ALAVUS

PALVELUOPAS

2026



Alavuden Ikäihmisten neuvosto ja vammaisneuvosto

Tämä on Alavuden kaupungin ikäihmisten ja vammaisten neuvostojen kokoama palveluopas. **Tämä opas on päivitetty marraskuussa 2026.**

Tarkoitus on, että tämä opas tuo kootusti esille neuvoston valitsemat keskeiset yhteystiedot ja olennaiset toimijat, olematta kuitenkaan liian laaja ja yksityiskohtainen.

Palveluopasta päivitetään neuvostojen toimikausittain, tarvittaessa vuosittain. Yhteystiedot ja aukioloajat voivat muuttua nopeasti, joten suosittelemme tarkistamaan asian, mikäli yhteystiedot eivät toimi.

Kansalaisneuvonnan toiminta päättyi vuoden 2026 alussa, ja sen tilalla on Suomi.fi-palvelujen neuvonta.

Ikäihmisten neuvosto
Puheenjohtaja
Jonna Haapa-aho, puh. 045 113 6084
j.haapaaho@gmail.com

Vammaisneuvosto
Puheenjohtaja
Olli Ahtola, puh. 040 555 3008
oahtola@gmail.com

Sihteeri
Sanna Sarvikas, puh. 050 470 1152
sanna.sarvikas@alavus.fi

Mikäli tarvitset tätä opasta lisää jaettavaksi toimispisteeseesi, ota yhteyttä:
Ikäihmisten neuvoston ja vammaisneuvoston sihteeri, Sanna Sarvikas, 050 470 1152, sanna.sarvikas@alavus.fi
tai Alavuden kaupungin neuvonta: puh. 06 2525 1000 tai neuvonta@alavus.fi.

SISÄLLYS

YLEINEN HÄTÄNUMERO 112 4
SOSIAALI- JA TERVEYSPALVELUT 4
Sydäniskurit 4
Ikäihmisten asiakasohjaus, Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue 4
Terveyspalvelut, Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue www.hyvaep.fi 4
Induktiosilmukka 5
Sosiaali- ja potilasasiavastaavat 6
Sosiaalipalvelut, Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue 6
Vammaispalvelut, Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue 6
Etelä-Pohjanmaan henkilökohtaisen avun keskus 6
Näkövammaisten palvelut 6
Kela-taksi 7
Taksi 7
Apteekki 7
Omakanta 7
Digi- ja väestötietovirasto DVV ja Suomi.fi-viestit 8
ALAVUDEN KAUPUNKI, www.alavus.fi 8
Alavuden kaupungin tärkeitä päivystysnumeroita: 8
Kaupungin asiointipisteet 9
Palvelukuljetus /Alavuden kaupungin palvelukyyti 9
Kirjastot www.alavus.fi/kirjasto 9
Harrastustoiminta 10
Liikuntapalvelut www.alavus.fi/liikunta 10
ALAVUDEN SEURAKUNTA www.alavudenseurakunta.fi 11
ASUMINEN 12
Asumispalvelut ja vuokra-asunnot 12
Jätehuolto www.etappi.com 12
Kotona asumista tukevat yksityiset palvelut 12
ASIOINTI 13
Kela -asiointi www.kela.fi 13
Vero -asiointi www.vero.fi 13
Posti www.posti.fi 13
Matkahuolto www.matkahuolto.fi 14
Poliisi 112 www.poliisi.fi 14
Oikeusapupalvelut www.oikeuspalveluvirasto.fi 14
Pankkikorttien katoamisilmoitukset ja sulkupalveluiden numerot: 14
ALAVUTELAISTEN YHDISTYSTEN YHTEYSTIETOJA: 15
Suomi.fi-viestien ottaminen käyttöön 16

YLEINEN HÄTÄNUMERO 112

(Ambulanssi, poliisi, palokunta)

SOSIAALI- JA TERVEYSPALVELUT

Sydäniskurit

Lähin sydäniskuri **löytyy** www.defi.fi **-verkkosivun haulla**.
Esimerkiksi Alavudella: Töysä-talo, Alavuden ABC, Alavus Areena (jäähalli), Veljekset Keskinen, Käyttöauto Alavus, Liikunta-uimahalli Kunto-Lutra, Alavuden Kulttuurikeskus, Aseman Konttuuri, Alavuden kirkon morsiushuoneessa ja Töysän seurakuntakodin aulassa.

Ikäihmisten asiakasohjaus, Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue

Ikääntyneen henkilön neuvonta, ohjaus ja palvelutarpeen selvittäminen**.**
Soittoajat ma-pe klo 9-11 ja klo 12-14. **p. 06 230 7550**
Sähköpostiosoite: kk.asiakasohjaajat@hyvaep.fi

Terveyspalvelut, Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue www.hyvaep.fi

Ajanvaraus hoitajan tai lääkärin vastaanotoille, Alavus, Kuortane, Soini ja Ähtäri
soittoaika ma-to klo 8-15.30, pe 8-15. **p. 06 2525 7612**

Alavuden pääterveysaseman kiirevastaanotto, Salmentie 10. Lääkärin kiirevastaanoton Alavus, Kuortane, Soini, Töysä, Ähtäri, **ajanvaraus**, soittoaika ma-pe klo 8-18. **p. 06 2525 7612**
Viikonloput ja pyhät: Kiirevastaanotto Seinäjoen Y-talo, Koskenalantie 18, 60220 Seinäjoki. Ajanvaraus kiirevastaanottoon soittoaika ma-pe 8-18, la-su 9-18. **p. 06 2525 7612**
Päivystys Seinäjoen keskussairaalassa ympäri vuorokauden **p. 116117**

Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialueen verkkosivuilla www.hyvaep.fi voit asioida myös sähköisesti. **Chat-palvelussa** voi asioida myös ilman vahvaa tunnistautumista, kun haluaa vain tilanteen kartoittamista, ohjausta tai neuvontaa.

