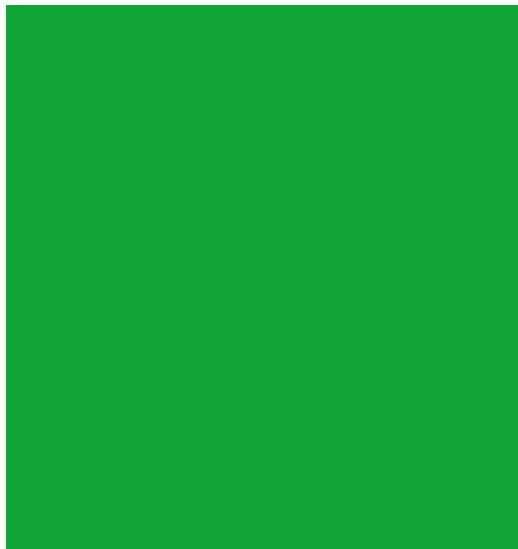




# KRUUNUPIISTO

PUNKAHARJU

TERVEYTTÄ JA ELINVOIMAA



*Terveys, hyvinvointi  
ja hemmottelu.*



*Punkaharjulle ei kai  
maailmassa ole vertais-  
tansa. - Sen ihanuutta ja  
kauneutta ei mikään kynä  
pysty kuvailemaan.*

*- Fredrika Runeberg, 1838 -*

# Terveyslomalle!

Ihminen on kehon ja mielen kokonaisuus, jonka kunnosta tulee huolehtia. Hyvä terveys on kaikille tärkeää. Kruunupuiston tavoitteena on terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen laadukkailla hoidoilla ja palveluilla.

Terveysloma Kruunupuistossa on lepoa, hyvää ruokaa, liikuntaa ja erilaisia terveys- ja hyvinvointipalveluita tarpeidesi mukaan. Terveyslomassa yhdistyvät kuntoutuksen ja loman parhaat elementit.

Kruunupuisto sijaitsee Saimaan rannalla Itä-Suomessa, keskellä Punkaharjun luonnonsuojelualuetta jääkauden muovaamassa maisemassa.

Ainutlaatuisen harjuluonnon ja mäntymetsien parantava vaikutus tunnettiin jo yli 100 vuotta sitten. Retket metsässä ja rannoilla eri vuodenaikoina rauhoittavat mieltä ja lataavat elinvoimaa kehoon.

Lisäarvoa terveyslomillesi antaa lähialueen kulttuuritarjonta: Savonlinnan konsertti- ja teatteritarjonta, metsämuseo Lusto, Johanna Oraksen taidekartano, Savonlinnan Oopperajuhlat, keskiaikainen Olavinlinna ja maailman suurin puukirkko Kerimäellä.

Suomalaisen kesäillan aidoimmillaan koet Kruunupueenan perinteisissä lavatansseissa järven rannalla. Potilas- ja lomajärjestöjen kanssa toteutamme myös erilaisia tuettuja lomakokonaisuuksia.

**OTA YHTEYTTÄ: Myyntipalvelu**  
**puh. 020 763 9131**  
**myyntipalvelu@kruunupuisto.fi**

## NAUTI TERVEYSLOMAPAKETEISTAMME



### Kuntoloma harjulla 5 vrk

Lomaan sisältyy majoitus, täysihoito, hierontaa ja parafiinihoito, liikuntaryhmä ja vapaa-ajanohjelma päivittäin, kuntosalin ja allasosaston käyttö sekä fysioterapeutin alkutapaaminen.

### Viikonloppun kuntolomat 2 vrk

Viikonloppu tarjoaa irtioton arjesta tai ripauksen hemmottelua. Tarjoamme lomavaihtoehtoja niin työikäisille kuin senioreillekin.

Lomapaketit sisältävät majoituksen, täysihoidon, hyvän olon ohjelmaa ja hierontaa sekä iltaohjelmaa ravintolassa.

### Tukea toipumiseen - kuntoutusta räätälöidysti

Räätälöimme terveysloman asiakkaan tarpeisiin yksilöllisesti niin keston kuin sisällönkin osalta.

Terveysloma voi olla yksilöllistä kuntoutusta ennaltaehkäisevästi tai toimintakyvyn ylläpitämiseen, leikkauksesta, sairaudesta tai sairaalahoidosta toipumiseen.

Kuntouttava terveysloma sisältää majoituksen, täysihoidon, lääkärin tutkimuksen ja kuntoutussuunnitelman sekä fysioterapiaa suunnitelman mukaan.

