



Sisältö:

- Kesän aukioloajat
- Aallon asiantuntijat



Kesä ja loma kolkuttelevat jo ovella!

Ehkä joku on jo ehtinytkin lomailemaan ja hyvä niin! Nyt on aika hengähtää, nauttia valoisista illoista ja lomalla unohtaa työasiat.

- Työt kannattaa jättää tauolle loman ajaksi – irtiotto arjesta tekee hyvää niin mielelle kuin kehollekin.
- Rentoutuminen onnistuu monella tapaa: ehkä sinulle se tarkoittaa kirjoja, riippumattoa, metsäpolkuja tai vaikka meren rannalla loikoilua.
- Mitä sinulla on suunnitteilla lomalle? Aiotko lähteä reissuun vai nautiskella kotikulmilla?

Leppoisaa ja aurinkoista kesää!

Työterveys Aalto palvelee kesällä seuraavasti:

- **Kesäkuu:** ma-to klo 8-16 ja pe klo 8-15 (20.6. ja 27.6. SULJETTU)
- **Heinäkuu:** ma-to klo 8-16 ja pe SULJETTU

*Kesäperjantait: Olemme suljettu
perjantaisin ajalla 20.6.-3.8.2025*

Juhannuksen poikkeavat aukioloajat:

- **19.6.2025** (juhannusaaton aatto): Suljemme klo 14.00.
- **20.6.2025** (juhannusaatto): Olemme suljettu.

*Myös OmaAallon etäpalvelut ja asiakaspalvelupuhelin palvelee poikkeavin
aukioloajoin.*

[Aallon aukioloajat →](#)



AALLON ASIAANTUNTIJAT

Unettomuus on yhä yleisempi vaiva – apua on kuitenkin saatavilla

Aallon uniasiantuntijat
palvelevat työterveysasiakkaita
UniHelpissä

Huoli unesta on yksi syy hakeutua
työterveyteen. Siksi
työterveyshuollossa on kehitetty
keinoja tunnistaa ja hoitaa
uniongelmia mahdollisimman
varhaisessa vaiheessa.

UniHelppi on kehitetty vastaamaan
tähän tarpeeseen, sen avulla asiakas

saa oikea-aikaista, vaikuttavaa tukea uneen liittyviin haasteisiin. UniHelppi on ollut Aallon käytössä loppuvuodesta 2022 alkaen. Palvelua on kehitetty käyttöönottamisen jälkeen ja kehitystyö jatkuu edelleen, jotta se vastaa jatkossakin asiakkaidemme tarpeisiin.

Mutta mikä UniHelppi oikein on ja miten se toimii käytännössä? *Aallon uniasiantuntijat työterveyshoitajat Maarit ja Heidi* kertovat artikkelissa, miten palvelu rakentuu ja millaista apua UniHelpin kautta on tarjolla.



Lue lisää →

Digitukihenkilö auttaa Aallon sähköisten järjestelmien käytön haasteissa ja ongelmatilanteissa

Miten digitukihenkilö voi auttaa?

Palvelu kattaa erityisesti seuraavat osa-alueet:

- [OmaAallon](#) etäpalveluiden eri toiminnot, kuten nettiajanvaraus, eTerveys chat-vastaanotto, kiireetön viestintä ja videovastaanotto.
- EsihenkilöAalto

Miten saan yhteyden digitukihenkilöön?

Voit ottaa yhteyttä digitukihenkilöön:

- Puhelimitse: Aallon asiakaspalvelun kautta p. [010 207 5200](tel:0102075200)
- Sähköpostitse: digituki@tyoterveysaalto.fi

Lisätietoa palvelusta saat Aallon henkilöstöltä. Ota rohkeasti yhteyttä – olemme täällä auttamassa!

Työelämän rokotukset

Olemme aloittaneet syksyn 2025 influenssarokotusten suunnittelun työnantajien kanssa.

Seuraathan oman työnantajasi viestintää syksyn rokotuksista ennen rokotuskauden alkamista. Toteutamme työterveyshuollossa työelämän rokotuksia tartuntatautilain (1227/2016) perusteella THL:n ohjeiden mukaisesti.

Järjestämme näiden lisäksi työnantajan pyynnöstä influenssarokotuksia myös muille ammattiryhmille. Teemme tiivistä työterveysyhteistyötä työnantajien kanssa, jotta rokotukset toteutuvat sujuvasti ja oikea-aikaisesti.



Skannaa ja kurkkaa – näin työterveys tukee työkykyäsi!

Skannaamalla QR-koodin pääset Aallon esitteeseen.

Esitteessä kerromme palveluistamme, asiakkaan palvelupolusta Työterveys Aallossa sekä paljon muuta hyödyllistä tietoa työterveyshuollosta.



Kesän palveluista voi jättää palautetta tästä →

Seuraa meitä somessa!

Kerromme sosiaalisessa mediassa Työterveys Aallon ajankohtaisista asioista.



TYÖTERVEYS AALTO OY

www.tyoterveysaalto.fi
p. 010 207 5200
etunimi.sukunimi@tyoterveysaalto.fi

TOIMIPISTEET

AALTO YLIOPISTONKATU
Yliopistonkatu 38 C, 3.kerros
40100 Jyväskylä

POSTIOSOITE
Hannikaisenkatu 11-13
40100 Jyväskylä

AALTO HANNIKAISENKATU
Hannikaisenkatu 11-13, 4. kerros
40100 Jyväskylä

LUE LISÄÄ PALVELUISTAMME **TÄSTÄ!**

Osoitelähde: Asiakasrekisteri.