hyväksynyt hoitajakseen ja joka kuntonsa ja elämäntilanteensa puolesta soveltuu tähän tehtävään. Omaishoidon tuen hoitopalkkio on hoitajalle verotettavaa tuloa.

Alle 65-vuotiaat

Vammaiset henkilöt:

KAJAANI, PALTAMO, RISTIJÄRVI

Koskikatu 1, 2 krs, Kajaani

Kajaani / länsi-etelä, Vuolijoki
Sosiaalityöntekijä
Rautiainen Maarit.....044 710 1742

Kajaani / itä-pohjoinen-etelä
Sosiaalityöntekijä
Karvinen Hanna.....044 723 9952

Kajaani / länsi-pohjoinen, Paltamo ja Ristijärvi
Sosiaaliohjaaja
Juntunen Ulla.....044 710 1721

KUHMO

Kainuuntie 89, Kuhmo
Sosiaaliohjaaja
Tervo Virpi.....044 797 0341

SOTKAMO

Keskuskatu 9, Sotkamo
Sosiaalityöntekijä
Pääkkönen Tarja.....044 797 4830

HYRYNSALMI, SUOMUSSALMI

Kauppakatu 20, Suomussalmi
Sosiaaliohjaaja
Seppänen Seija.....044 569 7477

Kehitysvammaiset henkilöt:

KAJAANI

Koskikatu 1, 2.krs, Kajaani
Sosiaaliohjaaja
Heikkinen Pilvi.....044 710 1703
Sosiaalityöntekijä
Tervo Sanna.....044 755 4541

KUHMO

Kainuuntie 89, Kuhmo
Sosiaaliohjaaja
Tervo Virpi.....044 797 0341

PALTAMO JA SOTKAMO

Keskuskatu 9, Sotkamo
Sosiaalityöntekijä
Tervo Sanna.....044 755 4541

HYRYNSALMI, SUOMUSSALMI, RISTIJÄRVI

Kauppakatu 20, Suomussalmi
Sosiaaliohjaaja
Anttonen Anita.....044 797 0472

Yli 65-vuotiaat

Ks. Vanhuspalvelut yli 65-vuotiaat

PERHEHOITO

Perhehoidolla tarkoitetaan henkilön hoidon, kasvatuksen tai muun ympärivuorokautisen huolenpidon järjestämistä hänen kotinsa ulkopuolella yksityiskodissa. Perhehoidon tavoitteena on antaa perhehoidossa olevalle henkilölle mahdollisuus perheenomaiseen hoitoon ja läheisiin ihmissuhteisiin. Perhehoito sopii kaikenikäisille. Perhehoidossa voi olla lapsi, nuori, ikäihminen, kehitysvammainen henkilö tai vammaisen henkilö.

Lisätietoa perhehoidosta antavat perhehoidon vastuhenkilöt:

Lasten ja nuorten perhehoito

Kajaanin perhekeskus
Koivukoskenkatu 14, 3. krs
Sosiaalityöntekijä
Kepanen Kaisa.....044 710 1781
Sosiaalityöntekijä
Kainulainen Karolina.....044 797 4770
Sosiaaliohjaaja
Seppänen Tarja.....044 797 4252

Ikäihmisten perhehoito

ks. Vanhuspalveluiden kotihoito

Kehitysvammaisten henkilöiden ja vammaisten henkilöiden perhehoito

Koskikatu 1, 2. krs, Kajaani
Sosiaaliohjaaja
Kaikkonen Ritva.....044 715 6935
Palvelusuunnittelija
Lukkari Sanna..... 044 750 2799

PERHEKESKUKSET JA -ASEMAT

Perhekeskukset ja -asemat kokoavat lapsiperheiden lähipalvelut yhteen. Ne ovat matalan kynnyksen paikkoja, joihin perheiden on helppo tulla. Tiloissa järjestetään mm. ryhmätoimintaa ja äideille on varattu tila, jossa voi imettää ja hoitaa lastaan. Perhekeskuksissa ja -asemilla toimivat mm. neuvolaterveydenhoitajat ja

-lääkäri, perhetyö, lapsiperheiden kotipalvelu, perheneuvola, lastensuojelu sekä lastenvalvojat. Kuntien välillä voi olla eroja toiminnan sisällöissä ja siellä työskentelevissä sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisissa. Työssä panostetaan ennaltaehkäisyyn ja varhaiseen tukeen.

HYRYNSALMI

Hyrnsalmen perheasema
Laskutie 1
Perhekeskusvastaava.....044 777 3040

facebook.com: Hyrnsalmen perheasema

KAJAANI

Kajaanin perhekeskus
Koivukoskenkatu 14
Perhekeskusvastaava044 797 0245
Virastomestari.....044 710 1795

facebook.com: Kajaanin perhekeskus

KUHMO

Kuhmon perhekeskus
Kainuuntie 89
Perhekeskusvastaava.....044 797 4438

PALTAMO

Paltamon perheasema
Salmelankuja 1
Perhekeskusvastaava.....044 797 0245

RISTIJÄRVI

Ristijärven perheasemaverkosto
Saukontie 1
Perhekeskusvastaava.....044 797 0245

SOTKAMO

Sotkamon perhekeskus
Keskuskatu 9
Perhekeskusvastaava.....044 797 4438

SUOMUSSALMI

Suomussalmen perhekeskus
Välskärinkuja 1
Perhekeskusvastaava.....044 777 3040

facebook.com: Suomussalmen perhekeskus

PERHENEUVOLA

Perheneuvola palvelee neljässä toimipisteessä kainuulaisia lapsia, nuoria ja perheitä. Perheneuvolan tehtävänä on tukea lapsiperheitä erilaisissa elämäntilanteissa.

Ota yhteyttä perheneuvolaan, kun

- olet huolissasi lapsesi käyttäytymisestä, mielialasta, tunteiden ilmaisemisesta tai vuorovai-
kutustaidoista
- lapsellasi on vaikeuksia päiväkodissa, koulus-
sa tai kaveripiirissä
- haluat tukea tai apua arkipäivän kasvatusti-
lanteisiin tai haluat keskustella lapsen kehityk-
seen liittyvistä kysymyksistä esim. uhmaikään
tai murrosikään liittyen
- vanhempien keskinäinen yhteistyö tuntuu
vaikealta
- lastasi tai perhettäsi on kohdannut yllättävä
traumaattinen tapahtuma esim. sairaus, lähei-
sen kuolema, onnettomuus
- toivot selvittelyapua perheesi ristiriitailantei-
siin
- toivot apua parisuhteen pulmiin
- perheessäsi harkitaan avo- tai avioeroa tai
perheesi tarvitsee apua erosta selviämiseen

Perheneuvolan päällikkö, sosiaalityöntekijä
Herrala Markku.....044 710 1888

KAJAANI

Perhekeskus, Koivukoskenkatu 14, 4. krs
Toimisto044 797 4960
Puhelinaika uusille asiakkaille
ma ja ke–pe klo 10–11.30.....044 797 4151
Kajaanin toimipiste palvelee myös Paltamossa
ja Ristijärvellä

KUHMO

Perhekeskus, Kainuuntie 89
Toimisto044 797 0366
Sosiaalityöntekijä.....044 797 0204
Psykologi.....044 797 0205

SOTKAMO

Perhekeskus, Keskuskatu 9
Psykologi.....044 797 0173
Sosiaalityöntekijä.....044 797 0276

SUOMUSSALMI

Välskärinkuja 2
Toimisto044 797 4377

Perhekeskus, Välskärinkuja 1
Sosiaalityöntekijät.....044 777 3040
.....044 797 4497
Suomussalmen toimipiste palvelee myös
Hyrnsalmella.

PERHETYÖ

Perhetyö on lapsiperheiden auttamista ja tukemista arjessa selviytymiseksi. Sen tavoitteet määritellään perhe- ja tilannekohtaisesti. Perhetyö on keskustelua, tukea, ohjausta, neuvontaa ja yhdessä tekemistä ja sitä tehdään yhteistyönä mm. neuvolan, päivähoiton koulujen, terapia- ja sosiaalityöntekijöiden kanssa. Perhetyön tarpeen perheessä voi aiheuttaa lapsen käyttäytymiseen tai koulun-
käyntiin liittyvät hankaluudet, elämäntilanteen yllättävä muutos tai kriisi, päihdeongelma tai uupumus. Perhetyö ei ole lastenhoitopalvelua tai kodinhoitoa.

Lisätietoja perhetyöstä perhetyön päälliköltä

Perhetyön päällikkö
Seppänen Katja M.....044 710 0375

Perhetyön yhteystiedot ja perhetyön pyynnöt

HYRYNSALMI, KAJAANI, KUHMO, PALTAMO, RISTIJÄRVI, SOTKAMO, SUOMUSSALMI

Perhetyön pyynnöt
Kajaanin perhekeskus, Koivukoskenkatu 14
Perheohjaaja
Lukkari Anne.....044 797 4878

Avoin perhetoiminta

Valvotut ja tuetut tapaamiset

Teppanan kohtaamispaikka, Rekitie 1, Kajaani
.....044 797 4717
Lisätietoja valvotuista ja tuetuista tapaamisista
Perhetyön päällikkö
Seppänen Katja M.....044 710 0375

facebook.com: Perhekeskus Teppanan kohtaamispaikka

Perhekoulun yhteyshenkilöt

Perheohjaaja
Tervonen Kaisu.....044 710 0200

Perhekeskusvastaava
Saari Helena.....044 797 0245

POTILASASIAMIES

Jokaisella terveydenhuollon toimintayksiköllä tulee olla potilasasiamies. Potilasasiamiehen tehtävänä on neuvoa potilasta tai potilaan laillista edustajaa taikka lähiomaista tai muuta potilaan läheistä potilaan asemaan ja oikeuksiin liittyvissä asioissa, avustaa potilasta muis-
tutuksen tai muiden hoitoa koskevien valitusten tai potilas-/lääkevahinkoa koskevan korvau-
shakemuksen vireillepanossa, tiedottaa poti-
laan oikeuksista ja toimia muutenkin potilaan
oikeuksien edistämiseksi ja toteuttamiseksi.

Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayh-
tymässä potilasasiamiespalvelut hoidetaan
keskitetysti. Kaikkien kuntayhtymän tervey-
denhuoltopalveluita tuottavien toimipisteiden
potilasasiamiehenä toimii potilasasiamies Liisa
Vilmi-Johansson (Kainuun keskussairaala
Sotkamontie 13, 87300 Kajaani). Potilasasia-
mies on tavattavissa varmimmin ajanvarauksella

*Potilasasiamiehen kanssa voit asioida myös
Omasoten kautta: omasote.kainuu.fi*

Potilasasiamies
Vilmi-Johansson Liisa.....044 710 1324
.....08 6156 2009

Toimistosihtööri (maanantai-keskiviikko)
Lehtonen Sanna.....044 763 0487
Faksi.....08 6156 2411

PUHETERAPIA

Puheterapian tavoitteena on mahdollisimman
hyvä kommunikaatio- ja toimintakyky jokapäi-
väisessä elämässä. Puheterapiapalvelut on
kohdennettu alle kouluikäisten lasten puhetera-
peuttiseen tutkimukseen, ohjaukseen ja terapi-
aan sekä kuntoutusyksikön aivoverenkiertohäi-
riöpotilaisiin, jotka ovat menettäneet kielellisiä
tai kommunikatiivisia taitojaan. Toimipisteet
Kajaanissa, Sotkamossa, Kuhmossa ja Suo-
mussalmella.

KAJAANI (PALTAMO, RISTIJÄRVI)
Satamakatu 2.
Puheterapeutti
Kantola Mervi.....044 797 0558
Puheterapeutti
Laine Sari044 797 0029

Kuntoutusyksikkö, Satamakatu 2
Puheterapeutti
Korhonen Emmi.....044 797 4917

SOTKAMO (KUHMO)
Keskuskatu 9
Puheterapeutti
Määttä Tiina Me.....044 797 0098

SUOMUSSALMI (HYRYNSALMI)
Välskärinkuja 2
Puheterapeutti
Karppinen Liisa.....044 797 4378

**PÄIVYSTÄVÄ
SAIRAAHOITAJA**
.....08 61566000

Ympäri vuorokautinen puhelinpäivystys ja
neuvontapalvelu. Soita ennen päivystykseen
menoa tai sairaanhoitajan neuvoja tarvitessasi.

RADIOLOGIA (RÖNTGEN)

Lähettävä yksikkö tekee ajanvarauksen
kuvantamistutkimukseen.