Lisäksi keskustelua, terveysneuvontaa ja aktivoivaa liikuntaa, vapaa-ajanohjelmaa, allasosaston ja kuntosalin käyttöä.



# Kuntoutuksen monipuolinen edelläkävijä

Asiakkaan kokonaisvaltainen hyvinvointi on Kruunupuiston kuntoutustoiminnan lähtökohta. Kuntoutuksen suunnittelu ja toteutus perustuu asiakkaan yksilöllisiin tarpeisiin. Toteutamme kuntoutusta pitkällä kokemuksella ja suurella sydämellä. Kehitämme moniammatillista osaamistamme tutkimus- ja kehittämistyön kautta jatkuvasti. Työmme kuntoutuksen edelläkävijänä on vastuullista ja meille tärkein mittari onnistuneesta työstä on asiakkailta saatu palaute.

## **Terveempi työura**

Työelämän kasvavat haasteet ja jatkuvat muutokset edellyttävät myös työikäisten kuntoutukselta uusia, yhä monipuolisempia vaihtoehtoja. Kruunupuiston kuntoutustarjonta työuran eri vaiheissa oleville, työtömille ja eläkkeelle siirtyville on laaja riippuen asiakkaan tarpeista. Kuntoutuksen muotoja ovat ASLAK- ja TYK-kuntoutus sekä kuntoremontit.

Lisäksi toteutamme kuntoutusta mm. tuki- ja liikuntaelinsairauksia, diabetestä, sydän- ja syöpäsairauksia ja lukuisia muita sairauksia sairastaville. Työyhteisöille tarjotaan työurapalveluita työhyvinvointipäivistä laajoihin palvelukokonaisuuksiin, jotka perustuvat asiantuntijuuteen ja pitkäjänteiseen kumppanuuteen.

## **Sijoitus elämänlaatuun**

Merkittävä osa Kruunupuiston kuntoutuspalveluista toteutetaan yhteistyössä KELA:n, Raha-automaattiyhdistyksen, vakuutusyhtiöiden sekä muiden julkisten ja

yksityisten terveydenhuollon tahojen kanssa.

Yhä kasvava määrä asiakkaita hakeutuu kuntoutukseen omalla kustannuksella – hyvinvointiin ja toimintakykyyn panostaminen on sijoitus elämänlaatuun. Kruunupuisto tekee tuosta sijoituksesta kannattavan omalla asiantuntemuksellaan.

## **Kohti parempaa arkea**

Kuntoutus on aina tavoitteellista. Tavoitteena on toimintakyvyn parantuminen ja sen kautta parempi selviytyminen ja jaksaminen arjessa.

Toimintakyky voi alentua eri syistä ikääntymisen myötä, sairauden tai vammautumisen seurauksena.

Kruunupuistossa toteutetaan vaikeavammaisten kuntoutusta sekä tules-, reuma-, diabetes-, polio- ja sydänkuntoutusta sekä kuntoutusta erilaisiin neurologisiin sairauksiin ja vammoihin kuten aivohalvaukset ja MS. Kuntoutumisen muotona on myös erilaisten potilas- ja lomajärjestöjen kanssa toteutettavat lomat ja kurssit. Kuntoutussuunnitelmassa otetaan huomioon jokaisen asiakkaan tavoitteet, toiveet ja voimavarat. Kruunupuiston toiminta huomioi myös asiakkaat, jotka tarvitsevat apua päivittäisissä toimissaan. Ympäri vuorokautiset hoivapalvelut tekevät kuntoutuksesta turvallista ja toimivaa.



## **OTA YHTEYTTÄ: Kuntoutuksen asiakassihteerit**

**Eija Herttuainen**

**puh. 040684 6488**

**Arja Valtonen /työikäisten kuntoutus**

**puh. 040 684 6487**

**etunimi.sukunimi@kruunupuisto.fi**



*Moniammatillisia  
kuntoutuspalveluita  
vuodesta 1969 lähtien.*

*Toimintaamme ohjaavat  
arvot: **reilu, kehittyvä ja  
tavoitteellinen.***

*Välitämme aidosti asiak-  
kaistamme ja työyhteisös-  
tämme, kehitämme  
osaamistamme jatkuvasti  
ja meillä on selkeät yhtei-  
set tavoitteet.*





