



# KRUUNUPUISTO

## – Kuntoutuksen edelläkävijä



Vuoden 2018 **Kela**<sup>®</sup>  
kuntoutuskurssit Kruunupuistossa



**KRUUNUPUISTO**  
PUNKAHARJUN KUNTOUTUSKESKUS



## 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 – Sijoitus elämänlaatuun – Kohti parempaa arkea

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



## AVH-kurssit

(aivoverenkiertohäiriöt, valtakunnallisia)

### Aivoverenkiertohäiriön sairastaneiden

#### kuntoutuskurssit (kurssilla myös jaksot omaisille)

|                                                                     |       |
|---------------------------------------------------------------------|-------|
| • 29.1.-2.2.18, keskijakso 14.-18.5.18<br>päättöjakso 3.-7.12.18    | 65877 |
| • 12.-16.2.18, keskijakso 4.-8.6.18<br>päättöjakso 10.-14.12.18     | 65878 |
| • 12.-16.3.18, keskijakso 6.-10.8.18<br>päättöjakso 7.-11.1.19      | 65880 |
| • 3.-7.4.18, keskijakso 20.-24.8.18<br>päättöjakso 4.-8.2.19        | 65881 |
| • 23.-27.4.18, keskijakso 3.-7.9.18<br>päättöjakso 4.-8.3.19        | 65882 |
| • 21.-25.5.18, keskijakso 1.-5.10.18<br>päättöjakso 11.-15.3.19     | 65883 |
| • 11.-15.6.18, keskijakso 12.-16.11.18<br>päättöjakso 8.-12.4.19    | 65879 |
| • 23.-27.7.18, keskijakso 22.-26.10.18<br>päättöjakso 1.-5.4.19     | 65884 |
| • 10.-14.9.18, keskijakso 26.-30.11.18<br>päättöjakso 13.-17.5.19   | 65885 |
| • 30.7.-3.8.18, keskijakso 14.-18.1.19<br>päättöjakso 5.-9.8.19     | 65886 |
| • 15.-19.10.18, keskijakso 28.1.-1.2.19<br>päättöjakso 24.-28.6.19  | 65887 |
| • 29.10.-2.11.18, keskijakso 25.-29.3.19<br>päättöjakso 12.-16.8.19 | 65888 |
| • 5.-9.11.18, keskijakso 8.-12.4.19<br>päättöjakso 2.-6.9.19        | 65889 |
| • 19.-23.11.18, keskijakso 23.-27.4.19<br>päättöjakso 9.-13.9.19    | 65890 |
| • 10.-14.12.18, keskijakso 6.-10.5.19<br>päättöjakso 7.-11.10.19    | 65891 |

### Käden tehostetun käytön AVH-kurssit

(kurssilla myös jaksot omaisille)

|                                          |       |
|------------------------------------------|-------|
| • 15.-26.1.18, päättöjakso 6.-11.8.18    | 65917 |
| • 19.2.-2.3.18, päättöjakso 27.8.-1.9.18 | 65918 |
| • 12.-23.3.18, päättöjakso 24.-29.9.18   | 65919 |
| • 16.-27.4.18, päättöjakso 8.-13.10.18   | 65920 |
| • 4.-15.6.18, päättöjakso 26.11.-1.12.18 | 65921 |
| • 13.-24.8.18, päättöjakso 21.-26.1.19   | 65922 |
| • 15.-26.10.18, päättöjakso 11.-16.3.19  | 65923 |
| • 19.-30.11.18, päättöjakso 8.-13.4.19   | 65924 |

### Painokevennetyn kävelyn AVH-kurssit

(kurssilla myös jaksot omaisille)

|                                            |       |
|--------------------------------------------|-------|
| • 29.1.-17.2.18, päättöjakso 28.5.-1.6.18  | 65939 |
| • 14.5.-2.6.18, päättöjakso 1.-5.10.18     | 65940 |
| • 3.-22.9.18, päättöjakso 11.-15.2.19      | 65941 |
| • 29.10.-17.11.18, päättöjakso 18.-22.3.19 | 65942 |
| • 3.-22.12.18, päättöjakso 23.-27.4.19     | 65943 |



