

## TERVEYSASEMAT

Perusterveydenhoito, todistukset ja tarpeen mukaan ohjaus erikoissairaanhoidon.

**Soita ja varaa aika  
klo 8.00-16.00**

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

## NEUVOLAT

Tukea sekä neuvoja vanhemmuuteen ja vanhemmuuteen valmistautumiseen.

Toimipisteiden yhteystiedot

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

## 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. 09 4191 5200

[Lisää tietoa palvelusta](#)

## TUKEA AIKUISILLE

Aikuissosiaalityö antaa tukea erilaisiin haasteisiin kuten asumiseen, velkaantumiseen, päihde- ja peliriippuvuuteen sekä mielenterveysongelmiin, mahdollistaa kuntouttavan työtoiminnan ja antaa kiireellisen avun kriiseissä kuten lähisuhdeväkivalta tai yllättävä varattomuus.

Toimipisteet Tikkurilassa, Myyrmäessä, Keravalla ja Koivukylässä.

[Toimipisteiden yhteystiedot](#)

## NUORET

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

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

## TUKEA TALOUTEEN

Taloussosiaalityö auttaa aikuisia käymään yhdessä läpi talousasiat mm. velkaantuminen, perintä tai talous yleensä.

**Toimipistekohtaiset numerot:**

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

Itä-Uudenmaan oikeusaputoimisto auttaa velkajärjestelyissä. Puh. 029 56 60175 klo 9-12.

Ohjaamo auttaa myös talousasioissa alle 30-vuotiaita.

## TYÖLLISYYSPALVELUT

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

**Neuvontapiste Tikkurilassa**

Puh. 09 8395 0120

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

## Keskeiset palvelut

**VANTAA**

## OHJAAMO

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

**Neuvontapiste Tikkurilassa**

Puh. 09 83950 120

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

## NUORTEN VAIKEAT HAASTEET

**Ankkuritiimi:**

moniammattillinen apu mm. nuorten rikoksiin tai päihteidenkäyttöön

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

## MIELENTERVEYS

Ajanvaraukseton apu mielenterveys- ja päihdeongelmaan tai kriisiin.

**Apua puhelimitse**

puh. 09 4191 1100

klo 9-13

Toimipisteet ja palvelu kävelemällä sisään:

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

## HÄTÄTILANTEET

**Vantaan turvakoti Koivukylässä**

Väkivaltaa tai se uhkaa pelkääville henkilöille ja heidän lapsilleen. Puh. 040 45555 43

**Sosiaali- ja kriisipäivystys** auttaa traumaattisissa kokemuksissa ja hätätilanteissa.

Puh. 09 4191 5800

**Keski-Uudenmaan turvakoti** Keravalla lähisuhdeväkivaltaa tai sen uhkaa pelkääville. Puh. 050 3252 900

## PELIRIIPPUVUUS

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

**Ammattilaisten apua peliriippuvuuteen täysi-ikäisille**

Puh. 040 152 3918

## RIKOKSETON ELÄMÄ

**RETS**

Tukee rikoksista tuomittuja, rikoksilla oireilevia ja heidän läheisiään sekä edistää heidän hyvinvointiaan

<https://rets.fi/>

## PÄIHDEHOITO

Apua päihteiden käyttöön ja vieroitukseen terveysaseman tai päihdepalveluiden kautta.

**Päihdepalvelujen toimipisteet:**

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

## KUNTOUTUS

Kaikenikäisille eri kuntoutuksen ja toimintaterapian muotoja

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

## ASUNNOTTOMUUS

Tilapäinen asuminen asunnottomuus-tilanteissa, asunnottomuuden ennaltaehkäisy ja asumisen tuki. Asumisen sosiaalipalvelut:

**Soita ma-ti klo 9-11 ja to-pe klo 13-15**

puh. 09 4191 7010



**Euroopan unionin osarahoittama**



**MAHDOLLISUUS OSALLISUUTEEN**

**DIAK**

**SRF SUOMEN ROMANIFOORUMI**