KAJAANI
Keskussairaala, Sotkamontie 13
Avoimma arkisin klo 8-16
Toimisto08 6156 2220
-röntgentutkimuksia
-ultraäänitutkimuksia
-angiografiatutkimuksia ja -toimenpiteitä
-tietokonetomografiatutkimuksia
-magneettitutkimuksia
-mammografiatutkimuksia

KUHMO
Kuhmon terveysasema, Kirkkotie 16-20
Avoimma ma-to klo 8-15, pe klo 8-13.30
Röntgentutkimuksia, ultraäänitutkimuksia
.....08 6156 5651

PALTAMO
Paltamon terveysasema, Sairaالاتie 7
Avoimma to klo 8-16, röntgentutkimuksia.
Ultraäänitutkimuksia erikseen sovittuina päivi-
nä
.....08 6156 5331

SOTKAMO
Sotkamon terveysasema, Keskuskatu 9
Avoimma ma-to klo 8-15, pe klo 8-14
Röntgentutkimuksia, ultraäänitutkimuksia
.....08 6156 5040

SUOMUSSALMI
Suomussalmen terveysasema, Välskärinkuja 2
Avoimma ma-to klo 8-15.45, pe klo 8-14
Röntgentutkimuksia, ultraäänitutkimuksia
.....08 6156 6170

RAVITSEMUSTERAPIA

Ravitsemusterapian tavoitteena on saada
tutkittua tietoa terveyttä ja hyvinvointia edis-
tävästä ravitsemuksesta ja lisätä valmiuksia
ruokavaliomuutosten toteuttamiseen.
Hyvällä ravitsemushoidolla voidaan ehkäistä ja
hoitaa kroonisia sairauksia, syömishäiriöitä ja
vajaaravitsemusta.

Ravitsemusterapeuttien vastaanotot sijaitsevat
Kajaanin pääterveysasemalla, Suomussalmen,
Hyrynsalmen, Kuhmon ja Sotkamon terveys-
asemilla. Ravitsemusterapiaan tarvitaan lähete.

*Ravitsemusterapeutilla voit asioida Omaso-
ten kautta viestiyhteyden avaamisen jälkeen:
omasote.kainuu.fi*

Yhteystiedot
(tavoitettavissa parhaiten ma ja ke 13 - 13.30)
Ravitsemusterapeutit
Hiltunen Johanna (Kajaani, Ylä-Kainuu)
.....044 797 4275
Pääkkönen Sirpa (Kajaani, Sotkamo, Kuhmo)
.....044 797 0681

ROKOTUKSET

Suomen kansallisen voimassa olevan roko-
tusohjelman mukaiset rokotukset annetaan
lapsille lastenneuvolakäyntien yhteydessä

ja kouluikäisille sekä opiskelijoille koulu- ja
opiskeluterveydenhuollossa. Kausi-influenssa-
rokotuksista annetaan tarkemmat ohjeet joka
vuosi syksyisin ja rokotusaikataulut ja ohjeistus
ilmoitetaan paikallislehdissä ja internetsivuilla.

*Rokotusasioita voit hoitaa myös Omasoten
kautta: omasote.kainuu.fi*

Aikuisiällä otettavista tehoste- ja lisärokotusis-
ta sekä matkailijoiden rokotuksista saa lisätie-
toa kunnittain seuraavasti:

HYRYNSALMI
Hyrynsalmen terveysasema, Kiviöntie 11
Kansanterveyshoitaja
Suutari Kaija08 6156 5595

KAJAANI
Keskusneuvola, Satamakatu 2 A
Terveystieteiden
Karhu Sani.....044 715 7166
Puhelinneuvonta ja ajanvaraus ma-pe klo
9–10.30

KUHMO
Kuhmon neuvola, Kainuuntie 89
Toimisto08 6156 5707
Puhelinaika klo 8.30-11 ja klo 12-14

PALTAMO
Paltamon perheasema, Salmelankuja 1
Terveystieteiden
Härkönen Terttu044 288 5217
Puhelinaika ma–pe klo 9–10

RISTIJÄRVI
Ristijärven neuvola, Saukontie 1
Terveystieteiden
Härkönen Terttu044 288 5217
Puhelinaika ma–pe klo 9–10

SOTKAMO
Sotkamon neuvola, Keskuskatu 11, D-raken-
nus, 2. krs
Toimisto08 6156 5053
Puhelinaika klo 8.30-11 ja klo 12-14

SUOMUSSALMI
Suomussalmen terveysasema
Välskärinkuja 2
Kansanterveyshoitaja
Heikkinen Marja-Liisa08 6156 6218

SEULONTATUTKIMUKSET

Kainuun sote järjestää seulonta-asetuksen mukaisesti naisten kohdunkaulan syövän ja rintasyövän seulontatutkimuksia. Raskaana olevien ja vastasyntyneiden seulonnoista saa lisätietoa neuvolakäyntien yhteydessä.

30–60-vuotiaat naiset kutsutaan kohdunkaulan syövän seulontatutkimukseen (papa) viiden vuoden välein. Asiakas saa ajan seulontatutkimukseen kutsun mukana. Mikäli varattu aika ei sovi, toivotaan ajan muutokset ja peruutukset tehtävän mahdollisimman pian kutsun saapumisesta kutsussa annettujen ohjeiden mukaisesti. Tutkimus on maksuton.

Maksuttomaan rintasyövän seulontatutkimukseen mammografiaan kutsutaan 50–69-vuotiaat naiset kahden vuoden välein. Asiakkaat saavat kutsun kotiosoitteeseensa. Kutsussa on aikaehdotus ja ohjeet ajan siirtämiseen tai perumiseen.

Lisätietoja kohdunkaulan syövän ja rintasyövän seulontatutkimuksista
tulosityksikön päällikkö
Moilanen Maila.....044 797 0154

SOSIAALIASIAMIES

Sosiaaliasiamies neuvoo sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista annetun lain soveltamiseen liittyvissä asioissa, avustaa tämän lain mukaisen muistutuksen tekemiseen liittyvissä asioissa, tiedottaa asiakkaan oikeuksista, toimii asiakkaan oikeuksien edistämiseksi ja toteuttamiseksi sekä seuraa asiakkaiden oikeuksien ja aseman kehitystä.

Asiakasvastaanotto ajanvaraukselle oheisesta puhelinnumerosta. Asiakasvastaanottoja on sopimuksen mukaan eri kunnissa.

Sosiaaliasiamiehen kanssa voit asioida myös Omasoten kautta: omasote.kainuu.fi

Kirkkotie 16-20, Kuhmo
Sosiaaliasiamies
Inget Reijo044 797 0310
Faksi08 6156 5714
(reijo.inget@kainuu.fi)

SOSIAALINEN LUOTTO

Sosiaalisen luototuksen tarkoituksena on ehkäistä taloudellista syrjäytymistä ja ylivelkaantumista ja edistää ihmisen itsenäistä suoriutumista. Sosiaalinen luotto voidaan myöntää henkilölle, jolla ei ole pienituloisuutensa ja vähävaraisuutensa vuoksi mahdollisuutta saada kohtuuehtoista luottoa muulla tavoin, mutta jolla on kyky suoriutua luoton takaisinmaksusta.

Kajaanin sosiaalipalvelukeskus, Osmonkatu 3, Kajaani
Sosiaaliohjaaja.....044 761 5433
Paikalla
- parillisilla viikoilla tiistaisin ja keskiviikkoisin
- parittomilla viikoilla tiistaisin, keskiviikkoisin ja torstaisin
- muina aikoina ota yhteys oman kuntasi sosiaalitoimistoon.

Sosiaalisia pienlajinoja Suomessa myöntää Takuu-Säätiö. Takuu-Säätiön pienlajinoista saat lisätietoa osoitteesta takuu-saatio.fi/palvelumme/takuu-saation-pienlaina.
Lisäksi voit ottaa yhteyttä sähköpostilla pienlaina(at)takuu-saatio.fi tai puhelimitse 050 566 1930 tai 050 384 5962.

SOSIAALIPÄIVYSTYS

Sosiaalipäivystys toimii arkisin klo 16.00–8.00 välisenä aikana. Viikonloppuisin sosiaalipäivystys palvelee ympärivuorokautisesti perjantaista klo 15.00 maanantaihin klo 8.00. Myös juhlapäivinä sosiaalipäivystys toimii ympäri vuorokauden. Sosiaalipäivystys ohjaa ja neuvoo kiireellisen sosiaalihuollon tarpeessa olevia kuntalaisia virka-ajan ulkopuolella. Tehtävälueena ovat äkilliset kriisit mm. perhe- ja lähisuhdeväkivaltatilanteet, onnettomuudet, päihde- tai mielenterveysongelmat tai ilman hoivaa ja turvaa jäänyt lapsi tai vanhus. Toimeentulotuki-asiat eivät ole sosiaalipäivystyksen asioita.

Arkisin klo 8.00–16.00 kiireellisissä asioissa yhteyttä otetaan oman asuinkunnan sosiaalitoimistoon (ks. palveluoppaan kohta Aikuissosiaalipalvelut tai Lastensuojelu). Virka-ajan ulkopuolella soita hätänumeroon 112. Sieltä puhelu ohjataan tarvittaessa sosiaalipäivystäjälle.

TALOUS- JA VELKANEUVONTA

Kainuun talous- ja velkaneuvonnan alue: Kajaani, Hyrynsalmi, Kuhmo, Paltamo, Puolanka, Ristijärvi, Sotkamo, Suomussalmi, Kuusamo ja Taivalkoski.

Velkaneuvonta auttaa ylivelkaisten tai maksukyvyttömiä taloudellisen tilanteen selvittämisessä, vapaaehtoisissa velkajärjestelyissä ja neuvotteluissa velkojen kanssa, velkajärjestelyhakemuksen laatimisessa käräjäoikeuteen, takaushakemuksen tekemisessä Takuu-Säätiöön ja avustusten anomisessa.

Velkaneuvoja on tavattavissa ajanvarauksella. Puhelinaika velkaneuvojalle ti - to klo 8.30 - 10
Käyntiosoite: Koivukoskenkatu 14, Perhekeskus, Kajaani
Postiosoite: PL 400, 87070 Kajaani
Faksi.....08 6155 2578
Johtava talous- ja velkaneuvoja
Määttä Kirsi.....044 797 4052
(kirsi.maatta@kainuu.fi)
Talous- ja velkaneuvoja
Heikkinen Liisa044 710 1290
(liisa.heikkinen@kainuu.fi)
Toimistos sihteeri
Luukkonen Liisa.....044 797 4965
(liisa.luukkonen@kainuu.fi)

Muiden kuin Kainuun soten tarjoamasta talous- ja velkaneuvonnasta, kuten anonyymistä talous- ja velkaneuvonnasta puhelimitse ja chatissa, löydät tietoa Hyvinvoinnin palvelutarjottimelta: palvelutarjotin.kainuu.fi

TERVEYSASEMAT

Välitöntä ja kiireellistä hoitoa vaativissa tilanteissa soittakaa hätänumeroon 112

Sairaanhoitajan puhelinpäivystys ja neuvontapalvelu ympäri vuorokauden08 6156 6000

Kuntien terveysasemien ollessa suljettuna päivystys Kainuun keskussairaalassa
Päivystyspoliklinikka (KAKS).....08 6156 2300
Yleinen sosiaali- ja terveydenhuollon palve-

luohjaus ja neuvonta
vaihe08 61561

Soitto-ohjeet terveysasemien puhelinpalveluun: Käytössä on takaisinsoittojärjestelmä. Kuuntele puhelimesta kuuluva nauhoite ja toimi annettujen ohjeiden mukaan. Hoitaja soittaa sinulle samana päivänä takaisin tuntemattomasta numerosta. Sinun ei tarvitse soittaa useampaa kertaa hoitajalle, koska soittotietosi tallentuvat järjestelmään.

