



Jitti

Ikääntyneiden palveluneuvonta
Varhainen tuki
Sosiaalihuollon ohjaus ja neuvonta
Iitin sote-keskus
Iitin hammashoitola
Iitti-piste
Senioriohjaaja
Kirjastopalvelut
Liikuntaohjaus- ja neuvonta
Iitin seurakunta, diakoniatyö
Iitin työpaja
Yhdistys- ja järjestötoiminta
Lahden Suomi-piste
Kriisityön yhteystietoja
Huoli-ilmoitus
Kelan yhteystietoja

Liikkuva senioripiste

Liikkuvalla senioripisteellä kohdataan ikääntyneitä heidän omassa asuinympäristössään. Pisteellä saa tietoa hyvinvointialueen, kuntien ja järjestöjen palveluista sekä eri tahojen tarjoamista vinkeistä ja vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksista.

Kädessäsi oleva vihko on Liikkuvan senioripisteen kokoama tietopaketti erilaisista kohtaamispyläkeillä usein esiin nousseista aihe-alueista. Vihkoja päivitetään kahdesti vuodessa. Ilmoita muutoksista ja halukkuudestasi päästä mukaan.

Liikkuvan senioripisteen toiminta vuosina 2025-2027 on osa STEA:n Ikävoimaa-avustusohjelmaa ja toiminnasta vastaa Lahden Lähimmäispalvelu ry.

Lisätietoja:

p. 050 441 4624 / 050 309 0798

liikkuvasenioripiste@lahdenlahimmaispalvelu.fi

Liikkuvan senioripisteen reitin ja aikataulun löydät

Netistä: lahdenlahimmaispalvelu.fi/liikkuvasenioripiste

Facebookista: facebook.com/liikkuvasenioripiste

Menoinfosta: menoinfo.fi

Lähellä.fi: lähellä.fi

Päivitetty 1/2026

*Oikeudet muutoksiin pidätetään

Sote-palveluiden yhteystietoja

Ikääntyneiden palveluneuvonta Päijät-Häme puh. 044 482 5050
yhteys@ikaantyneidenpalveluneuvonta.fi

Lahden palvelutori, TRIO, 2. kerros, ma–pe klo 9–15.00,
puhelinpalvelu ma-pe klo 8-15.

Ikääntyneiden palveluneuvonta autaa arkeen, hyvinvointiin ja kotona asumiseen liittyvissä kysymyksissä. Yhteydenoton perusteella arvioidaan palveluntarve ja järjestetään tarvittaessa asiakasohjaajan kotikäynti tai gerontologisen sosiaalityön palvelut.

Varhainen tuki

puh. 044 482 5050 / Ikääntyneiden palveluneuvonta

Varhainen tuki on tarkoitettu 65 vuotta täyttäneille henkilöille, jotka eivät ole säännöllisen sosiaali- ja terveyspalveluiden piirissä.

Toiminnan tarkoitus on tukea ikääntyneen henkilön mielekästä arkea ja osallisuutta sekä löytää oikeita palveluita. Toiminta on maksutonta.

Sosiaalihuollon ohjaus ja neuvonta puh. (03) 819 4850

Lahden palvelutori, TRIO, 2. kerros (ma-pe 9–15)

litin sote-keskus puh. (03) 410 89420

Takaisinsoittopalvelun aukioloajat: ma-pe 8-20, la 10-16

litintie 29, 47400 litti, ma-pe 8-16

litin hammashoitola puh. 040 688 8675

litintie 29, 47400 Kausala, ma-pe 8-15

Sosiaalipäivystys: kiireelliset sosiaalihuollon asiat
(ympäri vuorokauden) puh. 044 482 8201

Päivystysapu kiireelliset sairaanhoitoa vaativat asiat puh.
116117

Päivystysapu on tarkoitettu tilanteisiin, joissa sairauden tai vamman hoito ei voi odottaa seuraavaan arkipäivään.

Hätätilanteessa soita 112.

litin Senioriohjaaja

Virpi Järvenpää, puh. 040 635 3151, virpi.jarvenpaa@iitti.fi

litin kunnassa työskentelee senioriohjaaja, jonka toimenkuvaan kuuluu ikääntyvien kuntalaisten hyvinvointia ja terveyttä edistävien palvelujen kehittäminen ja tuottaminen.

Senioriohjaaja antaa palveluohjausta eri elämäntilanteissa oleville ikääntyneille tukien heidän omia voimavarojaan. Palveluohjauksessa saa matalalla kynnyksellä tietoa, neuvontaa ja ohjausta arjen haasteisiin, digiopastusta sekä apua erilaisten lomakkeiden ja hakemusten täyttämiseen. Senioriohjaaja toimii tarvittaessa myös juttukaverina yksinäisyyttä lievittämään.

Senioriohjaajalta saat myös tietoa kunnassa toimivista eläkejärjestöistä ja eri harrastusmahdollisuuksista.

litti-piste (asiointipalvelu)

Kausansaarentie 3, 47400 Kausala
ma-ke klo 10-19, to-pe klo 10-16

litti-pisteessä toimii myös kunnan kassapalvelu, jossa voit lunastaa kuntosalikortin, Veteraanimajan kertalipun tai avainkortin, sekä maksaa kansalaisopiston kurssimaksuja.