OmaEP -sovelluksen kautta voi asioida chatin välityksellä mm. hoitajan ja lääkärin, fysioterapeutin, psykiatrisen sairaanhoitajan ja terveydenhoitajien kanssa. Voit myös liittyä sinulle varatulle etävastaanotolle. **Lataa OmaEP-sovellus puhelimeen tai käytä palvelua verkkosivulla www.omaep.fi.**

Laboratorion ajanvaraus sähköisesti *Kansalaisen Terveyspalvelu*-verkkoajanvarauksella tai soittamalla. Alavus, Kuortane, Soini, Ähtäri **ajanvarauksen soittoaika** ma-to klo 12-14.30 ja pe 12–14 **p. 040 120 9866**

Kansalaisen Terveyspalvelu-verkkoajanvaraus toimii **vain laboratorion ajoille**. Verkko-osoite: https://hyvaep.terveytesi.fi/citizenportal/#/login **Voit varata ajan tai perua laboratorioaikoja,** joita et ole varannut sähköisen ajanvarauksen kautta. Peru aika viimeistään vastaanottoa edeltävänä arkipäivänä ennen klo 12. Palveluun täytyy tunnistautua tai kirjautua.

Röntgen ajanvaraus ma-pe klo 8-15.30 **Alavus** **p. 06 2525 7612**

Akuuttiosasto Alavus Salmentie 10 **p. 044 5501257**

Fysioterapian ja apuvälinepalvelun puhelinasiointi **p. 040 616 5880**

Soittoaika fysioterapiaan ma-pe klo 7-14, apuvälinepalvelu soittoaika ma-pe klo 8-9.30.

Puhelinajat pitkäaikaissairaille

Alavus soittoaika ti-pe klo 9-10. **p. 040 549 5282**

Diabetes, sydän- ja verenkiertoelimistön sairaudet soittoaika **ti klo 9-10 ja pe 9-10**

Reumasairaudet soittoaika **ke 9-10,** Astma ja COPD asiat soittoaika **to 9-10**

Hoitotarvikejakelu

Alavus, pääterveysasema, Salmentie 10 **p. 040 827 6739**

Tiistaisin klo 9.00-11.30 ja klo 13.00-14.30 ainoastaan puhelimitse

Keskiviikkoisin klo 8.30-12.00 ainoastaan paikan päällä käymällä.

Hammashoito

Ajanvaraus ma-pe klo 8- 15.30, pe 8-14 **p. 06 2525 7982**

Alavuden hammashoitola, Salmentie 10, 63300 Alavus

Virka-ajan ulkopuolinen suun terveydenhuollon **päivystys** **p. 044 425 5915**

Ikäihmisten palvelut, Ikätori, muistihoitaja, muistikuntoutus

Monitoimikeskus Ikätori Alavus, Vääpelinkuja 1 A 6, Alavus.

Muistikoordinaattori, ohjausta, neuvontaa ja tukea muistisairauden kanssa elämiseen,

arkisin klo 9:00-14:00 **p. 040 620 6926**

Muistihoitaja, Alavus, Kuortane, Soini, Ähtäri, puhelinasiointi **p. 040 5450271 / 040 5337968**

Muistiliiton Muistineuvo-tukipuhelin ma, ti ja to klo 12–17 **p. 09 8766 550**

Kuulontutkimus

Audionomi eli kuulontutkija tutkii potilaan kuulon, suunnittelee kuntoutuksen sekä sovittaa kuulokojeita ja muita kuulon apuvälineitä ja ohjaa ja neuvoo niiden käytössä.

Kuuloyhdyshenkilö, Alavuden pääterveysasema **p. 040 643 3852**

puhelinaika ma-to klo 12-12.30

Kuuloliitto, www.kuuloliitto.fi Neuvontapuhelin soittoaika ma klo 9-12 **p. (09) 580 3370**

Induktiosilmukka

Induktiosilmukka on kuulokojeen käyttäjille tarkoitettu kuulon apuväline. **Alavudella** niitä on mm. seuraavissa paikoissa: **Alavuden Kunto-Lutran liikuntasalin katsomo, Alavuden ja Töysän kirkko, Töysän seurakuntakoti, Alavuden seurakuntatalon sali. Lisäksi** Induktiosilmukoiden kuuluvuus-aluekartat on lisätty Alavuden kirkkojen eteisiin.

Töysän kirjastosta voi lainata kannettavaa laitteistoa kokouskäyttöön.

Induktiosilmukka-merkki kertoo, että tilaan on asennettu induktiosilmukka ->



Sosiaali- ja potilasasiavastaavat

Potilasasiavastaavaan voi olla yhteydessä, jos asia koskee esimerkiksi hoitoon pääsyä tai joutumista, ongelmia tiedonsaannissa tai potilasasiakirjassa on korjattavaa.
Sosiaaliasiavastaavaan voi olla yhteydessä sosiaalihuoltoon ja varhaiskasvatukseen liittyvissä asioissa, jos asia koskee esimerkiksi tyytymättömyyttä palvelun tai kohtelun laatuun tai saatuun päätökseen. Soittoajat ma klo 12.30–14 ja ti-to klo 8.30–10.00. **(vaihde) p. 06 415 4111**
Voit lähettää myös sähköisen yhteydenottopyynnön OmaEP-digipalvelussa.

Sosiaalipalvelut, Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue

Etelä-Pohjanmaan sosiaali- ja kriisipäivystys **p. 044 4700 444**

Kriisitilanteiden ensivaiheen tuki. Akuuttitilanteet, joissa tarvitaan kiireellisesti sosiaalitoimen arviota tai ratkaisuja, esim. ikäihminen ei pärjää yksin kotona.

Omapalvelu

Omapalvelussa **https://www.hyvaep.fi/sahkoinen-asiointi/** Voit tehdä sähköisesti täydentävän ja ehkäisevän toimeentulotukihakemuksen, tehdä ilmoituksen sosiaalihuollon tarpeessa olevasta henkilöstä ja ottaa yhteyttä sosiaalihuollosta vastaavaan viranomaiseen.

