

Lähitorilta ohjausta ja neuvontaa hyvinvointialueen palveluista ja alueen muista palveluista. Neuvonta on tarkoitettu niille, jotka tarvitsevat tukea kasvokkain lomakkeiden kanssa, palveluiden ensiarviointia tai apua digipalveluiden käytössä.

- Joka kuun viimeinen torstai neuvontaa **Mäkirinteentiellä Prisman** kiinteistön kaupunki-infossa klo 11-13. Maanantaisin 13-15 **Vatjalan lähikirjasto**, 2 krs. Vatiantie 2. Parillisen viikon maanantaisin klo 13-15 **Kuhmalahden kirjastolla**, Rautajärventie 26, Pohja Maanantaisin 9-12 **Sahalahden lähiasemalla**.
- Lähitorin palvelut, tapahtumat ja ohjelmahetket ovat kaikille avoimia ja maksuttomia.

Kaikkien Kangasalan lähitorien tiedotteet

<https://www.pirha.fi/palvelut/neuvonta-ja-ohjaus/lahitorit/lahitorien-ohjelmat>

Palveluohjaajat (kasvokkain tapahtuva ohjaus lähitorilla p. **044 4134 261** Sähköposti: [lahitori.kangasala@pirha.fi](mailto:lahitori.kangasala@pirha.fi) Puhelimitse tapahtuva ohjaus, neuvonta ja palvelutarpeen ensiarviointia Palveluneuvonnasta p. 040 733 3949

*Lämpimästi tervetuloa lähitorille !*

## Kangasalan Lähitori

**Lokakuu 2025** (päivitetty 19.9.25)

Kuohunharjuntie 26, katutaso.

Seuraa meitä Kangasalan Sanomien Menot palstalla ja Facebookissa

[www.facebook.com/Kangasalan\\_Lahitori](https://www.facebook.com/Kangasalan_Lahitori)

Aukioloajat (muutokset mahdollisia)

- **Lähitori on avoinna ma-to klo 9–15, pe klo 9-12.,**
- **Palveluohjausta ma-ke klo 12–13 ja to-pe klo 10.30–11.30** Muina aikoina ajanvarauksella, myös ilta-aikoja saatavilla tarvittaessa.

### Ohjelma

**Lähitori suljettu pe 3.10 ja pe 31.10**

#### 1.10. keskiviikko

klo 10–15 **“Eläkepäivä”** Mitä tehdä eläkkeellä? Vapaaehtoistoiminta ja harrastusmahdollisuudet Kangasalla. Eri järjestöjä paikalla.

#### 2.10 torstai

klo 13–15 Tampere Mission **Senioripysäkki**, avoin ohjattu Hyvän mielen keskusteluryhmä + 60-vuotiaille. Jalmarin Kodon tiloissa, Finnentie 11

klo 14–16 **“Mattopyyikki”** ryhmä. Vertaistuellinen ja luottamuksellinen ryhmä

3.10.perjantai Kangasalan lähitori suljettu

klo 9–11 Nääsvillen **Vireyttä vuosiin** Hyvinvoinnin –kurssi alkaa Jalmarin Kodon tiloissa, Finnentie 11. Lisätiedot p. 040 154 6299.

klo 13 **Pirkanmaan AVH-aluekerho** avoin vertaistukikerho aivoverenkiertohäiriön sairastaneille. Jalmarin Kodon tiloissa, Finnentie 11

#### 6.10.maanantai

klo 9–10 **Terveysneuvontaa** omahoidon tueksi, vastaanotto ilman ajanvarausta jonottamalla

klo 10 **Happihyppely**, vapaaehtoisen vetämä lyhyt kävely kaikenkuntoisille

klo 13–15 **Kuulonhuoltopalvelu** omahoidon tueksi – ohjeistusta kuulolaitteen huollossa asiakkaan omilla välineillä

#### 7.10.tiistai

klo 9 **Tuolijumppa**.

klo 15–18 **Finfamin Omaisneuvonta**, maksuton keskusteluapu heille, joita huolettaa läheisen mielenterveys- tai päihdehaasteet. Ajanvaraus numerosta 050 448 8134

klo 16.30 Finfamin mielenterveys- tai päihderiippuvaisten läheisille suunnattu **webinaari** katsottavissa lähitorilla.

### 8.10. keskiviikko

klo 13 Vanhusten viikon ohjelmaa- **Miten voin asua turvallisesti kotona** webinaari.

klo 14 **Teemakahvila** “Miten pärjään nivelrikon osuessa kohdalleni” Pirkan tekonivelyhdistys ry.

### 9.10. torstai

klo 12 **Äijäklubi**. Omatoiminen keskusteluryhmä miehille.

klo 13–15 Tampere Mission **Senioripysäkki**, avoin ohjattu Hyvän mielen

keskusteluryhmä + 60-vuotiaille. Jalmarin Kodon tiloissa, Finntie 11

klo 14–16 “**Mattopyykki**” ryhmä. Vertaistuellinen ja luottamuksellinen ryhmä

### 10.10. Perjantai

klo 9–11 **Nääsviden Vireyttä vuosiin** Hyvinvoinnin –kurssi Jalmarin Kodon tiloissa, Finntie 11. Lisätiedot p. 040 154 6299.