Kansanterveyshoitajien kanssa voit asioida myös Omasoten kautta: omasote.kainuu.fi

HYRYNSALMI

Hyrynsalmen terveysasema, Kiviöntie 11
Faksi.....08 6156 5450
Avoimna ma–to klo 8–16, pe ja juhlapäivien aattona klo 8–15
Päivystävä hoitaja, hoidon tarpeen arviointi, ohjaus, neuvonta ja ajanvaraus08 6156 5423
Potilastoimisto
Ilmoittautuminen, reseptien uusinta, neuvonta08 6156 5429
Kansanterveyshoitajat08 6156 5596
.....08 6156 5595

KAJAANI

Pääterveysasema
Satamakatu 2, Kajaani
Avoimna ma–to klo 8–16, pe ja juhlapäivien aatto klo 8–15
Faksi.....08 613 0717
Päivystävä hoitaja, hoidontarpeen arviointi, ohjaus, neuvonta ja ajanvaraus08 6156 7207
Potilastoimisto.....08 6156 7229

Kansanterveyshoitajat
Yläkaupunki, Armeijanlaakso, Keskusta (Tehdaskatu ja Pohjolankatu parilliset)08 6156 7234
Keskusta (Tehdaskatu ja Pohjolankatu parittomat), Onnela, Tulliniemi, Asemanseutu08 6156 7803
Purola-Puistola, Tihisenniemi, Kettukallio08 6156 7236
Lohtaja, Vuoreslahti, Maasto, Koutaniemi, Parkinniemi08 6156 7268
Pikku-Kettu, Huuhkajanvaara, Syväoja

.....08 6156 7221
Hevossuo, Teerisuo, Sarvivaara, Mainua, Leh-
tovaara, Hatulanmäki, Halla-aho, Lahnasjärvi
(ke-to).....08 6156 7386
Kuurna, Kättö, Kätönlähti

.....08 6156 7813
Teppana, Karolineburg, Kuurmanranta, Kuur-
nantie ja joen väli

.....08 6156 7835
Nakertaja, Suvantola, Kontiosaari, Hetteenmä-
ki, Paltaniemi, Jokivarsi,

.....08 61567306
Takkaranta, Kuluntalahti, Jormua, Salmijärvi,
Hannusranta, Kirkkoaho, Kuusanmäki, Pöly-
vaara, Komiaho, Heinisuo

.....08 6156 7349

Lehtikankaan terveysasema

Soidinkatu 4, Kajaani

Faksi.....08 6156 7630

Avoimma ma-to klo 8-16, pe ja juhlapyhien
aatto klo 8-15

Päivystävä hoitaja, hoidon tarpeen arviointi,
ohjaus, neuvonta ja ajanvaraus

.....08 6156 7619

Potilastoimisto.....08 6156 7600

Kansanterveyshoitajat:

Kylmä, Soidinsuo

.....08 6156 7607

Lehtikangas, Rajavartiosto, Variskangas (pik-
kulinnut)

.....08 6156 7618

Palokangas, Hoikankangas, Variskangas

(isot linnut) Laajankangas, Koulukuja, Torniku-
ja, Tornitie

.....08 6156 7512

Vuolijoen terveysasema, Papintie 2

Faksi.....08 6156 5527

Avoimma ma-to klo 8-15, pe ja juhlapyhien
aatto klo 8-14

Päivystävä hoitaja, hoidontarpeen arviointi,
ohjaus, neuvonta ja ajanvaraus, puhelinaika
klo 8-10.....08 6156 5529

Kansanterveyshoitaja

.....08 6156 5530

KUHMO

Kuhmon terveysasema

Kirkkotie 16-20

Avoimma ma-to klo 8-16, pe 8-15, viikonloppui-
sin ja juhlapyhinä klo 9-18

Faksi.....08 6156 5625

Päivystävä hoitaja, hoidon tarpeen arviointi,
ohjaus, neuvonta ja ajanvaraus

.....08 6156 5635

Kansanterveyshoitajat.....08 6156 5632

.....08 6156 5647

.....08 6156 5633

.....08 6156 5619

Potilastoimisto.....08 6156 5620

PALTAMO

Paltamon terveysasema

Sairaatie 7

Faksi.....08 6156 5352

Avoimma ma-to klo 8-16, pe ja juhlapyhien
aatto klo 8-15

Päivystävä hoitaja, hoidon tarpeen arviointi,
ohjaus, neuvonta ja ajanvaraus.

.....08 6156 5322

Potilastoimisto.....08 6156 5329

Kansanterveyshoitajat

.....08 6156 5333

.....08 6156 5381

RISTIJÄRVI

Ristijärven terveysasema

Saukontie 1

Faksi.....08 6156 5148

Avoimma ma-to klo 8-15, pe ja juhlapyhien
aatto klo 8-14

Päivystävä hoitaja, hoidontarpeen arviointi,
ohjaus, neuvonta ja ajanvaraus

.....08 6156 5164

Kansanterveyshoitaja.....08 6156 5126

SOTKAMO

Sotkamon terveysasema

Keskuskatu 9

Faksi.....08 6156 5029

Avoimma ma-to klo 8-16, pe ja juhlapyhien
aatto klo 8-15

Päivystävä hoitaja, hoidon tarpeen arviointi,
ohjaus, neuvonta ja ajanvaraus

.....08 6156 5009

Kansanterveyshoitajat

.....08 6156 5027

.....08 6156 5021

.....08 6156 5028

Potilastoimisto / kassa ma-pe klo 8-15

.....08 6156 5000

SUOMUSSALMI

Suomussalmen terveysasema

Välskärinkuja 2

Faksi.....08 6156 6195

Avoimma ma-to klo 8-16, pe klo 8-15, viikonlop-
puisin ja juhlapyhinä klo 9-18

Päivystävä hoitaja, hoidon tarpeen arviointi

ohjaus ja ajanvaraus.....08 6156 6200

Kansanterveyshoitajat.....08 6156 6232

.....08 6156 6226

.....08 6156 6225

.....08 6156 6218

.....08 6156 6210

Potilastoimisto avoimma ma-to klo 8-16, pe ja

juhlapyhien aatto klo 8-15.

Reseptien uusinta, neuvonta

.....08 6156 6212

TERVEYSKESKUS- SAIRAALAT

KAJAANI

Satamakatu 2

geriatrian ylilääkäri.....08 6156 7287

Osastonhoitaja.....044 710 1729

Akuuttiyksikkö, krs 2

Apulaisosastonhoitaja.....044 797 4837

Apulaisosastonhoitaja.....044 797 4584

Osastonsihteeri.....08 6156 7270

Sosiaaliohjaaja.....044 797 0433

Hoitajat, mod. 1, huoneet 1-6.....044 797 4663

Hoitajat, mod. 2, huoneet 8-12.....044 743 9363

Hoitajat, mod. 3, huoneet 13-15.....044 797 4826

Hoitajat, mod. 4, huoneet 17-19.....044 797 4284

Faksi.....08 6156 7400

Kuntoutusyksikkö, krs 3.

Apulaisosastonhoitaja.....044 797 0496

Osastonsihteeri.....08 6156 7281

Sosiaaliohjaaja.....044 797 0433

Puheterapeutti.....044 797 4917

Toimintaterapeutti.....044 797 4932

Fysioterapeutti.....044 797 0208

Hoitajat.....huoneet 8-12 044 797 4885

Hoitajat.....huoneet 13-15 044 797

4884

Faksi.....08 6156 7415

KUHMO

Kirkkokatu 16-20

Kanslia.....08 6156 5657

Osastonsihteeri.....08 6156 5658

Osastonhoitaja.....08 6156 5656

Faksi.....08 6156 5660

SOTKAMO

Keskuskatu 9

Osastonhoitaja.....044 797 0189

Kanslia/Hoitajat.....08 6156 5031

Osastonsihteeri/Hoitajat.....08 6156 5032

Faksi.....08 6156 5035

SUOMUSSALMI

Välskärinkuja 2

Osastonhoitaja.....044 797 0522

Hoitajat.....08 6156 6251

.....08 6156 6250

Kotiutushoitaja.....044 797 0563

Osastonsihteeri.....08 6156 6253

Faksi.....08 6156 6245

TERVEYSVALVONTA/ TERVEYSTARKASTAJAT

Terveysvalvonnan tehtäviin kuuluvat elintar-
vikevalvonta, asuinhuoneistojen ja muiden
huoneistojen valvonta, talousvesi-, uimavesi-
ja uima-allasvesivalvonta, tupakkatuotteiden
myynnin ja mainonnan sekä tupakointikieltojen
valvonta

KAJAANI

Satamakatu 2 B

Ympäristöterveysjohtaja

Nykänen Päivi.....044 710 0830

HYRYNSALMI, PUOLANKA, SUOMUSSALMI

Laskutie 1

Terveystarkastaja

Moilanen Raija.....044 710 4423

KAJAANI, PALTAMO, RISTIJÄRVI

Satamakatu 2 B, Kajaani

Toimistosihiteeri

Partanen Paula.....044 797 4846

Terveystarkastajat

Hämäläinen Janne.....044 710 0832

Kettunen Pekka.....044 710 0831

Parikka Päivi.....044 710 0932

Partanen Maarit.....044 288 5518

KUHMO

Kirkkotie 16-20

Terveystarkastajat
 Allas Pentti.....044 797 0303
 Moilanen Juha044 797 0304

SOTKAMO

Akkoniementie 10
 Terveystarkastajat
 Vuolli Virpi.....044 750 2133
 Valtomaa Hannele044 797 4399

SUOMUSSALMI, PUOLANKA

Kauppakatu 20, Suomussalmi
 Terveystarkastaja
 Minkinen Pertti.....044 777 3052

TOIMEENTULOTUKI JA VÄLITYSTILIT

Toimeentulotuki on viimesijainen taloudellinen tukimuoto, jonka tarkoituksena on turvata henkilön tai perheen vähintään välttämätön toimeentulo. Ennen toimeentulotuen myöntämistä selvitetään henkilön tai perheen mahdollisuudet saada toimeentulonsa muista tulonlähteistä esim. ensisijaisista sosiaaliturvaetuksista, säästöistä tai työ- ja yrittäjätuloista. Asiakas jättää kirjallisen toimeentulotukihakemuksen liitteineen oman kuntansa sosiaalitoimistoon.

Toimeentulotukea voi hakea myös sähköisesti: sote.kainuu.fi/verkkoasiointi -> Toimeentulotuen hakeminen. Voit myös asioida Omasoten kautta: omasote.kainuu.fi

Vuoden 2016 loppuun saakka voit hoitaa kaikki toimeentulotuen asiat kotikuntasi sosiaalitoimistossa. Perustoimeentulotukea haetaan 1.1.2017 alkaen Kelasta. Lisätietoa saa lähimmästä Kelan toimistosta tai internetistä osoitteesta: www.kela.fi

Toimeentulotukipäällikkö
 Tikkanen Paula.....044 797 4391

HYRYNSALMI

Hyrynsalmen sosiaalitoimisto, Laskutie 1
 Avoinna arkisin klo 9–15
 Toimeentulotuki ja välitystilili ma–pe klo 9–10
044 797 0924

KAJAANI

Kajaanin sosiaalipalvelukeskus, Osmonkatu 3
 Vaihde.....08 615 61
 Avoinna arkisin klo 9–15
 Neuvonta ja hakemusten vastaanotto
 Virastomestari.....08 6156 7707
044 744 1374
 Päätösten tiedustelu toimeentulotukisihteereiltä
 arkisin puhelinajalla klo 13–14
 Vaihde.....08 615 61

Vuolijoen toimipiste, Papintie 2
 Avoinna ma ja pe klo 9–11
 Kirjalliset toimeentulotukiasiat ma–pe klo 13–14
 Vaihde08 615 61

KUHMO

Kuhmon sosiaalitoimisto, Kainuuntie 89
 Avoinna arkisin klo 9–14.
 Neuvonta ja hakemusten vastaanotto
044 739 2195
 Toimeentulotuki ja välitystilili arkisin klo 9–10
044 797 4799
044 797 4798

PALTAMO

Paltamon sosiaalitoimisto, Vaarankyläntie 7
 Avoinna arkisin ti–pe klo 9–11
 Toimeentulotuki arkisin klo 13–14
044 797 4175

RISTIJÄRVI

Ristijärven sosiaalitoimisto, Aholantie 25
 Avoinna arkisin klo 9–11
 Toimeentulotuki ma–pe klo 9–11, puhelinaika
 klo 13–14.....044 715 9319

SOTKAMO

Sotkamon sosiaalitoimisto, Keskuskatu 9
 Avoinna arkisin klo 9–12.
 Neuvonta ja hakemusten vastaanotto
044 797 0088
 Toimeentulotuki ja välitystilili ma–pe klo 9–10
044 797 4819
044 797 4092

SUOMUSSALMI

Suomussalmen sosiaalitoimisto,
 Välskärinkuja 1
 Avoinna arkisin klo 9–15
 Neuvonta ja hakemusten vastaanotto
044 797 4010

Toimeentulotuki ma–pe klo 12.30–13.30
044 797 0761
044 497 5078
 Välitystilili ma–pe klo 12.30–13.30
044 797 0207

TOIMINTATERAPIA

Toimintaterapialla pyritään siihen, että asiakkaalla on mahdollisuus osallistua toimintakyvyn rajoituksista ja ympäristöllisistä esteistä huolimatta. Kainuun alueella palvelut on kohdennettu alle kouluikäisiin lapsiin, yli 65-vuotiaisiin neurologisiin jatkokuntoutujiin sekä apuvälineitä tarvitseviin asiakkaisiin. Kajaanin seudun sairaalan kuntoutusyksikössä palvelut ovat kohdennettu aikuisneurologisiin kuntoutujiin. Toimialueena koko Kainuu.

KAJAANI

Kuntoutusyksikkö
 Satamakatu 2
 Toimintaterapeutit
 Harju Jenni044 797 4932
 Niemi Pirta.....044 797 5215

KAJAANI, PALTAMO, RISTIJÄRVI

Satamakatu 2
 Toimintaterapeutit
 Manninen Katja (lapset).....044 797 0680
 Niemi Pirta (pienapuvälineet)044 797 5215

SUOMUSSALMI, HYRYNSALMI

Välskärinkuja 2
 Toimintaterapeutti
 Saarela Virpi.....044 797 4045

SOTKAMO, KUHMO

Keskuskatu 9
 Toimintaterapeutti
 Hanna Huttunen044 797 4193

TULKKIPALVELUT

(Vammaispalvelulain mukaiset)

Vammaisten henkilöiden tulkkipalvelut ovat siirtyneet Kelan hoidettavaksi 1.9.2010 alkaen. Lisätietoa saa lähimmästä Kelan toimistosta tai internetistä osoitteesta: www.kela.fi

TURVAKOTI

Turvakoti on tarkoitettu kaikille lähisuhteissaan väkivaltaa tai sen uhkaa kokeneille iästä ja sukupuolesta riippumatta. Turvakotiin voi tulla mihin kellonaikaan tahansa. Turvakodissa voi asioida myös nimettömänä. Lähisuhde- ja perheväkivaltaa tai sen uhkaa kokeva voi ottaa suoraan yhteyttä turvakotiin. Palvelu on asiakkaille maksutonta.