## Crohnin tauti ja/tai Colitis Ulcerosa

(valtakunnallisia)

### Crohnin tautia ja/tai Colitis Ulcerosaa sairastavien sopeutumisvalmennuskurssit

|                                         |       |
|-----------------------------------------|-------|
| • 28.5.-1.6.18 päättöjakso 8.-12.10.18  | 65685 |
| • 17.-21.9.18, päättöjakso 10.-14.12.18 | 65686 |
| • 26.-30.11.18, päättöjakso 23.-27.4.19 | 65687 |

## Diabetes (valtakunnallisia)

### Diabetesta ja metabolista oireyhtymää sairastavien kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskurssit

#### Tyypin I diabetesta sairastavien aikuisten sopeutumisvalmennuskurssit

|                                         |       |
|-----------------------------------------|-------|
| • 14.-18.5.18, päättöjakso 12.-16.11.18 | 67918 |
| • 11.-15.6.18, päättöjakso 3.-7.12.18   | 67919 |
| • 13.-17.8.18, päättöjakso 21.-25.1.19  | 67920 |
| • 15.-19.10.18, päättöjakso 1.-5.4.19   | 67917 |

#### Työelämässä olevien metabolista oireyhtymää ja tyypin II diabetesta sairastavien kuntoutuskurssit

|                                     |       |
|-------------------------------------|-------|
| • 3.-7.4.18, päättöjakso 3.-7.9.18  | 67962 |
| • 4.-8.6.18, päättöjakso 5.-9.11.18 | 67963 |

## Epilepsia (valtakunnallisia)

### Epilepsiaa sairastavien kuntoutuskurssit

(kurssihin kuuluu jaksot omaisille)

|                 |       |
|-----------------|-------|
| • 23.-27.4.2018 | 72123 |
| • 13.-17.8.2018 | 72124 |

Kurssiajankohtien muutokset mahdollisia.

Tarkistathan [www.kela.fi/kuntoutus](http://www.kela.fi/kuntoutus) tai [www.kruunupuisto.fi](http://www.kruunupuisto.fi)

## Ihosairaudet (valtakunnallisia)

### Psoriasista sairastavien sopeutumisvalmennuskurssit

|                    |       |
|--------------------|-------|
| • 23.-27.4.2018    | 72168 |
| • 27.-31.8.2018    | 72169 |
| • 29.10.-2.11.2018 | 72170 |

### Vaikeaa ja pitkäaikaista ihon sairautta sairastavien sopeutumisvalmennuskurssi

|                 |       |
|-----------------|-------|
| • 24.-28.9.2018 | 72172 |
|-----------------|-------|

## IKKU (monisairaat, KYS erva-alue)

### Työelämästä poissaolevien ikääntyneiden monisairaiden kuntoutuskurssit

(kursseihin kuuluu jaksot omaisille)

|                                                                    |       |
|--------------------------------------------------------------------|-------|
| • 29.1.-2.2.18, keskijakso 30.7.-3.8.18<br>päättöjakso 14.-18.1.19 | 66056 |
| • 9.-13.4.18, keskijakso 27.-31.8.18<br>päättöjakso 4.-8.2.19      | 66057 |
| • 4.-8.6.18, keskijakso 12.-16.11.18<br>päättöjakso 29.4.-3.5.19   | 66058 |
| • 6.-10.8.18, keskijakso 10.-14.12.18<br>päättöjakso 5.-9.8.18     | 69610 |
| • 17.-21.9.18, keskijakso 8.-12.4.19<br>päättöjakso 12.-16.8.19    | 66059 |