Vammaispalvelut, Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue

Vammaispalvelun asiakasohjaus ja neuvonta
Soittoaika ma-pe klo 9-11 ja 12-14. **p. 050 343 8321**

Etelä-Pohjanmaan henkilökohtaisen avun keskus

Henkilökohtainen apu vaikeavammaisille, kun avun tarve johtuu pääasiassa jostain muusta kuin ikääntymiseen liittyvistä sairauksista ja toimintarajoitteista. Apua järjestetään päivittäisissä toiminnoissa, kuten työssä, harrastuksissa ja sosiaalisen vuorovaikutuksen ylläpitämisessä.
Soittoaika ma, ti, to klo 9–11. **p. 046 920 9543**

Näkövammaisten palvelut

Silmäkeskus, ajanvaraus poliklinikalle, soittoaika ma-pe 9-10.30 **p. (06)64154850**
Näkövammaisten kuntoutusohjaus, Silmäkeskus **p. 050 474 4966**
p. 050 474 4858
p. 050 474 4354

Näkövammaisten Liitto, asiantuntija-apua ja neuvontaa **p. 09 396 041**
s-posti info@nakovammaistenliitto.fi **verkkosivut** **www.nakovammaistenliitto.fi**

Kela-taksi

Kela-taksin tilaus edeltävänä päivänä viimeistään klo 14.00 Etelä-Pohjanmaalla:
Keskustaksi Oy **p. 0800 92 440**
Vaasan Ulataksi Oy **p. 0800 500 100**
Kela-taksi täytyy tilata jommastakummasta yllä mainitusta tilausvälityskeskuksesta, jotta Kela korvaa matkaasi. Kela korvaa matkoja **terveydenhuoltoon sairauden vuoksi ja Kelan tai terveydenhuollon järjestämään kuntoutukseen.** Tarvitset terveydenhuollon todistuksen oikeudestasi taksin käyttöön. Jos terveydenhuollon edustaja tilaa paluumatkasi, et tarvitse erillistä todistusta.

Aistivammaisten Kela-taksin tekstiviestitilaukset p.18512

Voit tilata matkasi tekstiviestillä sen jälkeen, kun olet ensin ilmoittanut **soittamalla asiakastietosi oman alueesi tilausvälityskeskukseen**. Tämän jälkeen voit tilata matkan lähettämällä tekstiviestin jompaankumpaan numeroon ja ilmoittamalla **nimen, puh. nron, osoitteen**, josta noudetaan sekä **matkan määränpää, kellonajan**, jolloin oltava hoitoyksikössä sekä mahdolliset **apuvälineet**.

Taksi

Taksin yleinen tilausnumero Keskustaksi **p. 0100 84 999**

Apteekki

Alavuden apteekki **p. (06) 542 1000**
Kuulantie 2, Alavus. Avoinna ma–pe klo 9–19, la klo 9–15, su ja pyhät klo 11–15.
alavudenapteekki@apteekit.net verkkosivut: **www.alavudenapteekki.fi**

Tuurin apteekki **p. 040 181 7045**
Onnentie 7, Veljekset Keskisen kauppakadulla. Avoinna ma-pe 9–19, la 10–18, su 12-18.
info@tuurinapteekki.fi. Myös verkkoapteekki **www.tuurinapteekki.fi**

Töysän apteekki **p. 040 154 7045**
Paavolantie 1, 63600 Töysä. Avoinna ma-pe 9–16.30.
toysa@toysanapteekki.fi verkkosivut: **www.tuurinapteekki.fi/fi/toysan-apteekki**

Omakanta

OmaKannasta näet tietosi ja voit pyytää reseptin uusimista. Pääset kirjautumaan OmaKantaan esimerkiksi verkkopankkitunnuksilla. Verkko-osoite: **https://www.kanta.fi/omakanta**

OmaKanta-verkkokoulussa voi tutustua OmaKantaan, sen toimintoihin ja OmaKannan käytöstä saataviin hyötyihin. Opetuspaketista löydät myös OmaKannan lyhyet opastevideot. Verkkosivu: **www.kanta.fi/tukea-omakannan-kayttoon.**

Kansalaisneuvonnan toiminta päättyi 1.1.2026 eikä julkisten palveluiden yleisneuvonta ei enää kuulu DVV:n palveluun.

Digi- ja väestötietovirasto DVV ja Suomi.fi-viestit

Puhelimitse saat neuvontaa, voit tilata todistuksia tai tarvittaessa varata ajan tapaamiseen. Eri palveluilla oma numero. Tarkista numerot DVV:n verkkosivulta **www.dvv.fi**

Holhous ja edunvalvonta, neuvonnan puhelinpalvelu, ma-pe klo 9-15 **p. 0295 536 256**
dvv.fi/edunvalvonta-ja-toisen-asioiden-hoitaminen
Todistukset väestötietojärjestelmästä **p. 0295 536 230**
Suomi.fi-palvelujen neuvonta auttaa sinua Suomi.fi-palveluiden käytössä. **p. 0295 000**
Avoinna ma–pe klo 9–15. Puhelun hinta paikallisverkko- ja matkapuhelinmaksu.

Digi- ja väestötietoviraston etäpalvelupiste, Kirkkokatu 9b B, 60100 Seinäjoki. Avoinna ti 9.-12. Pisteessä on tietokone, jonka avulla voit keskustella DVV:n työntekijän kanssa videoyhteydellä. Varaa aika etukäteen soittamalla asiaasi sopivaan puhelinnumeroon, jotka löytyvät verkkosivulta.

Tekstiviestikanavaa voivat käyttää sitä tarvitsevat erityisryhmät, esimerkiksi puhe- ja kuulovammaiset. Neuvonta on maksutonta, mutta tekstiviesti maksaa operaattorin tekstiviestimaksun ->
Lähetä tekstiviesti numeroon 18395.
Chat-neuvonta löytyy DVV:n verkkosivuilla sivun oikeasta alalaidasta.

Suomi.fi-viestit tulevat käyttöön, jos käyttää viranomaisten sähköisiä palveluja. Se on sähköinen postilaatikkosi viranomaisten lähettämälle postille. Palvelun voi myös halutessaan lopettaa. Tarkempia ohjeita oppaan takasivulla tai **dvv.fi/viestit**

ALAVUDEN KAUPUNKI, www.alavus.fi

Alavuden kaupungin neuvonnasta saa opastusta kaupungin palveluista tai neuvotaan oikean palvelun äärelle. **Sisäänkäynti neuvontaan on esteetön.**
Osoite Torikatu 1, 63300 Alavus, avoinna arkisin klo 9-15. **p. (06) 2525 1000**
Postin voi jättää myös sisäänkäynnin vieressä olevaan postilaatikkoon.