*Varmaa vain on, että  
olkoonpa ilta tahi aamu,  
kesäyö tai auringonpaiste,  
maassamme ei ole  
kauniimpaa huvipuistoa.  
Ja tämä sanoo  
Punkaharjusta paljon.*

*- Zachris Topelius, 1875 -*

*Historiallinen jugend  
hotelli palvelee sinua  
Punkaharjun  
kansallismaisemassa.*



# Hotelli & Ravintola

Tarjoamme majoitusvaihtoehtoja standardhuoneista tyylikkäästi sisustettuihin superior -huoneisiin yli sata vuotiaassa jugend -rakennuksessa. Kaikissa huoneissa on wc, suihku ja tv ja osassa myös ilmastointi ja langaton internet. Halutessasi voit majoittua myös erillisessä jugendhuvila Urholassa.

Meillä on vaihtoehtoja jokaiselle: tarjoamme monipuolisesti esteettömiä huoneita, perheen kanssa voi olla mukava valita keittiöllinen huone, parvekehuoneissa nautit järvinäköalasta ja lemmikkien kanssa matkustaville on omat huoneensa. Majoitushintaan sisältyy aamiainen sekä kuntosalin ja allasosaston käyttö.

Ravintola Kruunupuisto palvelee aamusta iltaan ja arjesta juhlaan. Lounas- ja päivällisaikaan tarjoamme maukasta kotiruokaa noutopöydästä ja iltaisin ravintola palvelee tanssi- ja tilausravintolana.

Erilaisiin kokouksiin, koulutuksiin, virkistyspäiviin, messuihin, näyttelyihin, juhliin ja tapahtumiin Kruunupuisto tarjoaa toimivat puitteet ja laadukkaat palvelut niin päärakennuksessa kuin historiallisessa Inkeritalossa ja Urholassa.

Punkaharjun kansallismaiseman voi kokea kaikkina vuodenaikoina. Kruunupuistosta voit vuokrata liikuntavälineitä ja tehdä oman tutkimusmatkasi harjuluontoon omatoimisesti tai opastetusti ryhmässä. Puistomainen piha-alue tarjoaa myös luontoelämyksiä helposti ja esteettömästi. Kruunupuiston allasosasto saunoineen, tilaussaunat, kuntosali sekä sisäliikuntamahdollisuudet tarjoavat vapaa-ajan aktiviteettejä. Monipuoliset hemmottelu- ja terveyshoidot täydentävät palveluvalikoimaamme.

**OTA YHTEYTTÄ: Lisätiedot ja varaukset**  
**puh. 020 763 9131**  
**myyntipalvelu@kruunupuisto.fi**

## NAUTI PALVELUISTAMME



### Hotelli

- huoneita 128
- majoitustilaa 240 hlölle
- kahvila, myymälä, terassiravintola

### Ravintola ja kokoustilat

- Ravintola, 120 hlöä
- Kruunuareena, 500 hlöä
- Presidentti, 80 hlöä
- Juhlasali, 50 hlöä
- Kenraali, 20 hlöä

- Inkeritalo n. 50 hlöä
- huvila Urhola, 23 hlöä
- pienryhmätiloja

### Liikunta ja vapaa-aika

- uima-allas, spa ja saunat
- kuntosali ja ulkokuntosali
- liikuntasali ja harjoitustiloja
- liikuntavälineiden vuokraus mm. kävelysauvat, polkupyörät, lumikengät, retkiluistimet

- liikunnan ohjaus
- piharastit, frisbeegolf
- terapiapolut, pihapelit
- ranta- ja tilausaunat

### Terveys- ja hemmotteluhoidot

- hieronnat ja vartalohoidot
- fysioterapia
- jalkahoidot ja -kylvyt
- esteettiset hoidot
- kuntotestaukset



# KRUUNUPIISTO OY

Vaahersalontie 44, 58450 Punkaharju  
puh. 020 763 9130 |

Myyntipalvelu:  
ma-pe klo 8-17  
puh. 020 763 9131 | fax. 020 763 9139  
myyntipalvelu@kruunupuisto.fi

[www.kruunupuisto.fi](http://www.kruunupuisto.fi)

**Helsingistä** 🚗 4 t 30 min 🚆 4 t ✈️ 1 t 15 min Savonlinnaan | **Kuopiosta** 🚗 2 t 30 min 🚌 3 t 30 min  
**Lappeenrannasta** 🚗 1 t 20 min 🚆 1 t 30 min | **Savonlinnasta** 🚗 30 min 🚆 20 min 🚌 40 min