## Mielenterveys (valtakunnallisia)

### Itu-kurssi, mielenterveyden häiriöitä sairastavien nuorten kuntoutuskurssit

|                                                                   |       |
|-------------------------------------------------------------------|-------|
| • 28.5.-1.6.18, keskijakso 15.-19.10.18<br>päättöjakso 8.-12.4.19 | 73586 |
| • 30.7.-3.8.18, keskijakso 18.-22.2.18<br>päättöjakso 3.-7.6.19   | 73585 |
| • 17.-21.9.18, keskijakso 25.-29.3.19<br>päättöjakso 19.-23.8.19  | 73587 |

### Verso-kurssi, mielenterveyden häiriöitä pitkään sairastaneiden kuntoutuskurssi

|                                                                 |       |
|-----------------------------------------------------------------|-------|
| • 16.-20.4.18, keskijakso 1.-5.10.18<br>päättöjakso 11.-15.3.19 | 68748 |
|-----------------------------------------------------------------|-------|

## MS (valtakunnallisia)

### MS-kuntoutuskurssit

(osaan kursseista kuuluu jaksot omaisille)

#### Työelämässä olevien kurssit

|                                                                        |       |
|------------------------------------------------------------------------|-------|
| • 4.-8.6.18, keskijakso 10.-14.12.18<br>päättöjakso 10.-14.6.19        | 65486 |
| • 23.-27.7.18, keskijakso 15.-19.10.18<br>päättöjakso 1.-5.4.19        | 65485 |
| • 27.-31.8.18, keskijakso 4.-8.2.19<br>päättöjakso 5.-9.8.19           | 65487 |
| • 29.10.-2.11.18, keskijakso 23.-27.4.19<br>päättöjakso 7.10.-11.10.19 | 65488 |

#### Työelämästä poissaolevien kurssit

|                                                                   |       |
|-------------------------------------------------------------------|-------|
| • 21.-25.5.18, keskijakso 12.-16.11.18<br>päättöjakso 13.-17.5.19 | 65489 |
| • 10.-14.9.18, keskijakso 18.-22.3.19<br>päättöjakso 2.-6.9.19    | 65490 |
| • 19.-23.11.18, keskijakso 8.-12.4.19<br>päättöjakso 4.-8.11.19   | 65491 |

## Näkö (valtakunnallisia)

### Näkövammaisten sopeutumisvalmennuskurssit

(kursseihin kuuluu jaksot omaisille)

#### Alle 68 -vuotiaiden sopeutumisvalmennuskurssi

|                  |       |
|------------------|-------|
| • 6.-10.8.2018   | 72309 |
| • 1.-5.10.2018   | 72308 |
| • 12.-16.11.2018 | 72310 |

#### Yli 68 -vuotiaiden sopeutumisvalmennuskurssit

|                  |       |
|------------------|-------|
| • 4.-8.6.2018    | 72311 |
| • 30.7.-3.8.2018 | 72312 |
| • 24.-28.9.2018  | 72313 |
| • 15.-19.10.2018 | 72314 |
| • 3.-8.12.2018   | 72315 |

## Omaishoitajat (KYS erva-alue)

### Omaishoitajien kuntoutuskurssi

|                                          |       |
|------------------------------------------|-------|
| • 28.5.-1.6.18, päättöjakso 26.-30.11.18 | 68667 |
|------------------------------------------|-------|

#### Parikurssit:

|                                                                   |       |
|-------------------------------------------------------------------|-------|
| • 5.-9.3.18, keskijakso 20.-24.8.18<br>päättöjakso 15.-19.10.18   | 69060 |
| • 23.-27.7.18, keskijakso 19.-23.11.18<br>päättöjakso 10.-14.6.19 | 69554 |
| • 3.-7.9.18, keskijakso 7.-11.1.19<br>päättöjakso 3.-7.6.19       | 69061 |
| • 14.-18.5.18, keskijakso 22.-26.10.18<br>päättöjakso 11.-15.2.19 | 69062 |