Kaupungin verkkosivut: www.alavus.fi, sähköposti: info@alavus.fi. Chat-palvelu kaupungin verkkosivulla. Kuulutukset ovat nähtävillä verkkosivulla www.alavus.fi.
Alavuden kaupunki Facebookissa: www.facebook.com/alavus, Instagram: www.instagram.com/alavuskaupunki/
Kaupungin sähköinen tapahtumakalenteri verkkosivuston etusivulla. Sähköiset infotaulut ovat esimerkiksi Tuurin Kyläkaupan kauppakadulla, Kansalaisopiston ikkunassa ja Fasadissa. Tapahtumakalenteriin voi ilmoittaa tapahtumia kalenterin alareunan linkistä **Ilmoita tapahtumasta** tai sähköpostilla info@alavus.fi tai **www.alavus.fi/ilmoita** .

Alavuden kaupungin tärkeitä päivystysnumeroita:

Vesihuolto- ja lämpölaitos vikailmoitukset ja päivystys 24 h	**p. 0400 611 219**
Kiinteistöpäivystys työajan ulkopuolella	**p. 040 844 0908**
Liikenneväylät, päivystys	**p. 0400 611 217**
Tiealueiden kunnossapito	**p. 0400 727 325**
Tekninen johtaja	**p. 040 0428 690**
Katuvalaistuksen kunnossapito	**p. 0400 534 382**

Kaupungin asiointipisteet

Asiointipisteissä kaupunginviraston **neuvonnassa** ja **Töysä-talolla** käytettävissäsi on tietokone, tulostin ja skanneri. Palveluneuvoja opastaa laitteiden ja sähköisten palvelujen käyttämisessä.
Asiointipisteissä on saatavilla seuraavia Veron ja Kelan palveluita:

- Kelan ja Veron lomakkeita ja yleisneuvontaa ja avustavaa asiakaspalvelua
- Kelan asiakirjojen vastaanotto
- www.kela.fi -verkkopalvelujen käyttöön opastaminen
- Kelan puhelinpalvelun ajanvaraukseen opastaminen
- Kelan asiakaspalautteen vastaanottaminen ja kirjaaminen
- Kelan etäpalvelu, eli Kelan palveluasiantuntijan tapaaminen kuvayhteydellä. **Etäpalvelua varten on esitettävä henkilöllisyystodistus.**

Asiointipiste kaupunginviraston neuvonta Torikatu 1, 63300 Alavus. **p. (06) 2525 1000.**
Avoinna arkisin klo 9-15.
Asiointipiste Töysä-talo / Töysän kirjasto, Rantatie 2, Töysä **p. (06) 2525 5590** /
Avoinna kirjaston aukioloaikojen mukaan. **p. 044 5501 141**
Kelan Etäpalvelu saatavilla Töysä-talon asiointipisteessä vain torstaisin (klo 9–15). Ei ajanvarausta, jonotusperiaatteella. Töysä-talon 2. krs. hissi käytettävissä.

Palvelukuljetus /Alavuden kaupungin palvelukyyti

Kyydin tilaus edellisenä päivänä klo 16 mennessä. **Tilaus suoraan kuljettajan numerosta:**
p. 050 441 1363
Palvelukyyti on yhteiskuljetus, jonka avulla asukkaat voivat hoitaa asioitaan Alavuden keskustassa, Töysän keskustassa ja Tuurin kauppakeskuksessa. Palvelukyyti kerää kyytitilauksen tehneet asiakkaat ja kuljettaa heidät yhteiskyydityksenä. **Muistathan varata matkaan riittävästi aikaa, sillä palveluauto kerää samaan kyytiin useita asiakkaita ja reitti voi vaihdella**.

Maksut: Palveluliikenteen taksat (1.9.2024 alkaen) **5 €/ 15 km, 8 €/ yli 15 km**. Vammaispalvelulain mukaisille asiakkaille palvelukyyti on maksutonta.

Kirjastot www.alavus.fi/kirjasto

Alavuden pääkirjasto, Järviluomantie 3, Alavus. **p. 06 2525 1594**
alavus.kirjasto@alavus.fi. Kirjaston ovet avoinna ja henkilökunta paikalla ma-to 10-19, pe klo 10-16, la (vain talviaikana 1.9-30.4.) klo 10-15.

Töysän kirjasto, Rantatie 2, Töysä. **p. (06) 2525 5590**
toysa.kirjasto@alavus.fi. **p. 044 5501 141**
Palveluajat = henkilökunta paikalla: ma-ti klo 12-18, ke klo 12-16, to-pe ja aatot klo 10-16.
Poikkeusajat ilmoitetaan kirjaston pääovella, verkkosivuilla ja somekanavissa.

Omatoimikirjasto: **avoinna ma-to 9-21 ja pe-su klo 9-19.**
Omatoimiaikana kirjastoon pääsee voimassa olevalla ***Eepos-kirjastojen kortilla*** ja korttiin liitetyllä ***tunnusluvulla***. Omatoimikirjaston käyttäjäksi voi rekisteröityä kirjastossa henkilökunnan ollessa

paikalla. Omatoimiaikana voi lainata ja palauttaa automaatilla, lainata varaamaansa aineistoa, käyttää asiakastietokoneita, lukea lehtiä ja työskennellä kirjaston tiloissa.

Muita kirjaston palveluita:
Seuraa kirjaston tapahtumia, kuten kirjailijavieraita ja kampanjoita sivulta **www.alavus.fi/kirjasto**
Kirjaston lukupiiri kokoontuu kerran kuukaudessa. Kysy lisää kirjastosta.
Digiopastusta Alavuden kirjastossa parittomien viikkojen maanantaisin klo 10-11. Ei tarvitse varata aikaa etukäteen.
Cineast-suoratoistopalvelu, voit lainata kirjastokortilla ja pin-koodilla elokuvia. **www.cineast.fi.**
E-kirjasto on kuntien yhteinen sähköinen palvelu. E-kirjasto toimii **E-kirjasto-sovelluksella**.
Celia: lukemisesteiset henkilöt voivat kirjastossa liittyä **saavutettavuuskirjasto Celian** asiakkaaksi. Lisää tietoa Celian toiminnasta saat kirjastosta.
Kotipalvelu tarjoaa kirjastopalvelua keskustan alueen asiakkaille, jotka korkean iän, sairauden, vamman tai liikuntaesteen vuoksi eivät voi itse asioida kirjastossa. Lisätiedot ja ilmoittautuminen suoraan kirjastoon.