Kunnalle osoitettuja asiakirjoja ja postia voi jättää litti-pisteeseen, kirjaston seinässä olevaan kunnan postilaatikkoon, tekniseen toimistoon tai uuden kunnantalon postiluukkuun. Asiakirjojen toimittamisesta voi sopia myös suoraan asianomaisen kunnan työntekijän kanssa.

litin seurakunta, diakoniatyö

Diakoniat toimisto, Eerolantie 1, 47400 Kausala
puh. 050 387 1653 / Maija Kauppinen, maija.kauppinen@evl.fi

Seurakunta tukena elämässä ja arjessa.

Seurakunnan työntekijät ovat valmiita tukemaan ja auttamaan erilaisissa tilanteissa. Niin pientä tai suurta asiaa ei ole, etteikö yhteyttä kannattaisi ottaa. Joskus keskustelu on paras apu ongelmiin, toisinaan tarvitaan jotain konkreettisempaa.

litin työpaja

Jussintie 5, Kausala

Tarvitsetko apua arjen askareessa?

Vai tarvitseeko sinun viedä jotain kaatopaikalle?

Voit tulla paikan päälle tai ota meihin yhteyttä ja kysy lisätietoja:

Niina puh. 044 440 6595 / Olli puh. 044 729 7272

Kirjastopalvelut

Kausansaarentie 3, 47400 Kausala, puh. 040 483 3800

Kirjastossa käy talviaikoina digituen vertaisohjaajat kerran kuussa.

Ajat löytyvät kirjastolta. Opastus on maksutonta.

Liikunnanohjaaja / Liikuntaneuvonta

henniina.hulkko@iitti.fi, puh. 040 483 3990

eija-liisa.virta@iitti.fi, puh. 040 571 3561

Senioriohjaaja tekee yhdessä liikunnanohjaajan kanssa maksuttomia kehonkoostumusmittauksia ja ohjaa matalan kynnyksen liikuntaryhmiä. Liikunnanohjaaja tarjoaa myös liikuntaneuvontaa.

Ajan liikuntaneuvojalle voi varata omatoimisesti puhelimitse tai sähköpostitse, siihen on mahdollista saada myös lähete omalta lääkäriltä tai hoitoalan henkilökunnalta.

Ohjaaja sopii mielellään kanssasi tapaamisajan ja auttaa sinut alkuun, tavoitteena on saada hyvä mieli ja lisää energiaa arkeen ja arjesta selviytymiseen!

Liikuntaneuvontaa litin kunnalla antaa liikunnanohjaajat sekä erikseen pyydettyessä senioriohjaaja. Ota yhteyttä ja mietitään asioita yhdessä!

Yhdistys,- ja järjestötoiminta

litin Eläkeliitto

Puheenjohtaja Eija Taavila

sähköposti eijataavila@gmail.com, puh. 040 518 4214

Kerhoja, tapahtumia, retkiä.

litin Eläkkeensaajat ry

Jäsenasioiden hoitaja, Kirsti Peltola, kirsti.peltola43@gmail.com

Matkavastaava, Risto Leivo, risto_leivo@hotmail.com, puh. 0400

881148

litin SPR

puh. 044 553 0138, spr.iitinosasto@gmail.com

litti kuuluu Päijät-Hämeeseen, mutta SPR litin osasto kuuluu

Kaakkois-Suomen piiriin. Tule mukaan osastoomme! Tarvitsemme

jatkuvasti uusia vapaaehtoisia. SPR litin osasto tarjoaa

ensiapuryhmän, jonka voi tilata erilaisiin tapahtumiin. Osasto tarjoaa

myös ruoka-apua vähävaraisille.

Kymenlaakson Syöpäyhdistys

mervi.kaartoaho@gmail.com, puh. 040 563 5039

litin osasto kokoontuu jokaisen kuukauden 3. torstai klo 16.00

Kausalan Koivulehdossa. Kaikista tapahtumista ilmoitetaan

litinseudun Seurapalstalla sekä osaston kokouksissa, tiedotteissa ja

kotisivuilla.

Päijät-Hämeen Muistiyhdistys ry

Hämeenkatu 5 A 5, 15110 Lahti (3 krs.)

Toimisto puh. (03) 735 1681

Sähköpostiosoite: toimisto@ph-muistiyhdistys.fi

Toiminnanjohtaja Virpi Veijanen puh. 044 741 0038

Muistisairaiden ja heidän läheistensä potilas- ja edunvalvontajärjestö. Toiminta-alueena on Päijät-Hämeen hyvinvointialue sekä Myrskylä ja Pukkila. Päijät-Hämeen Muistiyhdistys on valtakunnallisen Muistiliiton jäsenyhdistys.