## Reuma (valtakunnallisia)

### Nivelreumaa sairastavien kuntoutuskurssi työelämässä oleville

- 19.-23.2.18, keskijakso 27.-31.8.18 68969  
päättösjakso 4.-8.3.19

### Selkärankareumaa sairastavien kuntoutuskurssi työelämässä oleville

- 23.-27.4.18, keskijakso 24.-28.9.18 68970  
päättösjakso 1.-5.4.19

### Nivelreumaa sairastavien sopeutumisvalmennuskurssi työelämässä oleville

- 16.-20.4.2018 68990

### Selkärankareumaa sairastavien sopeutumisvalmennuskurssi työelämässä oleville

- 8.-12.10.2018 68991

### Nivel- tai selkärankareumaa sairastavien avokuntoutuskurssi

- 24.-26.9.18, päättösjakso 26.-27.8.19 73650

#### Avokurssi sisältää 10 käyntikertaa

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1. 17.10.2018 | 6. 6.3.2019   |
| 2. 14.11.2018 | 7. 3.4.2019   |
| 3. 17.12.2018 | 8. 8.5.2019   |
| 4. 9.1.2019   | 9. 5.6.2019   |
| 5. 6.2.2019   | 10. 26.6.2019 |

## Sidekudossairaudet (valtakunnallisia)

### Sjögrenin oireyhtymää sairastavien sopeutumisvalmennuskurssit

- 21.-25.5.18, päättösjakso 26.-30.11.18 72013
- 27.-31.8.18, päättösjakso 20.-24.5.19 72014

### Systeemistä sidekudossairautta sairastavien sopeutumisvalmennuskurssit

- 16.-20.4.18, lopetusjakso 10.-14.12.18 72015
- 21.-25.5.18, lopetusjakso 28.1.-1.2.19 72016
- 10.-14.9.18, lopetusjakso 3.-7.6.19 72017
- 22.-26.10.18, lopetusjakso 22.-26.7.19 72018

### Vaskuliittisairautta sairastavien sopeutumisvalmennuskurssit

- 23.-27.4.18, lopetusjakso 7.-11.1.19 72019
- 23.-27.7.18, lopetusjakso 4.-8.3.19 72020
- 24.-28.9.18, lopetusjakso 10.-14.6.19 72021
- 12.-16.11.18, lopetusjakso 29.7.-2.8.19 72022

## Syöpä (valtakunnallisia)

### Syöpää sairastavien aikuisten sopeutumisvalmennuskurssit

#### Alle 68 -vuotiaiden sopeutumisvalmennuskurssi

- 26.2.-2.3.2018 68933

#### Yli 68 -vuotiaiden sopeutumisvalmennuskurssi

- 20.-24.8.2018 68934

### Rintasyöpää sairastavien sopeutumisvalmennuskurssit

#### Alle 68 -vuotiaiden sopeutumisvalmennuskurssi

- 9.-13.4.2018 68888
- 6.-10.8.2018 68889
- 19.-23.11.2018 68890

#### Yli 68 -vuotiaiden sopeutumisvalmennuskurssi

- 3.-7.4.2018 68891

## TULES-kurssit (KYS erva-alue)

### Tules-kurssi/niska-, hartia- ja/tai yläraaja

- 5.-9.2.18, keskijakso 11.-15.6.18 65743  
päättöjakso 3.-7.12.18
- 20.-24.8.18, keskijakso 26.-30.11.18 68561  
päättöjakso 10.-14.6.19

### Tules-kurssi/selkäsairaus

- 14.-18.5.18, keskijakso 13.-17.8.18 65744  
päättöjakso 10.-14.12.18

### Tules-kurssi työelämästä poissaoleville alle 68-vuotiaille

- 23.7.-27.7.18, keskijakso 22.10.-26.10.18, 73465  
päättöjakso 25.3.-29.3.2019

### Tules-avokurssi/selkäsairaus

- 10.-12.9.18, päättöjakso 5.-6.8.19 68318

#### Avokurssi sisältää 10 käyntikertaa (4h/käyntikerta)

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1. 3.10.2018  | 6. 13.2.2019  |
| 2. 7.11.2018  | 7. 13.3.2019  |
| 3. 28.11.2018 | 8. 17.4.2019  |
| 4. 18.12.2018 | 9. 15.5.2019  |
| 5. 16.1.2019  | 10. 12.6.2019 |