Turvakoti tarjoaa välitöntä kriisiapua, ympärivuorokautista turvattua asumista sekä akuuttiin tilanteeseen liittyvää psykososiaalista tukea, neuvontaa ja ohjausta. Turvakotiasiakkaan tiedot kirjataan asiakastietojärjestelmään. Kajaanissa lastenkoti SalmiLan on varattu yksi perhepaikka. SalmiLassa toimiva turvakoti on Oulun turvakodin etäyksikkö ja palvelee koko Kainuuta. Kajaanin turvakodin ollessa täynnä asiakas voidaan ohjata muihin turvakoteihin, joista lähimmät sijaitsevat Oulussa, Rovaniemellä, Raahessa ja Kuopiossa. Avun saanti ei jää kiinni siitä, että Kajaanin turvakoti olisi sillä hetkellä varattu.

Lastenkoti SalmiLan turvakoti
 paikkatiedustelut.....044 797 5252
 Lastenkoti SalmiLan johtaja
 Kovalainen Pentti.....044 797 0673

TYÖTERVEYSHUOLTO

Kainuun Työterveys -liikelaitos
 Tehdaskatu 11, Kajaani

Tarjoamme kainuulaisille yrityksille, yhteisöille ja julkisille laitoksille hyvän työterveyshuoltokäytännön mukaisia terveydenhuollon palveluita

Työterveyshuollossa voit asioida myös Omasoten kautta: omasote.kainuu.fi

Vt. toimitusjohtaja
 Alatalo Eija044 797 0603
 Vastaava työterveyslääkäri
 Suorsa-Peltonen Satu044 797 4384
 Vastaava työterveyshoitaja
 Tervo Riitta044 797 0246
 Työterveyshoitaja
 Hynynen Sari044 797 0260
 Työterveyssihteeri

Pekkarinen Marja.....044 797 0080
Sopimukset
Seppänen Saara.....044 797 5360

HYRYNSALMI

Kiviöntie 11
Työterveysavustaja
Partanen Tuula044 797 0234
Työterveyshoitaja
Astikainen Päivi044 797 4154

KAJAANI

Tehdaskatu 11
Ajanvaraus08 6156 7311
Työterveyslääkärit.....08 6156 7311
Työterveyspsykologit08 6156 7311
Työterveysavustajat
Konttinen Marja044 797 0414
Okkonen Kristiina044 797 0415
Työterveyssihteeri
Seppänen Eija044 797 0416
Työterveyssihteeri, laskutus
Huusko Anita044 797 0082
Työterveysavustaja, laskutus
Peltonen Merja044 797 0081
Työterveyshoitajat
Anttonen Anita044 710 1317
Lahti Anne.....044 710 1322
Juntunen Aija044 710 1312
Immonen Jaana.....044 797 0622
Pääkkönen Lauri.....044 797 0247
Heinistö Anna-Kaisa044 797 0645
Oikarinen Asta044 797 0532
Ollila Raija044 710 1314
Tuunainen Ella.....044 797 5337
Rusanen Raija044 797 0016
Työfysioterapeutit
Parkkila Ulla.....044 710 1377
Perhovaara Lenita044 797 0642
Pudas Eeva.....044 797 0534

KUHMO

Kirkkotie 16-20
Työterveysavustaja
Polvinen Seija.....044 259 3400
Työterveyslääkärit.....044 259 3400
Työterveyshoitajat
Kempainen Anna-Leena044 797 0623
Toivainen Pia044 259 3402
Työfysioterapeutti
Huotari Senja.....044 797 4129

PALTAMO

Sairaالاتie 7
Työterveysavustaja
Partanen Tuula044 797 0234
Työterveyshoitaja
Astikainen Päivi044 797 4154

RISTIJÄRVI

Saukontie 1
Työterveysavustaja
Partanen Tuula044 797 0234
Työterveyshoitaja
Karttimo Anna-Liisa044 797 4392

SOTKAMO

Keskuskatu 11, 2. krs
Työterveysavustaja
Mustonen Tarja044 797 4278
Työterveyslääkärit.....044 797 4278
Työterveyshoitajat
Laitinen Irene.....044 797 0160
Ahtonen Päivi044 797 0161
Rautiainen Irene044 797 0159
Työfysioterapeutti
Määttä Ilkka044 797 0213

SUOMUSSALMI

Välskärinkuja 2
Työterveyssihteeri
Heikkinen Arja.....044 797 4994
Työterveyslääkäri.....044 797 4994
Työterveyshoitajat
Karttimo Anna-Liisa044 797 4392
Seppänen Saara.....044 710 4463
Pöllänen Satu044 797 0236
Työfysioterapeutti
Aarnio Eija044 797 0668

VAMMAISPALVELUT

Vammaispalveluista Kainuun sotessa vastaa vammaispalveluiden vastuualuepäällikkö.

Vastuualuepäällikkö
Kainulainen Anna-Liisa044 750 2160

Vammaispalvelulain mukaiset palvelut

Johtava sosiaalityöntekijä
Suorsa Eija0400 197 235

Vammaispalvelulain (VpL) mukaisia palveluita ovat esim. apuvälineet, henkilökohtainen apu, kuljetuspalvelut, palveluasuminen jne. VpL:n mukaisia palveluja hoitavat sosiaaliohjaajat ja -työntekijät kunnittain:

KAJAANI / LÄNSI-ETELÄ, VUOLIJOKI

Koskikatu 1, 2 krs. Kajaani
Sosiaalityöntekijä
Rautiainen Maarit044 710 1742
Puh.aika ma-pe klo 9-10
Toimistosihiteeri
Heikkinen Minna.....044 797 4279

KAJAANI / ITÄ-POHJOINEN-ETELÄ

Koskikatu 1, 2 krs. Kajaani
Sosiaalityöntekijä
Karvinen Hanna.....044 723 9952
Puh.aika ma-pe klo 9-10
Toimistosihiteeri
Heikkinen Minna.....044 797 4279

KAJAANI / LÄNSI-POHJOINEN, PALTAMO, RISTIJÄRVI

Koskikatu 1, 2 krs. Kajaani
Sosiaaliohjaaja, seksuaalineuvoja
Juntunen Ulla.....044 710 1721
Puh.aika ma-pe klo 9-10
Toimistosihiteeri
Auvinen Raija044 797 0026

KUHMO

Kuhmon sosiaalitoimisto
Kainuuntie 89, Kuhmo
Sosiaaliohjaaja
Tervo Virpi.....044 797 0341
Puh.aika ma-pe klo 9-10
Toimistosihiteeri
Heikkinen Minna.....044 797 4279

SOTKAMO

Sotkamon sosiaalitoimisto
Keskuskatu 9, Sotkamo
Sosiaalityöntekijä
Pääkkönen Tarja.....044 797 4830
Puh.aika ma-pe klo 9-10
Toimistosihiteeri
Heikkinen Minna.....044 797 4279

SUOMUSSALMI, HYRYNSALMI

Kauppakatu 20, Suomussalmi
Sosiaaliohjaaja
Seppänen Seija044 569 7477

Puh.aika ma-pe klo 9-10
Toimistosihiteeri
Auvinen Raija044 797 0026

Vammaispalvelulain mukainen sopeutumisvalmennus

Koivukoskenkatu 14, Kajaani
Sosiaalityöntekijä
Nissinen Tiina.....044 797 4964

Henkilökohtaisen avun asiat

Koskikatu 1, 2 krs, Kajaani
Palvelusihteeri
Heiman Eva.....044 797 4268
Puh.aika kiireelliset asiat ma-pe klo 8-9,
muut asiat ma-to klo 9-11.30

Vammaispalvelulain mukaiset asumispalvelut

Koskikatu 1, 2 krs, Kajaani
Palvelusuunnittelija
Lukkari Sanna.....044 750 2799

Vammaispalvelulain mukaisten kuljetuspalvelujen tilaukset

.....08 6156 2018

Kehitysvammalain mukaiset palvelut

Palvelupäällikkö
Rautio Maarit044 797 0359

Kehitysvammapalveluilla tarkoitetaan kehitysvammalain mukaisia palveluita, joita ovat mm. kehitysvammaisten henkilöiden palveluohjaus heitä koskevissa asioissa, tilapäishoito, asumisen tukeminen ja asumispalvelut sekä päiväaikaisen toiminnan järjestäminen.

HYRYNSALMI

Laskutie 10
Palveluesimies
Viinikainen Aila044 710 4484
Kauppakatu 20, Suomussalmi
Toimistosihiteeri
Auvinen Raija044 797 0026
Palveluasumisen ostot, Koskikatu 1, 2. krs, Kajaani
Toimistosihiteeri
Patronen Kaija.....044 797 4005

Sosiaali- ja palveluohjaus

Kauppakatu 20, Suomussalmi
 Sosiaaliohjaaja
 Anttonen Anita044 797 0472

Päiväaikainen toiminta

Toimintakeskus Teema, Laskutie 10
 Ohjaajat044 797 0203
044 710 4469
044 710 4484

Autetut asumispalvelut

Ryhmäkoti Helmi, Laskutie 10
 Ohjaajat044 797 0650

KAJAANI

Kajaanin tuettu asuminen ja
 Kalliokadun ryhmäkoti ja
 Puistokulman ryhmäkoti
 Palveluesimies
 Malin Marja044 797 0186
 Asemakatu 5 C 45
 Pölyvaaran asumisyksikkö, alaikäisten tila-
 päishoito laitoshoidona
 Palveluesimies
 Huotari Liisa044 797 0557
 Pölyvaarantie 3
 Kajaanin päivätoiminta, aikuisten laitoshoidon
 Osastonhoitaja
 Manninen, Ari-Pekka044 797 0596
 Pölyvaarantie 3
 Sirkunkujan asumisyksikkö, Ryhmäkoti Risto-
 koti, Vuolijoen Työkeskus
 Palveluesimies
 Määttä Tuula044 797 4128
 Vuolijontie 4 A
 Toimisto, Koskikatu 1, 2 krs.
 Toimistosihtööri
 Leinonen Teija044 797 4833
 Palveluasumisen ostot, Koskikatu 1, 2. krs,
 Kajaani
 Toimistosihtööri
 Patronen Kaija044 797 4005

Sosiaali- ja palveluohjaus

Koskikatu 1 2 krs.
 Sosiaaliohjaaja
 Heikkinen Pilvi044 710 1703

Päiväaikainen toiminta

Toimintakeskus Pihlaja, Sirkunpolku 1 B
044 797 4083
044 710 1794

Pajula, Teknologiaraitti 1044 797 4100
 Tiimivastaava044 797 4083
 Vuolijoen työkeskus, Nissiläntie 6
 Ohjaajat044 715 7143

Ohjatut asumispalvelut

Kalliokadun ryhmäkoti, Kalliokatu 11
044 797 0216
 Pölyvaaran asumisyksikkö
 Pölyvaarantie 3044 715 6930
044 797 0091

Autetut asumispalvelut

Puistokulman ryhmäkoti
 Puistolantie 3308 618 0010
044 710 1012
 Sirkunkujan asumisyksikkö044 721 7328
 Ryhmäkoti Ristokoti
 Vuolijontie 4 B044 797 4250

Tukiasunto-ohjaus

Ohjaajat, Asemakatu044 710 1390
044 710 1391
 Asemakatu 5 C:n ohjaajat044 797 0218
044 797 0215

KUHMO

Kuntokatu 2
 Palveluesimies
 Heikkinen Mervi044 797 4835
 Toimisto, Kappelikuja 7
 Toimistosihtööri
 Huotari Seija044 797 4967
 Palveluasumisen ostot, Koskikatu 1, 2. krs,
 Kajaani
 Toimistosihtööri
 Patronen Kaija044 797 4005

Sosiaali- ja palveluohjaus

Kainuuntie 89, Kuhmo
 Sosiaaliohjaaja
 Tervo Virpi044 797 0341

Päiväaikainen toiminta

Kuhmon työkeskus, Kuntokatu 7
 Ohjaajat, tekstiiliosasto044 797 0628
 Ohjaajat, tekninen osasto044 797 0625
 Ohjaajat, keittiö044 797 4854
 Toimintakeskus Touhula, Kuntokatu 2
044 797 0360