Kirjastoista saat myös opastusta sähköisen aineiston käyttöön: lehdet, musiikki, äänikirjat ym.

Harrastustoiminta

Vapaa-aikasihteeri Anu Katajamäki **p. 040 573 4912**
Yhdistysten yhteystiedot, kaupungin kulttuuritoiminta, verkkosivut:
www.alavus.fi/fi/vapaa-aika/yhdistystoiminta.html
Tapahtumakalenteri kaupungin etusivulla www.alavus.fi. Tapahtumia voi ilmoittaa kalenteriin verkkosivujen **Ilmoita tapahtumasta**- linkistä tai sähköpostilla info@alavus.fi.

Lakeudenportin kansalaisopisto, Kirkkotie 1 C 6, Alavus, **p. 044 550 1952**
kansalaisopisto@alavus.fi **p. 040 182 4402**
Kansalaisopiston verkkosivut ja kurssiopas **sähköisenä** **www.alavus.fi/fi/vapaa-aika/kansalaisopisto.html**
Kansalaisopistosta voi kysyä (maksullista) digiopastusta tai siihen liittyviä kursseja.
Katso myös Kansalaisopiston uusin esite ja seuraa opiston ilmoittelua!

Liikuntapalvelut www.alavus.fi/liikunta

Liikunta- ja hyvinvointipäällikkö, hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen vastuuhenkilö
Leena Smolander, leena.smolander@alavus.fi **p. 044 550 2057**
Liikunta- ja uimahalli Kunto-Lutra palvelupiste **p. 044 550 2352**

Uimahallin ja kuntosalien ajankohtaiset hinnastot ja aukioloajat voi tarkistaa verkkosivulta **www.alavus.fi/kuntolutra** tai soittamalla palvelupisteelle.

Kertamaksun kuntosaleille voi ostaa myös verkkokaupasta, jonne tarvitset pankkitunnukset ja sähköpostiosoitteen. Linkki verkkokauppaan: **https://www.alavus.fi/fi/vapaa-aika/liikunta/kunto-lutra/verkkokauppa.html**

Erityisryhmien liikunta www.alavus.fi/liikunta

Seniorikortti alavutelaisille 70 vuotta täyttäneille sisältää rajattoman uimahallin ja kuntosalien (Kunto-Lutra ja Iivari) käytön vuoden aikana. Ei korvaa ohjattujen liikuntaryhmien ohjausmaksuja.
Alavutelaisilla yli 75 vuotta täyttäneillä henkilöillä on mahdollisuus käyttää uimahallia sekä kuntosaleja **sekä osallistua** liikuntapalvelujen liikuntaryhmiin on **maksutta.**
Erityisryhmien uinti- ja kuntosalikortti: Alavutelaiset erityisryhmiin kuuluvat henkilöt saavat hakemuksesta käyttöönsä uinti-kuntosali- kortin. Hakemus ja lisätiedot löytyvät liikuntapalveluiden verkkosivulta tai Kunto-Lutran palvelupisteeltä. **Henkilökohtainen avustaja on maksuton.**
Lisätiedot liikunta- ja hyvinvointipäällikkö Leena Smolanderilta **p. 044 550 2057**.

Esitä henkilöllisyystodistus hakiessasi Seniorikorttia, yli 75-vuotiaiden korttia tai eläkeläisten kertamaksujen ja kausikorttien yhteydessä

Palvelupisteeltä voi kysyä sopivia pukeutumistiloja, mikäli erityisryhmiin kuuluvalla henkilöllä on avustustarve sekä pukeutumis- että allastiloissa tai kuntosalikäynnillä.
Esteettömyydestä ja apuvälineistä voi lukea Liikuntapalveluiden verkkosivulta tai kysyä palvelupisteeltä tarkemmin.
Iki-Trimmi Töysässä on ikäihmisten toimintaan tarkoitettu monitoimitalo, jossa on mm. kokoontumistiloja ja helppokäyttöiset kuntosalilaitteet. Avaimen nouto Töysän kirjastosta.
Ikäihmisten liikuntaryhmät
Liikuntapalvelut järjestävät ohjattuja liikuntaryhmiä. Lisätietoja liikunnanohjaajilta.

- **Liikunnanohjaaja Anniina Mäkelä** anniina.makela@alavus.fi **p. 040 6303021**
- **Liikunnanohjaaja Jonna Kuni-Keskinen** jonna.kuni-keskinen@alavus.fi **p. 040 5287559**

Elintapaohjaus
Kaupungin liikuntapalvelut ja Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialue järjestävät maksutonta hyvinvointivalmennusta eli elintapaohjausta. Valmennus sisältää esim. ohjattuja liikuntalajikokeiluja, ravitsemusohjausta ja neuvontaa. Ota yhteyttä ohjaajiin:
Liikunnanohjaaja Anniina Mäkelä, anniina.makela@alavus.fi **p. 040 630 3021**
Terveydenhoitaja Kirsi Taipalus kirsi.h.taipalus@hyvaep.fi **p. 040 546 9072**

ALAVUDEN SEURAKUNTA www.alavudenseurakunta.fi

Alavuden seurakunnan sähköposti alavuden.seurakunta@evl.fi
Alavuden seurakuntatoimisto, Louontie 1 A 1, Alavus **p. 06 515 0700**
Avoinna **ma** klo 9-11, 12-16, **ti** suljettu, **ke** klo 13-16, **to** klo 9-11, 12-14, **pe** suljettu.
Töysän seurakuntatoimisto Töysän seurakuntakoti, Kappelitie 4, 63600 Töysä. Avoinna ke 10-12.