Muistiyhdistyksen asiakasohjaus, varaa aikasi puhelimitse (03) 735 1681.

litin muistikahvila: Kausansaarentie 3, 47400 Iitti

Lisätietoja aikatauluista: Petra Behm, puh. 044 727 3010

Päijät-Hämeen Omaishoitajat ry

Päijänteenkatu 1, 15140 Lahti

info@phomaishoitajat.fi

Toiminnanjohtaja Annukka Tuominen puh. 050 469 4209

Päijät-Hämeen Omaishoitajat ry on kaikkien läheisistään huolehtivien oma etujärjestö.

litin omaishoitajien ryhmä

Lisätietoja: Maija Kauppinen, puh. 050 387 1653

Lahden Suomi-piste

Kirkkokatu 12, 15140 Lahti

Lahden Suomi-pisteessä toimivat palveluneuvojat tarjoavat apua sähköisten palveluiden käytössä (digituki), auttavat asiakasohjaus- ja vuoronumerojärjestelmän käytössä ja asiakirjojen jättämisessä viranomaisille sekä myös etäpalvelulaitteiston käytössä. Suomi-pisteessä saa tietoa asioiden vireillepanoon ja käsittelyyn liittyen sekä yleistä tietoa viranomaisasioissa. Suomi-pisteessä on kansalaisten käytössä tietokone ja monitoimilaite tulostukseen

Rikosseuraamuslaitos - palveluajat ajanvarauksella

maanantai 8.00–16.15

tiistai-perjantai 8.00–16.15

Kela - palveluajat ilman ajanvarausta

maanantai-perjantai 9.00–12.00

Kela -palveluajat ajanvarauksella

maanantai-perjantai 12.00–16.00

Ulosottolaitos- palveluajat ilman ajanvarausta

maanantai-perjantai 9.00–12.00

Digi- ja väestötietovirasto- palveluajat ajanvarauksella

tiistai-keskiviikko 9.00–16.00

perjantai 9.00–16.00

Digi- ja väestötietovirasto- palveluajat ilman ajanvarausta

keskiviikko 9.00–12.00

Maanmittauslaitos- palveluajat ilman ajanvarausta

torstai-perjantai 9.00–16.15

Verohallinto - palveluajat ajanvarauksella

torstai 9.00–12.00

Kelan yhteystiedot

Asuminen puh. 020 692 210

Eläkkeet puh. 020 692 202

Kuntoutus ja vammaistuet puh. 020 692 205

Perintäkeskus puh. 020 634 4940

Sairastaminen ja kortit puh. 020 692 204

Kuntoutus ja vammaistuet puh. 020 692 205

Sairastaminen ja kortit puh. 020 692 204

Toimeentulotuki puh. 020 692 207

Turvakieltoasiakkaat puh. 020 635 3500

litin Kela-asioita hoidetaan kunnan litti-pisteessä, joka toimii kunnan yleisenä asiakaspalvelupisteenä. litti-piste sijaitsee osoitteessa Rautatienkatu 20, 47400 Kausala. Voit ottaa yhteyttä litti-pisteeseen puhelinvaihteen kautta numerolla 020 615 9600 tai käymällä paikan päällä.

Kriisityön yhteystietoja

Mieli ry kriisipuhelin puh. (09) 2525 0111 - keskusteluapua kriisiin 24 h.

Lahden seudun Kriisikeskus - toimisto@lahdenkriisikeskus.fi
Ilmoita sähköpostiviestissä puhelinnumerosi, niin sinulle soitetaan.

Lahden ensi- ja turvakoti ry puh. (03) 875 090 päivystää 24 h.

Rikosuhripäivystys puh. 116 006 (ma-pe klo 9–20).
Soittaminen on maksutonta ja soittaa voi myös nimettömänä.

Seurakunnan palveleva puhelin puh. 0400 2211 80 (klo 18–24).
Hengellistä ja henkistä tukea esimerkiksi yksinäisyyteen.

Suvantolinja puh.0800 06776 ma 12-15 ja ke 10-13
Kaltoinkohtelu ja väkivaltatilanteet

Huoli-ilmoitus Päijät-Hämeen hyvinvointialue

- Henkilöstä, joka on kykenemätön huolehtimaan itsestään, omasta terveydestään tai turvallisuudestaan.
- Velvoittaa selvittämään henkilön palvelutarpeen.
- Voi tehdä, vaikka henkilö ei anna suostumustaan yhteydenottoa varten.
- Huoli-ilmoituksen voi tehdä **sähköisellä lomakkeella** (ilmoitus sosiaalihuollon tarpeesta), joka löytyy **Päijät-Soten sivulta**: <https://pajjat-sote.fi/apua-ja-tukea-arkeen/ikaantyneille-siirto/>
- **Puhelimitse Ikääntyneiden palveluneuvonta** 044 482 5050

Huoli-ilmoitukseen tulee kertoa henkilön nimi ja osoite. Myös lisätunnisteet, kuten puhelinnumero ja henkilötunnus helpottavat viranomaisten työtä. Huoli-ilmoituksen tekijän tulee kertoa oma nimi ja puhelinnumero. Mikäli ilmoituksen haluaa tehdä nimettömänä, siitä tulee ilmoittaa kohdassa ilmoittajan tietojen salassapito ja kertoa syy.