Ohjatut asumispalvelut

Mäntykangaskoti, Kappelikuja 13 A
08 6156 5779

.....044 797 0306
044 797 0612

Autetut asumispalvelut

Levälahtikoti, Levälähdentie 17
044 797 0367
044 797 0630

Tukiasunto-ohjaus

Mäntykangaskoti, Kappelikuja 13 A
044 797 0306

PALTAMO

Laskutie 10, Hyrynsalmi
 Palveluesimies
 Viinikainen Aila044 710 4484
 Toimisto, Koskikatu 1, 2 krs. Kajaani
 Toimistosihtööri
 Leinonen Teija044 797 4833
 Palveluasumisen ostot, Koskikatu 1, 2. krs,
 Kajaani
 Toimistosihtööri
 Patronen Kaija044 797 4005

Sosiaali- ja palveluohjaus

Keskuskatu 9, Sotkamo
 Sosiaalityöntekijä
 Tervo Sanna044 755 4541

Päiväaikainen toiminta

Paltamon työkeskus, Vaarankyläntie 3
08 6156 5370
044 797 0589

Ohjatut asumispalvelut

Ryhmäkoti Kotitupa, Salmelankuja 5
044 288 5333

PUOLANKA**Ohjatut asumispalvelut**

Ryhmäkoti Käpylä, Käpytie 2
08 751 590
044 797 0141
 Palveluesimies
 Kallio Merja044 777 3015

RISTIJARVI

Laskutie 10, Hyrynsalmi
 Palveluesimies
 Viinikainen Aila044 710 4484
 Toimisto Koskikatu 1, 2 krs. Kajaani
 Toimistosihtööri
 Leinonen Teija044 797 4833

Palveluasumisen ostot, Koskikatu 1, 2. krs,
 Kajaani
 Toimistosihtööri
 Patronen Kaija044 797 4005

Sosiaali- ja palveluohjaus

Kauppakatu 20, Suomussalmi
 Sosiaaliohjaaja
 Anttonen Anita044 797 0472

Päiväaikainen toiminta

Toimintakeskus Unikko, Aholantie 14, ke ja to
044 797 0217

Ohjatut asumispalvelut

Esalan ryhmäkoti, Esalantie 36
08 681 629
044 715 6802

SOTKAMO

Alkulantie 15 G
 Palveluesimies
 Kokko Saija044 750 2796
 Toimisto Kappelikuja 7, Kuhmo
 Toimistosihtööri
 Huotari Seija044 797 4967
 Palveluasumisen ostot, Koskikatu 1, 2. krs,
 Kajaani
 Toimistosihtööri
 Patronen Kaija044 797 4005

Sosiaali- ja palveluohjaus

Keskuskatu 9, Sotkamo
 Sosiaalityöntekijä
 Tervo Sanna044 755 4541

Päiväaikainen toiminta

Toimintakeskus Leivola, Alkulantie 15 G
044 750 2250
 Sotkamon työkeskus, Ratatie 9
 Ohjaajat, tekstiiliosasto044 797 4821
 Ohjaajat, puutyöosasto044 797 0022
 Ohjaajat, keittiö/laitoshuolto044 797 0023

Ohjatut asumispalvelut

Ryhmäkoti Puolukka, Rantatie 3 B
044 797 0210

Autetut asumispalvelut

Ryhmäkoti Eskola, Marjapolku 4
044 797 0212
044 797 0211

Tukiasunto-ohjaus

Ohjaajat044 750 2706
044 750 2769

SUOMUSSALMI

Hakakatu 1 E
 Palveluesimies
 Kallio Merja044 777 3015
 Kauppakatu 20
 Toimistosiihteeri
 Auvinen Raija044 797 0026
 Palveluasumisen ostot, Koskikatu 1, 2. krs,
 Kajaani
 Toimistosiihteeri
 Patronen Kaija044 797 4005

Sosiaali- ja palveluohjaus

Kauppakatu 20, Suomussalmi
 Sosiaaliohjaaja
 Anttonen Anita044 797 0472

Päiväaikainen toiminta

Toimintakeskus Päivälä, Hakakatu 1 E
 Ohjaajat, kodinhoito044 777 3120
 Ohjaajat, puutyö044 797 0607
044 797 7247
 Ohjaajat, käsityö044 797 0608
044 797 0606
 Ohjaajat, päivätoiminta044 777 3119
044 797 4044
044 797 0025
 Ohjaajat, avotyötoiminta044 777 3015

Asumisen ohjaus

.....044 507 8693
044 565 5011

Autetut asumispalvelut

Ryhmäkoti Tähtelä-Kaiku, Hakakatu 1 E
044 586 5292
044 797 0649
044 797 0648

Laitoshoito

Kuusanmäen palvelukeskus
 Pölyvaarantie 3, 87250 Kajaani

Aikuisten laitoshoido, osasto 24

Osastonhoitaja
 Manninen Ari-Pekka044 797 0596
 Talo 2044 797 0669
 Talo 4044 715 6940

Alaikäisten tilapäishoito laitoksessa, osasto 22

Palveluesimies
 Huotari Liisa044 797 0557
 Kulkuri050 540 3849
 Karpalo044 797 4276

Erityishuollon poliklinikka

Koivukoskenkatu 14, Kajaani
 Toimisto, toimistosiihteeri
 Koponen Milla044 797 0519
 Ylilääkäri
 Määttä Tuomo044 715 6905
 Kuntoutusohjaaja
 Heikkinen Miia044 797 0518
 Sosiaalityöntekijä
 Nissinen Tiina044 797 4964
 Puheterapeutti
 Kemppainen Tiia044 715 6955
 Fysioterapeutti
 Mikkonen Helena050 540 3846
 Psykologi
 Flöjt-Leinonen Laura044 715 6965
 Viittomakielen tulkki, kommunikaatio-ohjaaja
 Sinokki Niina044 797 4776

VANHUSPALVELUT

Vanhuspalvelujen tulosalue tuottaa, järjestää ja koordinoi asiakas- sekä palveluohjauksen keinoin kainuulaisille vanhuksille kotona asumista tukevia palveluja sekä ympärivuorokautisia hoivapalveluja.

Vanhuspalvelujohtaja

Tolonen Eija044 710 1669
 Johdon sihteeri
 Huovinen Tuula044 797 0524

KOTONA ASUMISTA TUKEVAT PALVELUT

Välskärinkuja 2, 89600 Suomussalmi
 Vastuualuepäällikkö
 Rämä Eija044 581 1491

Kotona asumista tukevat palvelut muodostuvat kotihoidosta, omaishoidosta, perhehoidosta sekä sosiaalihuoltoasetuksen mukaisista

tukipalveluista. Kotihoito on harkinnanvaraista, asiakkaan yksilöllisiin tarpeisiin perustuvaa kotona tapahtuvaa henkilökohtaista hoivaa ja huolenpitoa sekä terveyden- ja sairaanhoitoa. Kotona asumista tukevien palvelujen tavoitteena on turvata mahdollisimman normaali elämä omassa kodissa tukemalla ja avustamalla asiakasta.

KAJAANI-PALTAMO**KAJAANI-PALTAMO PALVELUALUE**

Linnankatu 6 B 1.krs, 87100 Kajaani
 Palvelupäälliköt
 Kajaani
 Heinistö Ritva044 710 1251
 Paltamo-Vuolijoki
 Moisanen Merja044 797 4777
 Toimistosiihteeri044 797 4281
 Toimistosiihteeri044 797 4267

KAJAANI**Kajaani, eteläinen tiimi**

Linnankatu 6 B 1.krs, 87100 Kajaani
 Palveluesimies044 797 0198
 Apulaispalveluesimies044 797 0099
 Sairaanhoitaja044 710 1902
 Sairaanhoitaja044 710 1248
 Sosiaaliohjaus044 797 4910

Kajaani, keskustan tiimi

Linnankatu 6 B 1.krs, 87100 Kajaani
 Palveluesimies044 710 1752
 Apulaispalveluesimies044 797 0099
 Sairaanhoitaja044 710 1724
 Sairaanhoitaja044 710 1940
 Sosiaaliohjaus044 737 9442

Kajaani, pohjoinen tiimi

Linnankatu 6 B 1.krs, 87100 Kajaani
 Palveluesimies044 710 1710
 Apulaispalveluesimies044 710 1730
 Sairaanhoitaja044 710 1434
 Sairaanhoitaja044 710 1905
 Sosiaaliohjaus044 288 5237

Tehostettu kotisairaanhoito044 797 4346
 Tehostettu kotisairaanhoito044 797 4347

Kajaani, päivätoiminta

Kuurnantie 7, 87250 Kajaani
 Sairaanhoitaja044 797 4348

Kajaani, Vuolijoen kotihoito

Papintie 2, 88270 Vuolijoki
 Palvelupäällikkö044 797 4777
 Palveluesimies044 715 7119
 Apulaispalveluesimies044 715 7147
 Sairaanhoitaja044 715 7111
 Sosiaaliohjaus044 737 9442

PALTAMO**Paltamon kotihoito**

Sairaالاتie 7, 88300 Paltamo
 Palvelupäällikkö044 797 4777
 Palveluesimies044 288 5908
 Apulaispalveluesimies044 797 4349
 Toimistosiihteeri044 797 4267
 Sairaanhoitaja044 288 5346
 Sairaanhoitaja044 288 5365
 Sairaanhoitaja044 288 5367

Paltamo, päivätoiminta

Sairaالاتie 7, 88300 Paltamo
 Ohjaaja044 288 5322

KUHMO-SOTKAMO PALVELUALUE

Keskuskatu 9, 88600 Sotkamo
 Palvelupäällikkö
 Hyvönen Pirkko044 750 2169
 Toimistosiihteeri044 797 0327

KUHMO**Kuhmon kotihoito**

Koulukatu 10, 88900 Kuhmo
 Palveluesimies044 797 0309
 Palveluesimies044 797 0372

Kuhmon kotihoito, Pallotuvan tiimi

Sairaanhoitaja044 797 0325
 Sairaanhoitaja044 797 0338

Kuhmon kotihoito, Kontio-Piilolan tiimi

Sairaanhoitaja044 797 0646
 Sairaanhoitaja044 797 0346

Kuhmon kotihoito, Levälähden tiimi

Sairaanhoitaja044 797 0647

Kuhmon kotihoito, Lepokynnään tiimi

Sairaanhoitaja044 797 0334

SOTKAMO**Sotkamon kotihoito**

Keskuskatu 9, 88600 Sotkamo
 Palveluesimies044 750 2168
 Palveluesimies044 750 2837

Sotkamon kotihoito, Iltakodit

Keskuskatu 9, 88600 Sotkamo
 Sairaanhoitaja044 750 2853

Sotkamon kotihoito, Sommeli

Sairaanhoitaja.....044 750 2768

Sotkamon kotihoito, Pitäjä

Sairaanhoitaja.....044 750 2465

Sairaanhoitaja.....044 750 2466

Sairaanhoitaja.....044 750 2464

Sairaanhoitaja.....044 750 2712

Sairaanhoitaja.....044 750 2768

**SUOMUSSALMI, HYRYNSALMI, RISTIJÄRVI
PALVELUALUE****Suomussalmen kotihoito**

Välskärinkuja 2, 89600 Suomussalmi

Palvelupäällikkö

Heikkinen Marja.....044 777 3065

Palvelusihteeri044 797 4340

Palveluesimies.....044 026 0165

Palveluesimies.....044 797 0514

Suomussalmen kotihoito, kirkonkylä

Välskärinkuja 2, 89600 Suomussalmi

Sairaanhoitaja044 024 2605

Sairaanhoitaja044 777 3312

**Suomussalmen kotihoito, Ämmänsaari,
keskusta**

Sairaanhoitaja044 026 0169

**Suomussalmen kotihoito, Ämmänsaari,
keskusta, Siikaranta**

Sairaanhoitaja044 024 2603

**Suomussalmen kotihoito, Ämmänsaari,
Pitämä, Kaljuskylä**

Sairaanhoitaja044 764 7319

Suomussalmen kotihoito, Näljänkä

Sairaanhoitaja044 026 0198

**Suomussalmen kotihoito, Piispajärvi, Sel-
koskylä**

Sairaanhoitaja044 026 0179

**Suomussalmen kotihoito, Jumalsiskylä,
Vuokki**

Sairaanhoitaja044 797 4457

Päivätoiminta044 797 0243

Fysioterapeutti044 797 0516

HYRYNSALMI**Hyrnsalmen kotihoito**

Laskutie 2 C 10, 89400 Hyrynsalmi

Palveluesimies.....044 715 9328

Apulaispalveluesimies044 710 4482

Sairaanhoitaja044 710 4472

RISTIJÄRVI**Ristijärven kotihoito**

Aholantie 30 B 6, 88400 Ristijärvi

Palveluesimies.....044 715 9328

Apulaispalveluesimies044 715 9336

Sairaanhoitaja044 715 9327

Sairaanhoitaja044 797 4795

*Muiden kuin Kainuun soten tarjoamista oma-
kustanteisista kotona asumista tukevista
palvelusta löydät tietoa Hyvinvoinnin palvelu-
tarjottimelta: palvelutarjotin.kainuu.fi*

**VANHUSTEN
ATERIAPALVELUT**

Kotiin kuljetettavan aterian myöntämispes-
rusteena on toimintakyvyn aleneminen joko
tilapäisesti tai pysyvästi, eikä henkilö pysty itse
valmistamaan ateriaa.