Hautojen hoitopalvelut

Seurakunnalla ei ole omaa haudanhoitopalvelua. Halutessasi voit tehdä haudan hoidosta sopimuksen suoraan yrittäjän kanssa. Seuraavana on alueellamme toimivien yrittäjien yhteystiedot.
T:mi Heljä Reinikka, Alarannantie 527, 63360 Kuivaskylä, reinikka@nic.fi **p. 0400 849622**
Vihersydän Oy, Sanna Karhu, Luosankyläntie 128, 63640 Ritola, **p. 0400 885 641**
sanna@vihersydan.fi
SK Tarhuri Oy, Saija Katajamäki, Haapatie 11 D 16, 63400 Alavus as. **p. 040 837 4132**
sk.tarhuri@gmail.com

Diakoniatyö

Diakoniatyöntekijät auttavat ihmisiä vaikeissa elämäntilanteissa kuten surussa, yksinäisyydessä, sairaudessa tai rahahuolissa. Voit pyytää diakoniatyöntekijää kotikäynnille tai varata keskustelu-ajan diakoniatoimistolle puhelimitse tai sähköpostilla. Diakoniatyön kautta voit tiedustella myös vapaaehtoista ystävää tai asiointiapua. **Ystävätoiminnasta vastaa Mirjami Majuri.**

Alavuden alue: Maija Hietaniemi, maija.hietaniemi@evl.fi **p. 050 347 0631**
Mirjami Majuri, mirjami.majuri@evl.fi **p. 050 563 6**

ASUMINEN

Asumispalvelut ja vuokra-asunnot

Etelä-Pohjanmaan ikäihmisten palveluohjaus, kysy neuvoa asumisen vaihtoehdoista
Soittoajat ma-pe klo 9-11 ja klo 12-14 **p. 06 230 7550**

Alavuden Vuokra-asunnot Oy Avas-kodit Kirkkotie 4, Alavus **www.alavudenvuokra-asunnot.fi**
Asiakaspalvelu ajanvarauksella. Sähköposti: asiakaspalvelu@avaskodit.fi **p. 040 536 7695**

Jätehuolto **www.etappi.com**

Lakeuden Etappi. Alavuden jäteasema: Kirkkotie 37, 63300 Alavus. Avoinna ma, ke ja to klo 12-18.
Asiakaspalvelu: asiakaspalvelu@etappi.com ma-pe klo 9-16 **p. (06) 4214900**.

Aluekeräyspisteet on tarkoitettu vapaa-ajan asukkaiden poltettaville jätteille. **Ekopisteet** ovat kotitalouksille tarkoitettuja pakkausjätteiden ja paperin keräyspisteitä. Etapin verkkosivuilla kaikkien pisteiden osoitteet ja neuvoja kierrätykseen. **Jäteasemilla** kotitalouksilta otetaan maksutta vastaan lajitellut kierrätettävät jätteet. Poltettavasta jätteestä, lajiteltavasta jätteestä, loppusijoitettavasta jätteestä sekä tietoturvapaperista jäteasemilla peritään hinnaston mukainen maksu.

Kotona asumista tukevat yksityiset palvelut

K-Supermarket Alavus, K-Ruokaverkkokauppa, kotiinkuljetus maksusta
Tilaukset valtakunnallisesta puhelinpalvelusta ma-pe klo 10–17 **p. 0600 02325**
tai tilaa K-ruokaverkkokaupasta osoite: **www.k-ruoka.fi/kauppa** tai K-ruoka-sovelluksella.

S-Market Alavus verkko-ostosten nouto
Voit tehdä ruokaostoksesi joko osoitteessa **www.s-kaupat.fi.** tai S-kaupat-sovelluksessa.

4H- kotipalvelutyöntekijät auttavat arjen kotitöissä, pihatöissä sekä kauppa-asioinneissa. Kotipalvelu on kotitalousvähennykseen oikeuttavaa palvelua.
Alavuden 4H -yhdistyksen kotipalvelu www.alavus.4h.fi **p. 050 3522 233**
Töysän 4H- yhdistyksen kotipalvelu www. toysa.4h.fi **p. 050 376 4319**

Elo Partners Oy, Siivouspalvelut ja sosiaalihuoltona tehdyt siivouspalvelut. **p. 0400 488666**
Susanna Laitila, susanna@epoy.fi, verkkosivut: **www.epoy.fi**

Kotipalvelu Mielikki (siivoukset, ruuan laitto, kaupassa käynti, asiointiapu, suihkutusapu ym.)
kotipalvelumielikki@gmail.com **p. 040 4111895**

Senioriterkkari Tmi Terhi Vartiamäki terveys- ja kuntoutuspalveluita sekä jalkojenhoitoa ikäihmisille kotikäynteinä. **www.terhivartiamaki.com** , terhi.vartiamaki@gmail.com **p. 040 7060926**

ASIOINTI

Kela -asiointi www.kela.fi

- **Alavuden kaupunginviraston ja Töysän asiointipisteessä** saa avustavia Kela -palveluita; esim. lomakkeita ja lomakkeen lähettämismahdollisuus sekä mahdollisuus Kelan etäpalveluun.
- **Postitse** voi lähettää lomakkeita ja liitteitä osoitteella **Kela, PL 10, 00056 KELA**
- **Verkkoasiointi www.kela.fi/omakela.** Tunnistaudu vahvasti.
- **Puhelinpalveluneuvontaan** voi **varata aja**n etukäteen verkkosivulla **www.kela.fi/varaa-aika.** Kelaan puhelinnumerot esimerkiksi seuraavissa asioissa:
  - Eläkkeet, soittoaika ma-pe klo 9–16 **p. 020 692 202**
  - Sairastaminen ja kortit, soittoaika ma-pe klo 9–16 **p. 020 692 204**
  - Kuntoutus ja vammaistuet, soittoaika ma-pe klo 9–16 **p. 020 692 205**
    Toimeentulotuki, soittoaika ma-pe klo 9–16 **p. 020 692 207**

Kelan matkakorvaus

Voit saada Kelasta matkakorvausta, kun matkustat julkiseen tai yksityiseen terveydenhuoltoon ja matkan syy on sairaus, raskaus, synnytys tai kuntoutus. Jos olet matkustanut julkisilla kulkuneuvoilla tai omalla autolla, hae korvaus jälkikäteen Kelasta. Kela-taksissa saat korvauksen heti, jos kyyti on tilattu etukäteen Kela-taksin numerosta. Hae korvausta OmaKelassa tai täyttämällä lomake *Matkakorvaus SV4* ja liitteet osoitteella: Kela, PL 10, 00056 KELA. Tarkat lisätiedot **www.kela.fi/matkat.**

Vero -asiointi www.vero.fi

Palvelunumerot esimerkiksi näissä veroasioissa:

- Verokortti ja ennakkovero **p. 029 497 000**
- Veroilmoitus (tulot, vähennykset, kuolinpesien verotus) **p. 029 497 002**
- Verotuspäätöksen ja verotustodistuksen tilaus **p. 029 497 046**
- Autoverotus **p. 029 497 150**
- Kiinteistöverotus **p. 029 497 020**

Lähes kaikki veroasiat voi hoitaa verkkosivuilla **OmaVerossa**, **www.omavero.fi.**

Huom! Alavuden kaupungin asiointipisteistä saa Veron lomakkeita ja yleisneuvontaa!