### 13.10. Maanantai

klo 9–10 **Terveysneuvontaa** omahoidon tueksi, vastaanotto ilman ajanvarausta

klo 10 **Happihyppely**, vapaaehtoisen vetämä lyhyt kävely kaikenkuntoisille

klo 11 **Hyvinvoinnin aakkoset**. Tietoisku.

### 14.10. tiistai

klo 9 **Tuolijumppa**

klo 13–14 **Luento: Lohdun monet kasvot**. Ikäinstituutti

### 15.10. keskiviikko

klo 14 **Muistikahvila**. Kaikille avoin aivoterveysteen ja muistiin keskittyvä kahvila.

Järjestäjänä Pirkanmaan muistiyhdistys ry.

klo 15.45–18 **Neulekerho**. Järjestäjänä Kangasalan Seudun Sydänyhdistys.

### 16.10. torstai

klo 13–15 Tampere Mission **Senioripysäkki**, avoin ohjattu Hyvän mielen

keskusteluryhmä + 60-vuotiaille. Jalmarin Kodon tiloissa, Finntie 11.

### 17.10. perjantai

klo 9–11 **Nääsviden Vireyttä vuosiin** Hyvinvoinnin –kurssi Jalmarin Kodon tiloissa, Finntie 11. Lisätiedot p. 040 154 6299.

### 20.10. maanantai

klo 9–10 **Terveysneuvontaa** omahoidon tueksi, vastaanotto ilman ajanvarausta

klo 10 **Happihyppely**, vapaaehtoisen vetämä lyhyt kävely kaikenkuntoisille.

### 21.10. tiistai

klo 9 **Tuolijumppa**

klo 14.30–16 Tampereen seudun omaishoitajien **Omaistaan hoitavien kuntoutus**, vertaistuellinen hyvinolonpäivä hoitajille. Ilmoittautuminen p. 050 466 5719.

klo 17 **Etäluento: Oikeudellinen ennakointi ja testamentti**. Pirkanmaan Muistiyhdistys ry.

### 22.10. keskiviikko

klo 14 **Teemakahvila**. Aikaa kahvitteille. Kelan korvaamat hyvinvointilomat. Järj. Härmän kuntoutus

klo 16–17.30 Finfamin **Asahi -ryhmä** tutuksi Kangasalla. Sari Salminen p.050 5886822 tai [satu.salminen@finfamipirkanmaa.fi](mailto:satu.salminen@finfamipirkanmaa.fi)

### 23.10. torstai

klo 12 **Äijäklubi**. Omatoiminen keskusteluryhmä miehille.

klo 13–15 Tampere Mission **Senioripysäkki**, avoin ohjattu Hyvän mielen keskusteluryhmä + 60-vuotiaille. Jalmarin Kodon tiloissa, Finntie 11

klo 16–18 **Etäluento: Puhutaan Pirkanmaan vammaispalveluista**. Uudet osallisuutta tukevat palvelut. Erityisen osallisuuden tuki, tuettu päätöksenteko ja valmennus.

### 24.10. perjantai

klo 9–11 Nääsviden **Vireyttä vuosiin** Hyvinvoinnin –kurssi Jalmarin Kodon tiloissa, Finntie 11. Lisätiedot p. 040 154 6299. Järjestäjänä Nääsviden ry.

### 27.10. maanantai

klo 9–10 **Terveysneuvontaa** omahoidon tueksi, ilman ajanvarausta

klo 10 **Happihyppely**, vapaaehtoisen vetämä lyhyt kävely kaikenkuntoisille

klo 17 **Etäluento: Muistisairas lähipiirissä**. Järjestäjä Muistiyhdistys

### 28.10. tiistai

klo 9 **Tuolijumppa**

klo 10–13 **SenioriShop- vaatemyynti**.

### 29.10. keskiviikko

klo 14 **Teemakahvila**. Aikaa kahvitteille. Kangasalan, Sahalahden ja Kuhmalahden asiointi- ja palveluliikenne. Liikennesuunnittelija Tuomas Kähkönen Kangasalan kaupunki.

### 30.10. torstai

klo 10–12 Lähitori Prisman kaupunki-infopisteellä, ohjausta ja neuvontaa.

klo 13–15 Tampere Mission **Senioripysäkki**, avoin ohjattu Hyvän mielen

keskusteluryhmä + 60-vuotiaille. Jalmarin Kodon tiloissa, Finntie 11.

klo 14–16 “**Mattopyykki**” ryhmä. Vertaistuellinen ja luottamuksellinen ryhmä

### 31.10. perjantai

**Kangasalan lähitori suljettu.**

klo 9–11 Nääsviden **Vireyttä vuosiin** Hyvinvoinnin –kurssi Jalmarin Kodon tiloissa, Finntie 11. Lisätiedot p. 040 154 6299.