Palvelu- ja asiakasohjaus

Kajaani.....044 748 4030

Sotkamo044 748 4838

Kuhmo044 748 4633

Paltamo044 748 4893

Suomussalmi.....044 748 4392

Hyrynsalmi.....044 748 4642

Ristijärvi.....044 744 8192

Palvelu- ja asiakasohjaus, sähköposti
palveluohjaus.vanhuspalvelut@kainuu.fi

Sotainvalidien lounassetelit**KAJAANI-VUOLIJOKI-PALTAMO**

Kajaani Info

Pohjolankatu 13, 87100 Kajaani

Toimistos sihteeri.....044 797 4281

KUHMO

Kuhmon kotihoito

Koulukatu 10, 88900 Kuhmo

Toimistos sihteeri.....044 797 0327

SOTKAMO

Sotkamon kotihoito

Keskuskatu 9, 88600 Sotkamo

Toimistos sihteeri.....044 797 0327

HYRYNSALMI, RISTIJÄRVI, SUOMUSSALMI

Suomussalmen kotihoito

Välskärinkuja 2, 89600 Suomussalmi

Palvelusihteeri044 797 4340

*Muiden kuin Kainuun soten tarjoamista oma-
kustanteisista kotiin kuljetettavista ateriapalve-
luista löydät tietoa Hyvinvoinnin palvelutarjotti-
melta: palvelutarjotin.kainuu.fi*

**MUISTINEUVOLA
(vanhuspalvelut)**

Askarruttaako muisti, unohteletko asioita?

Vanhuspalvelujen kotihoidon muistihoitajiin voi
ottaa yhteyttä.

HYRYNSALMI

Hyrynsalmen kotihoito

Laskutie 2 C 10, 89400 Hyrynsalmi

Ajanvaraus ma-pe klo 8-9.....044 026 0176

KAJAANI

Kajaanin pääterveysasema

Satamakatu 2 A, 87100 Kajaani

Muistipoliklinikka044 797 4431

Muistineuvola.....044 797 0627

Ajanvaraus ma-pe klo 8 - 9.....044 797 0627

Vuolijoen terveysasema

Papintie 2, 88270 Vuolijoki

Ajanvaraus ma-pe klo 8-9.....044 797 0079

KUHMO

Kuhmon kotihoito

Koulukatu 10, 88900 Kuhmo

Ajanvaraus ma-pe klo 8-9044 797 0314

PALTAMO

Paltamon terveysasema

Sairaالات 7, 88300 Paltamo

Ajanvaraus ma-pe klo 8-9.....044 797 0079

RISTIJÄRVI

Ristijärven terveysasema

Aholantie 30 B 6, 88400 Ristijärvi

Ajanvaraus ma-pe klo 8-9.....044 797 0079

SOTKAMO

Sotkamon terveysasema

Keskuskatu 9, 88600 Sotkamo

Ajanvaraus ma-pe klo 8-9044 750 2460

SUOMUSSALMI

Suomussalmen kotihoito

Välskärinkuja 2, 89600 Suomussalmi

Ajanvaraus ma-pe klo 8-9044 026 0176

**OMAISHOIDONTUKI
YLI 65-VUOTIAAT**

Omaishoidon tuella tarkoitetaan vanhuksen,
vammaisen tai sairaan henkilön hoidon tai muun
huolenpidon järjestämistä kotioloissa omaisen
tai muun hoidettavalle läheisen henkilön avulla.
Omaishoidon tuella tarkoitetaan kokonaisuutta,
joka muodostuu hoidettavalle annettavista pal-
veluista sekä omaishoitajalle annettavasta hoi-
topalkkiosta, vapaasta ja omaishoitoa tukevista
palveluista. Omaishoitaja voi olla hoidettavan
omainen tai muu läheinen henkilö, jonka terveys
ja toimintakyky vastaavat hoidon asettamia vaa-
timuksia. Omaishoidon tuki voidaan keskeyttää
tai lopettaa, jos sopimuksen jatkaminen ei ole
hoidettavan edun mukaista, vaarantaa hoitajan
tai hoidettavan terveyttä tai turvallisuutta tai
hoito käy tarpeettomaksi.

HYRYNSALMI

Hyrynsalmen kotihoito

Laskutie 2 C 10, 89400 Hyrynsalmi

Sosiaaliohjaaja.....044 710 4471

KAJAANI**Eteläinen tiimi**

Linnankatu 6 B 1.krs, 87100 Kajaani

Sosiaaliohjaus.....044 797 4910

Keskustan tiimi

Linnankatu 6 B 1. krs, 87100 Kajaani

Sosiaaliohjaus.....044 737 9442

Pohjoinen tiimi

Linnankatu 6 B 1.krs, 87100 Kajaani

Sosiaaliohjaus.....044 288 5237

Vuolijoen kotihoito

Papintie 2, 88270 Vuolijoki

Sosiaaliohjaus.....044 737 9442

KUHMO

Kuhmon kotihoito

Koulukatu 10, 88900 Kuhmo

Sosiaaliohjaus.....044 797 0339

PALTAMO

Paltamon kotihoito

Sairaalatie 7, 88300 Paltamo
 Sosiaaliohjaus..... 044 797 4349

RISTIJÄRVI

Ristijärven kotihoito
 Aholantie 30 B 6, 88400 Ristijärvi
 Sosiaaliohjaus044 710 4471

SOTKAMO

Sotkamon kotihoito
 Keskuskatu 9, 88600 Sotkamo
 Palveluesimies.....044 750 2168
 Sosiaaliohjaus.....044 797 0183

SUOMUSSALMI

Suomussalmen kotihoito
 Välskärinkuja 2, 89600 Suomussalmi
 Sosiaaliohjaus..... 044 721 9785

Ikäihmisten perhehoito

Ikäihmisten perhehoito on perhehoitajan kodissa annettavaa hoivaa ja huolenpitoa. Perhehoito voi olla joko lyhytaikaista tai jatkuvaa perhehoitoa.

HYRYNSALMI

Hyrnsalmen kotihoito
 Laskutie 2 C 10, 89400 Hyrynsalmi
 Palveluesimies.....044 715 9328
 Sosiaaliohjaaja.....044 710 4471

KAJAANI

Eteläinen, keskustan ja pohjoinen tiimi
 Linnankatu 6 B 1.krs, 87100 Kajaani
 Palveluesimies.....044 710 1710
 Sosiaaliohjaus.....044 288 5237
 Sosiaaliohjaus.....044 737 9442
 Sosiaaliohjaus.....044 797 4910

Vuolijoen kotihoito

Papintie 2, 88270 Vuolijoki
 Palveluesimies..... 044 715 7119
 Apulaispalveluesimies..... 044 715 7147
 Sosiaaliohjaus.....044 737 9442

KUHMO

Kuhmon kotihoito
 Koulukatu 10, 88900 Kuhmo
 Palveluesimies.....044 797 0309

PALTAMO

Paltamon kotihoito

Sairaalatie 7, 88300 Paltamo
 Palveluesimies.....044 288 5908
 Apulaispalveluesimies.....044 797 4349

RISTIJÄRVI

Ristijärven kotihoito
 Aholantie 30 B 6, 88400 Ristijärvi
 Palveluesimies.....044 715 9328
 Sosiaaliohjaaja.....044 710 4471

SOTKAMO

Sotkamon kotihoito
 Keskuskatu 9, 88600 Sotkamo
 Palveluesimies.....044 750 2168

SUOMUSSALMI

Suomussalmen kotihoito
 Välskärinkuja 2, 89600 Suomussalmi
 Palveluesimies.....044 026 0165
 Sosiaaliohjaaja..... 044 710 4471

KULJETUSPALVELUT (vanhuspalvelut)

Sosiaalihuoltolain mukainen kuljetuspalvelu
 Kuljetustuki on tarkoitettu ensisijaisesti vanhuk-
 sille, joilla on vamman tai sairauden muka-
 na tuomaa liikuntarajoitteisuutta ja julkisten
 joukkoliikennevälineen käyttö oleellisesti
 vaikeutunut. Asiakas maksaa taksipalvelusta
 omavastuuosuutena linja-autolipun hinnan.
 Kuljetustukea myönnetään asiointikäyttöön.

Palvelu- ja asiakasohjaus

Kajaani.....044 748 4030
 Sotkamo044 748 4838
 Kuhmo044 748 4633
 Paltamo044 748 4893
 Suomussalmi.....044 748 4392
 Hyrynsalmi.....044 748 4642
 Ristijärvi044 744 8192

Palvelu- ja asiakasohjaus, sähköposti
 palveluohjaus.vanhuspalvelut@kainuu.fi

Sosiaalihuoltolain mukaisten
 kuljetuspalvelujen tilaukset
08 6156 2018

TURVAPUHELINPALVELUT (vanhuspalvelut)

Kotiin voidaan tarvittaessa asentaa tavalli-
 seen puhelimeen lisälaitteeksi turvpuhelin.
 Turvpuhelin mahdollistaa ympärivuorokauti-
 sen avun saannin. Turvpuhelimella voidaan
 rannekkeen avulla hälyttää apua. Turvapu-
 helinpalvelun tarkoituksena on tukea kotona sel-
 viytymistä ja lisätä tarvittaessa turvallisuuden
 tunnetta sekä mahdollistaa avun saannin kotiin
 ympäri vuorokauden. Syrjäkylillä käytetään
 ensisijaisesti turva-auttajana lähiverkostoa, jos
 se on mahdollista.

Palvelu- ja asiakasohjaus

Kajaani.....044 748 4030
 Sotkamo044 748 4838
 Kuhmo044 748 4633
 Paltamo044 748 4893
 Suomussalmi.....044 748 4392
 Hyrynsalmi.....044 748 4642
 Ristijärvi.....044 744 8192

Palvelu- ja asiakasohjaus, sähköposti
 palveluohjaus.vanhuspalvelut@kainuu.fi

YMPÄRIVUOROKAUTISET HOIVAPALVELUT

Jos ikäihminen ei enää pärjää kotona, järjes-
 tetään hänelle hyvä ja turvallinen ympärivu-
 orokautinen hoivapalvelu mahdollisuuksien
 mukaan vanhuksen omia valintoja kunnioitta-
 en. Lähtökohtana ympärivuorokautisiin hoito- ja
 hoivapalveluihin siirtymiseen on se, että kaikki
 kotona asumista tukevat palvelut tukipalvelui-
 neen on käytetty ja arvioitu.

Vastuualuepäällikkö Keränen Pirjo
 044 797 0140

KAJAANI, PALTAMO PALVELUALUE

Palvelupäällikkö
 Tornberg Paula.....044 797 5227
 Palvelukeskus Kallio
 Tullikallionkatu 3, Kajaani
 Lyhytaikaishoidon ajanvaraus, ma-pe 10-15
044 797 4184
 Palveluesimies.....044 797 0149
 Palvelusihteeri044 767 9265

Tullikallionkatu 3, Kajaani
 Hoitokoti Toppila
 Palveluesimies.....044 797 0031
 Toppilanmutka 32, Salmijärvi
 Kajaanin hoivayksikkö
 Palveluesimies.....044 797 0032
 Satamakatu 2 A, 2 ja 3. krs., Kajaani
 Vuolijoen hoivayksikkö ja Emmakoti
 Papintie 2, Vuolijoki
 Palveluesimies.....044 797 4265
 Palvelusihteeri044 797 5206

PALTAMO

Hoitokoti Paltaranta
 Sairaalatie 7, Paltamo
 Palveluesimies.....044 288 5238
 Hoitokoti Jokirinne
 Salmelankuja 7 A, Paltamo
 Palveluesimies.....044 288 5238

KUHMO, SOTKAMO PALVELUALUE

Palvelupäällikkö
 Järvikallio Metti.....044 797 0351
 Hoitokoti Honkalinna
 Palveluesimies.....044 797 0629
 Kappelikuja 7, Kuhmo
 Toimistosuhteeri.....044 797 4967
 Lyhytaikaishoito, Kuntola044 797 4785
 Palvelukeskus Himmeli
 Palveluesimies.....044 797 4215
 Piilkitie 2, Sotkamo
 Palvelusihteeri044 797 4570
 Lyhytaikaishoito Kaskela044 797 4572
 Kuhmon laitoshoido
 Kirkkotie 16-20, Kuhmo
 Palveluesimies.....044 797 4035

SUOMUSSALMI, HYRYNSALMI, RISTIJÄRVI PALVELUALUE

Palvelupäällikkö
 Manninen Arja.....044 710 4461
 Palvelusihteeri044 797 4406
 Hoitokoti Välskäri
 Välskärinkuja 2, Suomussalmi
 Palveluesimies.....044 797 4369
08 615 66260
 Hoitokoti Jalonkoski
 Välskärinkuja 4, Suomussalmi
 Palveluesimies.....044 797 4369
044 777 3010
 Hyrynsalmen hoivayksikkö
 Kiviöntie 11, Hyrynsalmi
 Palveluesimies.....044 710 4464

Hyrnsalmen hoitokoti Laskutie 10, Hyrnsalmi Palveluesimies.....044 769 776108 615 54995	Ristijärven hoivayksikkö Saukontie 1, Ristijärvi Palveluesimies.....044 797 426608 615 65127
--	---

Ympäri vuorokautisen eli tehostetun palveluasumisen palvelusetelin hyväksytyistä palveluntuottajista ja palvelujen hinnoista löydät tietoa Hyvinvoinnin palvelutarjottimelta: palvelutarjotin.kainuu.fi

PALVELUOHJAUS JA OSTOPALVELUT VASTUUALUE

Palveluohjaus ja ostopalvelut -vastuualueen keskeisenä tehtävänä on ostopalveluiden valvonta sekä asiakas- /palveluohjaus ja neuvonta. Vastuualue tukee vanhuspalveluiden kotihoidon sekä ympärivuorokautisen hoivan palvelualueiden toimintaa.