Posti www.posti.fi

Alavus: K-Supermarket, Vähtärintie 2 (postipalvelut**,** automaatti)
S-Market Alavus, Piirantie 1 (automaatti)

Tuuri: Veljekset Keskinen (postipalvelut, automaatti)
Töysä: Sale, Keskustie 5 (kevytpostipalvelut, automaatti)

Matkahuolto www.matkahuolto.fi

Alavus: S-Market Alavus, Piirantie 1 (automaatti)
K-market Alavus as, Asematie 3 (pakettiautomaatti))
Alavus-Kirppis (pakettipiste)
Tuuri: Veljekset Keskinen (automaatti)
Töysä: Töysän Kukkakauppa, Keskustie 8 (pakettipiste)

Poliisi 112 www.poliisi.fi

Poliisin valtakunnallinen neuvonta ja ajanvaraus
(arkisin kello 8–16.15) **p. 0295 419 800**
Chat-palvelussa yleisneuvontaa ja opastusta esimerkiksi lupa-asioissa arkisin klo 8–16.
Sähköinen asiointi: **https://asiointi.poliisi.fi**
Alavuden poliisiasema Torikatu 1. **p. 0295 440 511 Vaihde**
Tarkista toimipisteen vaihtelevat aukioloajat poliisin verkkosivulta.
Ilmoita huijausrikoksesta HETI hätänumeroon **p. 112**

Älä kerro verkkopankin tai maksukortin tunnuksia kenellekään- ei vaikka kysyjä olisi poliisi.

Oikeusapupalvelut www.oikeuspalveluvirasto.fi

Etelä-Pohjamaan oikeusaputoimisto, Alavuden toimipaikka **p. 029 566 1160**
Valtion virastotalo Torikatu 1, 63300 Alavus. Avoinna vain ajanvarauksella.
Voit kysyä neuvoa oikeusavun hakemiseen tai muuta yleistä neuvoa asioimiseen viranomaisessa
Velkaneuvonta, **Alavuden toimipaikka** **p. 029 566 1105**
Talous- ja velkaneuvojat auttavat sinua, kun olet huolissasi omasta taloudesta.

Pankkikorttien katoamisilmoitukset ja sulkupalveluiden numerot:

Yleinen sulkupalvelu **p. 020 333**
POP, Nordea, S-Pankki, Säästöpankki, OmaSp **p. 020 333**
Danske Bank **p. 0200 2585**
OP **p. 0100 0555**

Älä kerro verkkopankin tai maksukortin tunnuksia kenellekään –
ei vaikka kysyjä olisi poliisi!

ALAVUTELAISTEN YHDISTYSTEN YHTEYSTIETOJA:

Alavuden Eläkkeensaajat ry Tuula Katajamäki p. 040 732 1145 tuula.katajamaki53@gmail.com www.alavuden.elakkeensaajat.fi	**Eläkeliiton Alavuden yhdistys ry** Pekka Ala-Mäenpää p. 0400 361889 pekka.alamaenpaa@gmail.com www.elakeliitto.fi/yhdistykset/alavus
Alavuden Kansalliset Seniorit ry Eero Klemola p. 044 4181290, 050 3040723 eero.klemola@rotaryalavus.fi www.alavus.senioriyhdistys.fi	**Eläkeliiton Töysän yhdistys ry**. Terttu Liesmäki terttu.m.liesmaki@gmail.com p. 045 328 3008 www.toysa.elakeliitto.fi
Alavuden Kristillinen Eläkeyhdistys ry Rintamäki Raili p. 040 555 5043 raili.rintamaki@gmail.com	**Kuusiokuntien omaishoitajat ja läheiset ry.** Anttila Helena p. 050 372 4839 helena.anttila@pihlajalinna.fi
Alavuden Senioriopettajat ry Härkönen Kyösti p. 050 309 0253 kyostiharkonen7@gmail.com https://alavudenseniorioopet.osj.fi/	**Sotainvalidien Veljesliiton Alavuden osasto ry** Kujala Veli p. 0400 515 406 veli.kujala@alavus.fi
Alavuden Seudun Hengitysyhdistys ry Aulikki Linna, aulikki.linna@kuusnetikka.fi, p.040 5700 798 alavudenseutu@hengitysyhdistys.fi, www.hengitysyhdistys.fi/alavudenseutu	**Alavuden Seudun Sydänyhdistys ry** Veikko Rantala p. 0407220353 veikko.rantala1@pp.inet.fi, www.sydanliitto.fi/alavudenseutu
Alavuden Syöpäkerho Ismo Hoskari P. 0500 907727 ismo.hoskari@luukku.com	**Viisiokuntien Mielenterveysyhdistys ry** Haapa-aho Pirkko p. 044 054 4668 kuus.tupa@gmail.com
Alavuden 4H-yhdistys Minna Kontolampi p. 050 3522233 alavus@4h.fi www.alavus.4h.fi	**Töysän 4H-yhdistys** Katri Takala-Niemistö p.050-3764319 toysa@4h.fi www.toysa.4h.fi

Nämä yhteystiedot kerätty lokakuussa 2026 Alavuden kaupungin verkkosivuilta. Yhdistysten ja järjestöjen yhteystieto- ja niiden muutoksia kaupungin verkkosivulle sivulle voi ilmoittaa järjestöyhteyshenkilölle: anu.katajamaki@alavus.fi tai puh. 040 573 4912.