## Ääreishermo- ja lihassairaudet (valtakunnallisia)

### Lihassairauksia ja/tai dystrofiaa sairastavien sopeutumisvalmennuskurssit

(kursseihin kuuluu jaksot omaisille)

- 20.-24.8.18, päättöjakso 11.-15.2.19 65998
- 8.-12.10.18, päättöjakso 6.-10.5.19 65999
- 26.-30.11.18, päättöjakso 27.-31.5.19 65997

### MG-sairautta sairastavien sopeutumisvalmennuskurssit

(kurssiin kuuluu jaksot omaisille)

- 28.5.-1.6.18, päättöjakso 5.-9.11.18 66000



## OMIA MUISTIINPANOJA

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## Kruunupuisto toimii myös palveluntuottajana Kelan harkinnanvaraisessa ja vaikeavammaisten lääkinnällisessä yksilö kuntoutuksessa.

Kun tarvitset kuntoutusta, ota yhteyttä sinua hoitavaan lääkäriin, työterveyslääkäriin tai Kelaan. Tarvittaessa lääkäri laatii kuntoutustarpeestasi lausunnon ja ehdottaa kuntoutusta.

Vaikeavammaisen lääkinnälliseen kuntoutukseen tarvitaan lisäksi julkisessa terveydenhuollossa yhdessä kuntoutujan kanssa tehty **kuntoutussuunnitelma**.

**1.1.2016 astui voimaan lakiuudistus.** Vaikeavammaisten lääkinnälliseen kuntoutukseen pääsy ei enää riipu vammaisetuuden saamisesta. Kuntoutukseen pääsy ei edellytä korotettua tai ylintä vammaistukea. Muutoksen ansiosta kuntoutus voi alkaa oikea-aikaisemmin.

Kela tekee päätöksen kuntoutuksesta.

Meille voi hakeutua kuntoutukseen myös vakuutusyhtiön kautta tai omalla kustannuksella.





# KRUUNUPUISTO – ELINVOIMAA HARJULUONNOSTA

Asiakkaan yksilölliset tarpeet ohjaavat kuntoutustoimintamme suunnittelua ja toteutusta. Kruunupuisto toteuttaa kuntoutusta yhteistyössä KELAN, Valtiokonttorin, vakuutus- ja työeläkeyhtiöiden sekä järjestöjen, Raha-automaattiyhdistyksen ja terveydenhuollon kanssa. Asiakas voi hakeutua kuntoutukseen myös omalla kustannuksellaan.

## KRUUNUPUISTO

- huoneita 128, majoitustilaa 240 hlölle
- invahuoneita 27
- ravintola ja kokoustilat
- kahvila, myymälä
- monipuoliset liikunta- ja terveyspalvelut
- terveyttä edistävä harjuluonto
- n. 100 kuntoutuksen asiantuntijaa ja avustavaa henkilökuntaa
- työtämme ohjaavia arvoja ovat:
  - reilu
  - tavoitteellinen
  - kehittyvä
- tyytyväinen asiakas on toimintamme lähtökohta



## Kuntoutuksen asiakassihteerit:

- [eiija.herttuainen@kruunupuisto.fi](mailto:eiija.herttuainen@kruunupuisto.fi) (työikäisten ja avustettavien kuntoutus), puh. 040 684 6488
- [arja.valtonen@kruunupuisto.fi](mailto:arja.valtonen@kruunupuisto.fi) (avustettavien kuntoutus) puh. 040 684 6487

## Lisätietoja myös:

- Kuntoutusjohtaja Tiina Riikonen  
puh. 050 432 9282, [tiina.riikonen@kruunupuisto.fi](mailto:tiina.riikonen@kruunupuisto.fi)
- Vastaava sairaanhoitaja Päivi Sinkkonen  
puh. 040 552 0387, [paivi.sinkkonen@kruunupuisto.fi](mailto:paivi.sinkkonen@kruunupuisto.fi)  
(avustettavien kuntoutus)