Palvelukeskus Kallio / Tullikallionkatu 3, 87100 Kajaani	
Vastuualuepäällikkö.....044 710 1450	
Palvelusihteeri044 760 1006	
Palveluesimies044 710 1642	
Apulaispalveluesimies / Sosiaaliohjaaja	
.....044 710 1901	

Ikäihmisten palvelu/asiakasohjaus

Palvelu/asiakasohjaajat ovat vanhuspalveluiden työntekijöitä, joihin otetaan yhteyttä, kun on epäselvää, millä tavalla asiakkaan palvelut tai hoito on mahdollista järjestää. Asiakasohjaajalta voi kysyä myös vanhusten ateriapalveluun, sosiaalihuoltolain mukaiseen liikkumista tukevaan (kuljetus) palveluun tai turvapuhe- linpalveluun liittyviä asioita. Palvelutarpeiden arvioinnit ikäihmisten osalta toteuttavat paikkakunnan asiakasohjaajat.

Palveluohjaus / asiakasohjaus Kajaani.....044 748 4030	
---	--

Sotkamo044 748 4838	
Kuhmo044 748 4633	
Paltamo044 748 4893	
Suomussalmi.....044 748 4392	
Hyrnsalmi.....044 748 4642	
Ristijärvi044 744 8192	
Palveluohjaus/asiakasohjaus, sähköposti palveluohjaus.vanhuspalvelut@kainuu.fi	

PALVELUSETELI

Vanhuspalveluissa on käytössä palveluseteli kotihoidon palveluihin, omaishoitajien lakisääteisen vapaiden järjestämiseen, sekä tehostettuun palveluasumiseen.

Kotihoidon ja omaishoidon palvelusetelistä saat tietoa kotihoidon palveluesimiehiltä (ks. Kotona asumista tukevat palvelut) tai kuntasi asiakasohjaajalta. Tehostetun palveluasumisen palvelusetelit, ks SAS-toiminta.

Tietoa hyväksytyistä palvelusetelituottajista sekä palvelujen hinnoista löydät Hyvinvoinnin palvelutarjottimelta: palvelutarjotin.kainuu.fi

SAS-TOIMINTA

Tavoitteena on, että vanhuspalveluiden asiakas saa tarkoituksenmukaiset palvelut ja tukitoimet kotona asumisen tukemiseksi tai ohjautuu hänelle tarkoituksenmukaiseen sosiaalihuoltolain 21 §:n mukaiseen tehostettuun asumis- palveluun tai pitkäaikaiseen laitoshoidon.

SAS-toiminnassa ovat mukana Kainuun sote -kuntayhtymän terveysasemien pitkäaikaisosastot, asumis- palveluyksiköt, lyhytaikaishoidon yksiköt sekä kotihoito. SAS-toiminnassa ovat mukana myös ne yksityiset palveluntuottajat, joilla on voimassa oleva puitesopimus Kainuun sote -kuntayhtymän kanssa.

Asiakkaan kotona asumista tukevien palveluiden, asumis- palvelun tai pitkäaikaishoitopaikan selvittely ja suunnittelu tehdään yhdessä asiakkaan, asiakkaan omaisen tai asiakkaalle nimetyn edunvalvojan/edustajan sekä tarvittavien yhteistyötahojen kanssa.

Kajaani.....044 748 4030	
--------------------------	--

Sotkamo044 748 4838	
Kuhmo044 748 4633	
Paltamo044 748 4893	
Suomussalmi.....044 748 4392	
Hyrnsalmi.....044 748 4642	
Ristijärvi044 744 8192	

VETERAANIASIAT

Veteraanasiamies huolehtii sotiemme veteraanien lakisääteisten ja muiden etuuksien ja palvelujen toteuttamisesta Kainuun alueella. Veteraanasiamies toimii yhdyshenkilönä veteraaneja koskevissa asioissa Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymän, Kainuun kuntien, seurakuntien, valtion virastojen ja veteraanijärjestöjen välillä.

Veteraanasiamies

Kirkkotie 16-20, Kuhmo Maakunnallinen veteraanasiamies Inget Reijo044 797 0310 Faksi.....08 6156 5714	
--	--

Rintamaveteraanien kuntoutus

Rintamaveteraanikuntoutusta haetaan vanhan käytännön mukaisesti edelleen vuosittain kotikunnan terveysaseman kautta. Rintamaveteraanien kuntoutuksesta päättää lääkäri. Lisätietoja antavat terveysasemilla rintamaveteraanien kuntoutusasioita valmistelevat henkilöt.

HYRYNSALMI

Kiviöntie 11, 89400 Hyrnsalmi Turpeinen Tuula.....044 797 0561 tuula.turpeinen@kainuu.fi	
--	--

KAJAANI (Vuolijoki)

Satamakatu 2, 87100 Kajaani Ålander Paula.....08 6156 7261 paula.alander@kainuu.fi	
--	--

KUHMO

Kirkkotie 16-20, 88900 Kuhmo Karjalainen Laila.....08 6156 5621 laila.karjalainen@kainuu.fi	
---	--

PALTAMO

Sairaalantie 7, 88300 Paltamo Ohtonen Pirjo.....044 288 5216	
---	--

pirjo.ohtonen@kainuu.fi

RISTIJÄRVI

Aholantie 25, 88400 Ristijärvi Heikkinen Pirjo.....044 715 9319 pirjo.ann.heikkinen@kainuu.fi	
---	--

SOTKAMO

Keskuskatu 9, 88600 Sotkamo Meriläinen Aira.....08 6156 5857 aira.merilainen@kainuu.fi	
--	--

SUOMUSSALMI

Välskärinkuja 2, 89600 Suomussalmi Kela Riitta08 6156 6154 riitta.l.kela@kainuu.fi	
--	--

Veteraanien palveluseteli

Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä myöntää veteraanitunnuksen omaaville sotiemme veteraaneille ja heidän leskilleen palvelusetelitä kotona selviytymisen tukemiseksi.

Kuhmon terveysasema, Kirkkotie 16-20, Kuhmo Karjalainen Laila.....08 6156 5621 laila.karjalainen@kainuu.fi Inget Reijo044 797 0310 Faksi.....08 6156 5714 reijo.inget@kainuu.fi	
--	--

Veteraanien palvelusetelin palveluntuottajista ja palvelujen hinnoista löydät tietoa Hyvinvoinnin palvelutarjottimelta: palvelutarjotin.kainuu.fi

KAINUUN SOTEN HALLINTO JA TUKIPALVELUT

ARKISTO- JA TIETOSUOJAPALVELUT

Sotkamontie 13, Kajaani	
Arkistopäällikkö	
Karivuo Hilka.....	044 797 0165
Vastaa asiakirjahallinnosta ja arkistotoimesta sekä on tietosuojavastaava.	
Kainuun keskussairaalan potilaskertomusarkisto	
Arkistonhoitaja	
Haataja Tuija.....	044 797 4255
Arkistosihteerit.....	08 6156 2036
Faksi.....	08 6156 2301
Kajaanin pääterveysaseman potilaskertomusarkisto	
Arkistosihteerit.....	08 6156 2036
Faksi.....	08 613 0717

HALLINTO

Pohjolankatu 13, 3. krs, Kajaani	
Kuntayhtymän johtaja	
Ahopelto Maire.....	044 777 3033
Johtajan sihteeri	
Mikkonen Leena.....	044 710 1766
Kirjaamopalvelut	
Kinnunen Anne.....	08 6155 4206
Hallintosihteerit (hallitus, yksilöhuoltojaosto)	
Piirainen Sanna.....	044 710 1249
Hallintoylihoitaja	
Huovinen-Tervo Marjo.....	050 346 8833
Laatupäällikkö	
Korhonen Virpi.....	044 797 4940
Laadunhallinnan sihteeri	
Kärki Irmeli.....	044 797 0275
Lakimies	
Huttunen Anu.....	044 797 0299
Sisäinen tarkastaja	
Soikkeli Anne.....	044 763 8003

Tulosalueiden johto

Sairaanhoidon palvelut/hallintoyli lääkäri	
Ahonen Esa.....	0500 686 024
Terveyden ja sairaudenhoitopalvelut/terveysjohtaja	
Timonen Mikko.....	044 797 0200

Johdon sihteeri	
Karjalainen Anna-Mari.....	044 797 4177
Vastaanotto- ja terveystakeskussairaala-toiminnan vastuualuepäällikkö	
Horto Arja.....	044 710 1336
Johdon sihteeri	
Kemppainen Anne.....	044 797 4372
Vanhuspalvelut/vanhuspalvelujohtaja	
Tolonen Eija.....	044 710 1669
Johdon sihteeri	
Huovinen Tuula.....	044 797 0524
Perhepalvelut/perhepalvelujohtaja	
Heikkinen Matti.....	044 750 2424
Johdon sihteeri	
Elo-Tammelander Mirva.....	044 797 0060
Keskitetyt tukipalvelut/hallintojohtaja	
Yliniemi Kalevi.....	044 710 1767
Talusojohtaja	
Tolonen-Manninen Eija.....	050 404 1224
Johdon sihteeri	
Keränen Sari.....	044 797 4006
Ympäristöterveydenhuollon johtaja	
Satamakatu 2 B, Kajaani.	
Nykänen Päivi.....	044 710 0830

HANKINNAT

Pohjolankatu 13, 3. krs, Kajaani	
Hankintapäällikkö	
Holtttinen Tuija.....	044 797 0299
Hankintasuunnittelija	
Kemppainen Merja.....	044 797 0214

HENKILÖSTÖPALVELUT

Seminaarinkatu 2, Intteri, Kajaani	
Henkilöstöjohtaja	
Uhrman Riitta.....	044 797 0239
Seminaarinkatu 2, Kajaani	
Palvelusuhdepäällikkö	
Westerinen Hannu.....	044 797 0015
Työhyvinvointipäällikkö	
Klemetti Marko.....	044 797 0157
Koulutuspäällikkö	
Leinonen Merja.....	044 797 0695
Koulutussuunnittelija	
Kemppainen Liisa.....	044 3366 720
Henkilöstöasiantuntija	
Mattila Eija.....	044 797 4214
Henkilöstösuunnittelija	
Leinonen Mirja.....	044 797 0401

Rekrytointi- ja tukipalvelut

Seminaarinkatu 2	
Rekrytointipäällikkö	
Leinonen Tuula.....	044 797 0231
Rekrytointisihteerit	
Lippojoki-Heikkinen Margit.....	044 797 4874
Rekrytoijat	
Hänninen Sari.....	044 797 0232
Mikkonen Susanna.....	044 797 4882
Jokelainen Miia.....	044 712 0015
Aulis Mervi.....	044 797 0233
Palvelusihteerit	
Auma-aho Anu.....	044 797 4883
Martiskainen Mervi.....	044 797 4868

Henkilöstökoordinaattorit	
Heikkinen Anja H.....	044 775 2830
Pursiainen Jyrki.....	044 797 5346

Varahenkilöstö	
Henkilöstövastaava	
.....	044 797 4421
Palvelusihteerit	
Lehtonen Sanna.....	044 797 4883

Avoimet työpaikat: rekry.kainuu.fi

Palkanlaskentatiimit- tiiminvetäjät

Maakuntatiimi	
Sarjanoja Minna.....	044 797 5387
Itäinen tiimi	
Kilpeläinen Jaana.....	044 797 4412
Pohjoinen tiimi	
Heikkinen Pirjo.....	044 797 4235

KAINUUN UUSI SAIRAALA -HANKE

Sotkamontie 13, Kajaani	
Projektipäällikkö	
Pekkala Terho.....	044 797 0269
Hankkeen verkkosivut: kainua-allianssi.fi	

KEHITTÄMINEN JA SUUNNITTELU

Kehittämisen ja suunnitteluyksikkö koostuu sosiaali- ja terveydenhuollon asiantuntijoista sekä

kehittämishankkeiden työntekijöistä. Yksikön tehtävänä on mm. palveluiden ja prosessien uudistaminen sekä tietotuotanto.