Suomi.fi-viestien ottaminen käyttöön

www.suomi.fi/viestit

Kun otat Suomi.fi-viestit käyttöön, tarvitset oman suomalaisen henkilötunnuksen ja suomalaisen **vahvan tunnistautumisen välineen,** esimerkiksi pankkitunnukset, mobiilivarmenteen tai varmennekortin.

Näin otat Suomi.fi-viestit käyttöön tunnistautumisen yhteydessä

Vahvan tunnistautumisen yhteydessä viranomaisten verkkopalvelussa Suomi.fi-viestit tulee ohjatusti käyttöösi.

1. **Paina ”Aloita”** ottaaksesi Suomi.fi-viestit käyttöösi.
   "Aloita"-napin alapuolelta löydät lisää ohjeita ja vastauksia usein kysyttyihin kysymyksiin.
2. **Anna sähköpostiosoitteesi.** Saat vahvistuskoodin antamaasi sähköpostiosoitteeseen.
   - Voit myös ottaa palvelun käyttöön ilman sähköpostiosoitetta. Silloin sinun on tarkistettava palvelu itse säännöllisesti, sillä emme voi ilmoittaa sinulle uusien viestien saapumisesta. Löydät vaihtoehdon ottaa palvelu käyttöön ilman sähköpostiosoitetta "Jatka"-napin alapuolelta.
3. **Syötä vahvistuskoodi**, jonka vastaanotit sähköpostiisi.
4. **Valmista tuli!** Jatkossa saat viranomaisilta postia paperikirjeiden sijaan sähköisesti Suomi.fi-viesteihin.

Muista käydä uudella postilaatikollasi.

Näin lopetat Suomi.fi-viestien käytön:

1. Tunnistaudu Suomi.fi-verkkopalveluun **suomi.fi/viestit.** Tai kirjaudu Suomi.fi -mobiilisovellukseen.
2. Valitse **Asetukset.**
3. Etsi asetuksista **Viestien toimitustapa** ja paina **Lopeta Suomi.fi-viestien käyttö** -painiketta.
4. Anna syy, jonka takia et voi käyttää Suomi.fi-viestejä.
5. Vahvista muutos painamalla aukeavasta näkymästä uudelleen **Lopeta Suomi.fi-viestien käyttö** -painiketta.
6. Olet lopettanut Suomi.fi-viestien käytön. Viestit toimitetaan sinulle jatkossa paperipostilla.

Jos ainoastaan poistat Suomi.fi-sovelluksen mobiililaitteestasi, Suomi.fi-viestit eivät poistu käytöstäsi. Lopeta palvelun käyttö aina yllä olevien ohjeiden mukaisesti. **Paluu paperipostiin on voimassa vuoden kerrallaan, sen jälkeen** ehdotetaan jälleen Suomi.fi-viestien ottamista käyttöön, **jos jatkat viranomaisten digitaalisten palveluiden käyttöä**.

Hyvä muistaa:

- Suomi.fi viestit **ei lähetä tekstiviestejä, WhatsApp -viestejä tai muita pikaviestejä**.
- Sähköpostiin saapuu vain ilmoitus uudesta viestistä.
- Ilmoituksessa **ei ole linkkiä**, jota kehotetaan klikkaamaan.
- Lue saapunut posti aina **Suomi.fi-mobiilisovelluksessa** tai kirjautumalla osoitteessa **suomi.fi/viestit**.
- Viranomaiset eivät koskaan vaadi toimimaan kiireessä tai painostamalla.

Toisen henkilön puolesta asiointi

Voit antaa toiselle henkilölle oikeuden asioida puolestasi Suomi.fi-viesteissä. Sähköinen valtuutus on kuin sähköinen valtakirja, jonka tiedot tallennetaan valtuusrekisteriin. Henkilöä, jolle olet antanut oikeudet asioida puolestasi Suomi.fi-viesteissä sanotaan valtuutetuksi. Valtuutettu tunnistautuu asiointipalveluihin aina henkilökohtaisella tunnistusvälineellä eli omana itsenään. Toisen henkilön tunnistautumisvälineitä ei saa käyttää. Tarkemmat ohjeet **Suomi.fi-mobiilisovelluksessa ei voi asioida toisen henkilön puolesta.**

Jos haluat valtuuttaa toisen henkilön asioimaan puolestasi, sinulla on kolme vaihtoehtoa:

1. **Sähköisten viestien hallinnointi**: toinen henkilö voi lukea ja lähettää viestejä puolestasi. Lisäksi valtuutettu voi ottaa Suomi.fi-viestit käyttöön puolestasi tai poistaa ne käytöstä, muokata postilaatikon asetuksia ja poistaa viestejä.
2. **Sähköisten viestien lukeminen ja lähettäminen**: toinen henkilö voi lukea ja lähettää viestejä puolestasi.
3. **Sähköisten viestien lukeminen**: toinen henkilö voi ainoastaan lukea viestejä puolestasi.

Ohjeet suomi.fi-valtuuksien tekemiseen: DVV:n verkkosivulla https://www.suomi.fi/ohjeet-ja-tuki/valtuudet

Edunvalvontavaltuutus

Edunvalvontavaltuutuksen avulla voit varautua tilanteisiin, joissa tarvitset apua omien asioidesi hoitamiseen esimerkiksi sairastumisen tai vammautumisen takia. Edunvalvontavaltuutus annetaan laatimalla **edunvalvontavaltakirja.** Edunvalvontavaltakirjassa nimeät etukäteen valtuutetun eli henkilön, joka hoitaa asioitasi, millaisia asioita hän saa hoitaa ja miten niitä pitäisi hoitaa. Lisäksi voit määritellä, miten valtuutetun toimintaa pitäisi valvoa.

Valtuutettu hakee valtuutuksen vahvistamista Digi- ja väestötietovirastolta vasta sitten, kun se pitää ottaa käyttöön.

Neuvonnan **Puhelinpalvelu** suomeksi 0295 536 256 ja ruotsiksi 0295 536 305.

Palveluajat: ma–pe 9–15.

Ohjeet valtuutuksen tekemiseen: DVV:n verkkosivulla dvv.fi/edunvalvontavaltuutus-eli-tuen-tarpeen-ennakointi