

# SOPEUTUMISVALMENNUS –KURSSIT ÄÄREISHERMO – JA LIHASSAIRAUTTA SAIRASTAVILLE

Kuntoutus on Kelan järjestämää ja osallistujille maksutonta. Kuntoutukseen kuuluu majoitus 2 hh täysihoidolla. Kela korvaa myös osallistujan matkakuluja.

## KENELLE

Sopeutumisvalmennuskurssit on tarkoitettu lihassairautta ja/tai dystrofiaa, Myastenia Gravis –sairautta (MG) ja ääreishermosairauksia sairastaville.

Kuntoutusta varten tarvitset alle vuoden vanhan lääkärin B-lausunnon tai vastaavat tiedot sisältävän muun lääketieteellisen selvityksen.

## TAVOITTEENA TOIMIVA ARKI

Sopeutumisvalmennuksen tavoitteena on tukea sinua ja läheistäsi niin, että selviydte paremmin arjesta. Kurssilla pyritään löytämään omia vahvuuksia ja valmiuksia elää mahdollisimman täysipainoisesti sairauden kanssa. Sopeutumisvalmennus tarjoaa myös mahdollisuuden vertaistukeen.

## TOTEUTUS

Kurssien kesto on 10 vuorokautta ja ne toteutetaan kahdessa jaksossa. Läheisesi osallistuu kuntoutukseen viimeisen jakson lopussa 3 vrk.

Kurssi sisältää monipuolisesti ohjausta, harjoittelua ja neuvontaa mm. arjessa toimimiseen, soveltuviin liikuntamuotoihin, ravintoon, tukipalveluiden kartoittamiseen, henkiseen hyvinvointiin ja jaksamiseen liittyen.

Kurssi toteutetaan ryhmämuotoisena, mutta se sisältää myös yksilöllistä toimintaa. Ryhmän ja jokaisen yksilölliset tavoitteet ohjaavat toimintaa. Kuntoutusta toteuttaa moniammatillinen työryhmä, jossa mukana on mm. erikoislääkäri, sairaanhoitaja, fysioterapeutti, sosiaalityöntekijä, psykologi ja toimintaterapeutti.

## AJANKOHDAT

### Lihassairaus/dystrofia

Kurssi 77029 alkaa 22.-26.2.21

Kurssi 77030 alkaa 5.-9.7.21

Kurssi 77031 alkaa 27.9.-1.10.21

### MG –sairaus

Kurssi 77033 alkaa 11.-15.1.21

### Ääreishermosairaudet

Kurssi 77032 alkaa 28.6.-2.7.21

Huom! aikataulumuutokset mahdollisia.



## Kurssiajankohdat löydät [kela.fi/kuntoutuskurssihakue](https://kela.fi/kuntoutuskurssihakue).

Voit hakea Kruunupuistossa järjestettävät kurssit kurssinumerolla.

## OTA YHTEYTTÄ

puh. 040 684 6488 tai

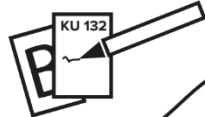
[kuntoutus@kruunupuisto.fi](mailto:kuntoutus@kruunupuisto.fi)

## NÄIN HAET KUNTOUTUKSEEN



1.

Hakeudu lääkärin vastaanotolle. Saat häneltä B-lausunnon, jossa kuntoutustarpeesi on perusteltu



2.

Täytä ja tulosta Kelan kuntoutushakemuslomake (KU 132) ja liitä siihen lääkärinlausunto



3.

Postita hakemus liitteineen Kela, PL 10, 00056 KELA



4.

Saat kotiin Kelan päätöksen kuntoutuksesta.



5.

Kruunupuisto lähettää kutsun kuntoutuskurssille.