Kehittämisjohtaja	
Pikkarainen Marita.....	044 710 0862
Kehittämissihteerit	
Karjalainen Tarja.....	044 797 0265
Sosiaalialan erikoissuunnittelija	
Ruokolainen Marja-Liisa.....	044 797 0168
Sosiaali- ja terveydenhuollon erikoissuunnittelija	
Taskinen Kristiina.....	044 710 0852
Terveyden edistämisen erikoissuunnittelija	
Pikkarainen Saara.....	044 797 0419
Varhaisen tuen erikoissuunnittelija	
.....	044 797 0419
Tieteellinen kirjasto	
Juntunen Eeva.....	044 797 5211

MATERIAALIPALVELUT

Hoitotarvikkeiden ja muiden tavaroiden logistiikka. Osto- ja varastotoiminnot. ostot.sote@kainuu.fi

Varastopäällikkö	
Härkönen Laila.....	044 270 4728

TALOUSPALVELUT

Pohjolankatu 13, 3 krs	
Talusojohtaja	
Tolonen-Manninen Eija.....	050 404 1224
Taluspäällikkö	
Heikkinen Pirkko.....	044 797 0185
Kehäämöntie 5	
Laskentapäällikkö	
Pikkarainen Armi.....	044 797 0146

Kirjanpito

Kehäämöntie 5, Kajaani	
Pääkirjanpitäjä	
Immonen Eija.....	044 797 0656

Maksuliikenne

Kehäämöntie 5, Kajaani	
Rahoitussihteerit	
Sainila Eila.....	044 797 4228

Ostolaskut

Kehäämöntie 5, Kajaani
Vastaava laskentasihteerit

Heikkinen Raisa.....044 797 0164

Myyntilaskut

Kauppakatu 20, Suomussalmi
Vastaava laskentasihteer
Heikkinen Pirjo.....044 797 0142

Maksukattoasiat

Kehräämöntie 5, Kajaani
Korhonen Eila.....044 797 4032
Hakemusten palautus Kajaani Infoon,
Pohjolankatu 13
Kuhmon terveysasema
Pirjo Hurskainen.....044 797 5621
Sami Lehtonen.....08 6156 5658
Sotkamon terveysasema/sairaala
Hakkarainen Raija.....08 6156 5032
Ohtonen Anne.....08 6156 5004
Suomussalmen terveysasema
Kinnunen Sirpa.....08 6156 6255

Kassapalvelut

Kajaani; kaupunki, Kajaanin Info,
Pohjolankatu 13
Avoinna klo 9.00-16.30, juhlapyhien aattona
klo 9.00-15.00.....08 6155 2555
Sotkamo, terveysasema, Keskuskatu 9
Avoinna arkisin klo 8 - 1508 6156 5000

Laskutus, myyntireskontra ja perintä

Tiedustelut laskuista Teitä hoitaneeseen
yksikköön.

Laskutus

Kainuuntie 82, Kuhmo
Mikkonen Sari.....044 737 8607
Aholantie 19, Ristijärvi
Ritola Marja-Leena.....044 797 4669
Kehräämöntie 5, Kajaani
Mähönen Riitta.....044 797 4039

Myyntireskontra

Kehräämöntie 5, Kajaani
Laine Arja.....044 797 0143
Malinen Jonna.....044 797 0658
Kolehmainen Eija.....044 797 4011
Kauppakatu 20, Suomussalmi
Heikkinen Pirjo.....044 797 0142
Laskutie 1, Hyrynsalmi
Schroderus Alli.....044 797 4579

Perintä

Vaarankyläntie 7, Paltamo

Korvuo Sari.....044 797 0144
Aholantie 19, Ristijärvi
Kempainen Markku.....040 596 2734

TEKNISET PALVELUT

Sotkamontie 13
Sairaalainsinööri
Keränen Pentti.....050 515 6080
Tekninen toimisto.....044 797 4121

TIETOHALLINTOPALVELUT

Pohjolankatu 13, Kajaani
Tietohallintojohtaja
Romppainen Veijo.....044 023 9329

VIESTINTÄ

Viestintä ohjaa ja koordinoi Kainuun soten
sisäistä ja ulkoista viestintää. Viestintä vas-
taa muun muassa mediasuhteista ja Kainuun
soten julkaisuista sekä verkkosivuston ko-
konaisuuden toimivuudesta ja verkkosivujen
kehittämisestä.

Viestintäpäällikkö
Mäntymäki Eeva.....044 797 4004
Verkkotiedottaja
Pyylampi Ville.....044 760 5462

MUUT PUHELINNUMEROT

Apteekit

Hyrynsalmen apteekki.....08 741 017
Kajaani
- Kajaanin I apteekki.....08 612 2555
- Lehtikankaan apteekki.....08 614 0159
- Lohtajan apteekki.....08 612 2540
- Veturi apteekki (Prisma).....08 879 0300
Kuhmon apteekki.....08 655 0001
Otanmäen apteekki.....08 688 6160
- Vuolijoen sivuapteekki.....08 688 6165
Paltamon apteekki.....08 871 067
Puolangan apteekki.....08 751 006
Ristijärven apteekki.....08 681 139
Sotkamon apteekki.....08 632 200
Suomussalmen apteekki.....08 711 045

Hätänumero.....112

PALO- JA PELASTUSHÄLYTYKSEN
AMBULANSSI
POLIISI.....112

- Soita hätäpuhelu itse, jos voit
- Kerro, mitä on tapahtunut
- Kerro tarkka osoite ja kunta
- Vastaa esitettyihin kysymyksiin
- Toimi annettujen ohjeiden mukaan
- Lopeta puhelu vasta saatua luvun
- Opasta auttajat paikalle

Kainuulaiset järjestöt ja yhdistykset

www.jarjestot.kainuu.fi

Kainuun kunnat

HYRYNSALMI

Laskutie 1, PL 5, 89400 Hyrynsalmi
.....08 615 5481
Faksi.....08 6155 4840
www.hyrynsalmi.fi, kunta@hyrynsalmi.fi

KAJAANI

Pohjolankatu 13, PL 133, 87100 Kajaani
Puhelinvaihe.....08 61551
www.kajaani.fi, kajaani@kajaani.fi

KUHMO

Kainuuntie 82, PL 15, 88900 Kuhmo
.....08 615 5521
Faksi.....08 6155 5232
www.kuhmo.fi, kuhmon.kaupunki@kuhmo.fi

PALTAMO

Vaarankyläntie 7, 88300 Paltamo
.....08 615 5461
Faksi.....08 871 626
www.paltamo.fi, paltamon.kunta@paltamo.fi

PUOLANKA

Maaherrankatu 7, PL 42, 89200 Puolanka
.....08 615 5441
www.puolanka.fi, kunta@puolanka.fi

RISTIJÄRVI

Aholantie 25, 88400 Ristijärvi.....08 615 5431
www.ristijarvi.fi, yhteispalvelu@ristijarvi.fi

SOTKAMO

Markkinatie 1, 88600 Sotkamo.....08 615 5811
Faksi.....08 6155 8120
www.sotkamo.fi, kirjaamo@sotkamo.fi

SUOMUSSALMI

Kauppakatu 20, PL 40, 89600 Suomussalmi
.....08 615 5551
Faksi.....08 6155 5531
www.suomussalmi.fi, kunta@suomussalmi.fi

Kainuun liitto

Kauppakatu 1, 87100 Kajaani
Vaihe.....08 6155 41
www.kainuunliitto.fi, kainuunliitto@kainuu.fi

Kainuun maistraatti

Kalliokatu 2, 87100 Kajaani
(keskus).....029 553 9641

Kainuun pelastuslaitos

Kajaanin toimipiste, Opintie 1, 87100 Kajaani
Vaihe.....08 6155 3100
Faksi.....08 6155 3101
Sähköposti: etunimi.sukunimi@kaipe.fi

Kansaneläkelaitos (KELA)

(www.kela.fi) Kansaneläkelaitoksen valtakun-

PAINAAKO JOKIN ASIA MIELTÄSI, MASENTAAKO, AHDISTAANKO, TUNNETKO OLEVASI YKSINÄINEN TAI KAIPAATKO KESKUSTELUAPUA ONGELMIISI?

• **Kainuun kriisikeskus** tarjoaa tukea haastavassa elämäntilanteessa tai kriisissä, kun omat selviytymiskeinot ja voimavarat eivät riitä. Asiakasajan voi varata aukioloaikoina puhelimitse numerosta 044 782 6030. Kriisikeskus on avoinna ma-to 9-16 sekä perjantaisin klo 9-15, sopimuksen mukaan tarvittaessa ilta-aikoja saatavilla. Tapaamiset vain ajanvarauksella.

• **Suomen Mielenterveysseuran valtakunnallinen kriisipuhelin 01019 5202** tarjoaa apua myös öisin, arkisin klo 9.00 - 07.00, viikonloppuisin ja juhlapyhinä klo 15.00 - 07.00. Puhelun hinta paikallisverkkomaksun (pvm) tai matkapuhelinmaksun (mpm) verran.

• **Kriisikeskus netissä: www.tukinet.net**

• **Lapsille ja nuorille on tarjolla auttava maksuton puhelin 116 111** ma - pe klo 14 - 20, la - su klo 17 - 20, www.mll.fi/nuortennetti (Mannerheimin Lastensuojeluliitto).

• **Auttamista nuorille miehille ja pojille, maksuton puhelin 0800 94 884** joka arkipäivä klo 13 - 18, www.poikienpuhelin.fi (Väestöliitto)

• **Palveleva puhelin 01019 0071 ja www.evl.fi/palvelevanetti** ovat evankelis-luterilaisen kirkon ylläpitämiä auttamispalveluita, jotka pyrkivät antamaan tukea henkilökohtaisissa ongelmatilanteissa. Palveleva puhelin on avoinna su-to kello 18-01, pe ja la kello 18-03. Puhelun hinta paikallisverkkomaksun (pvm) tai matkapuhelinmaksun (mpm) verran. Palvelevan netin käyttö on maksutonta.

Päivystävä sairaanhoitaja

Kainuussa päivystää sairaanhoitaja kaikkina vuorokauden aikoina. Hän neuvoo ja arvioi tilanteesi ja ohjaa sinut tarvittaessa päivystävälle lääkärille.

.....08 6156 6000

Myrkytystietokeskus

Avoimna 24 t/vrk.....09 471 977 (suora)
tai09 4711 (vaihde)

Miten asiakkaana annan palautetta?

Keskustelu henkilöstön kanssa

- Jos teillä on palveluunne/hoitoonne liittyviä kysymyksiä, epäselviä asioita tai koette palvelussanne/hoidossanne tapahtuneen virheen, keskustelkaa aina ensisijaisesti asiasta palvelua/hoidoa antaneen yksikön henkilökunnan kanssa.

Palautekysely

- Palvelukokemuksistanne voitte antaa palautetta täyttämällä palautekyselyn osoitteessa sote.kainuu.fi/sote_palaute

Ilmoitus vaaratapahtumasta

- Omassa tai omaisenne hoidossa tapahtuneesta turvallisuuspoikkeamasta, voitte täyttää ilmoituksen osoitteessa sote.kainuu.fi/sote_palaute

Voitte täyttää myös palvelu- tai hoitoyksiköistä saatavan paperilomakkeen ja jättää sen yksikön palautelaatikkoon.

Palautteenne on meille tärkeä. Seuraamme palautetta jatkuvasti ja kehitämme toimintaamme palautteiden perusteella.

Potilaslakiin (1992/785), potilasvahinkolakiin (1986/585) ja sosiaalihuollon asiakaslakiin (2000/812) perustuvat ilmoitukset

- Jos olette tyytymätön hoitoon, kohteluunne tai epäilette potilasvahinkoa, teillä on mahdollisuus tehdä vapaamuotoinen kirjallinen muistutus, kantelu tai potilasvahinkoilmoitus.

Lisätietoja saatte asianomaisen yksikön esimieheltä, vaihde 08 61 561, potilasasiamieheltä puh. 08 6156 2009, 044 710 1324 tai sosiaaliasiamieheltä puh. 044 797 0310.





24/7-sairaanhoitaja
08 6156 6000

Kainuun sotessa toimii ympärivuorokautinen sairaanhoitajan puhelinpäivystys ja neuvontapalvelu. Soita ennen päivystykseen lähtemistä ja silloin, kun tarvitset sairaanhoitajan neuvoja.

112

Yleinen hätänumero

Hätänumerosta saat yhteyden ambulanssiin, pelastuslaitokseen, poliisiin tai sosiaalipäivystykseen, joka auttaa kiireellisissä sosiaalihuollon tarpeissa kuten esimerkiksi akuuteissa lastensuojelun ongelmatilanteissa.

Toimi näin:

- Soita hätäpuhelu itse, jos voit.
- Kerro, mitä on tapahtunut.
- Kerro tarkka osoite ja kunta.
- Vastaa esitettyihin kysymyksiin.
- Toimi annettujen ohjeiden mukaan.
- Lopeta puhelu vasta saatua luvan.
 - Opasta auttajat paikalle.

sote.kainuu.fi