

TERVEYSASEMAT

Perusterveydenhoito, todistukset ja tarpeen mukaan ohjaus erikoissairaanhoidon.

ma- ti klo 8.-15.00 ja
ke/pe klo 8-13.00

Puh. 09 4763 6440

<https://urly.fi/3yRl>

NEUVOLAT

Tukea sekä neuvoja vanhemmuuteen ja vanhemmuuteen valmistautumiseen.

Toimipistekohtaiset yhteystiedot:

<https://urly.fi/3yRn>

TUKEA PERHEILLE

Sosiaalityö lapsiperheille (kaikille perheille, joissa alle 18-vuotiaita). Apua muun muassa vanhemman **jaksamiseen, lasten ja nuorten hyvinvoinnin tukemiseen, perheen voimavarojen vahvistamiseen ja arjen sujuvoittamiseen.**

Puh. 029 151 23 60 klo 9-14.

<https://www.luvn.fi/fi/palvelut/sosiaalityo-lapsiperheille>

TUKEA AIKUISILLE

Aikuissosiaalityö antaa tukea erilaisiin haasteisiin kuten asumiseen, vahvistaa sosiaalista toimintakykyä, mahdollistaa kuntouttavan työtoiminnan, auttaa selvittämään talousongelmia ja antaa **kiireellisen avun kriiseissä kuten lähisuhdeväkivalta tai yllättävä varattomuus.**

Toimipiste Lohjan keskustassa.

Puh. 029 151 3140 klo 8-10.

<https://urly.fi/3yQV>

NUORET

Nuorisotyö tukee arjessa, koulussa, ystävissä, vapaa-ajan toiminnassa ja nuoria pohdituttavissa kysymyksissä. Tukea myös yksittäisille nuorille.

<https://urly.fi/3yQS>

TUKEA TALOUTEEN

Taloussosiaalityö auttaa aikuisia käymään yhdessä läpi talousasiat mm. velkaantuminen, perintä tai talous yleensä.
Puh. 040 6393944
perjantaisin klo 10-14.

Länsi-Uudenmaan oikeusaputoimisto auttaa velkajärjestelyissä.
Puh. 029 5661827 klo 9-12.

Ohjaamo auttaa myös talousasioissa alle 30-vuotiaita.

TYÖLLISYYSNEUVONTA

Neuvontaa työnhakuun, apua ansioluettelon ja työhakemuksen tekemiseen sekä tietoa koulutusmahdollisuuksista.

Neuvontapiste Navigaattori Lohjalla

Puh. 040 6867092

<https://www.navigaattori.eu/>

Keskeiset palvelut

LOHJA

OHJAAMO

Alle 30-vuotiaille tukea koulutuspoluille, työnhakuun, raha-asioiden selvittämiseen, asunnon hakuun, terveydellisiin haasteisiin sekä vapaa-ajan tekemisen pohtimiseen.

Neuvontapiste Toimintakeskus Harjulassa, puh. 044 369 4273

<https://ohjaamot.fi/web/ohjaamo-lohja>

NUORTEN HAASTEET

Ankkuritiimi: moniammatillinen apu mm. nuorten rikoksiin tai päihteidenkäyttöön

<https://urly.fi/3yQT>

MIELENTERVEYS

Apua mielenterveys- ja päihdeongelmaan tai kriisiin liittyen.

Apua puhelimitse
puh. 029 151 2295 klo 8-16

Apua kävelemällä sisään
Lohjan sairaalan L-rakennukseen
ti-to klo 8.30-10.30

HÄTÄTILANTEET

Sosiaali- ja kriisipäivystys auttaa traumaattisissa kokemuksissa ja hätätilanteissa.
Puh. 029 151 2221

Villa Familia turvakoti Karjaalla, lähisuhdeväkivaltaa tai sen uhkaa kokevalle henkilölle ja hänen perheelleen.
Puh. 050 468 5736

PELIRIIPPUVUUS

Peluuri puhelin- ja chat palvelu klo 12-18,
puh. 0800 100 101

Pelirajaton vertaisryhmät, tukea peliriippuvuuteen.

Lisää palveluita ja tietoa:
<https://urly.fi/3yQm>

RIKOKSETON ELÄMÄ

RETS

Tukee rikoksista tuomittuja, rikoksilla oireilevia ja heidän läheisiään sekä edistää heidän hyvinvointiaan
<https://rets.fi/>

PÄIHDEHOITO

Apua päihteiden käyttöön ja vieroitukseen.

Puh. 029 151 2295
klo 8-16

tai kävele sisään
Lohjan sairaalan L-rakennukseen
ti-to klo 8.30-10.30

KUNTOUTUS

Kaikenikäisille eri kuntoutuksen ja toimintaterapian muotoja sairauteen tai vammaan liittyen.

Soita klo 8-16
Puh. 044 374 2388 tai 040 126 9870

ASUNNOTTOMUUS

Tilapäinen asuminen asunnottomuus-tilanteissa, asunnottomuuden ennaltaehkäisy ja asumisen tuki. Asumisen sosiaalipalvelut:
Soita arkena klo 8-10
puh. 029 151 3140



Euroopan unionin osarahoittama



MAHDOLLISUUS OSALLISUUTEEN

DIAK

SRF SUOMEN ROMANIFOORUMI