

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

IKKU- KUNTOUTUSKURSSIT IKÄÄNTYNEILLE MONISAIRAILLE

KENELLE

IKKU -kuntoutuskurssit on tarkoitettu sinulle yli 68-vuotias, jolla on monia sairauksia etkä ole työelämässä. Voit hakea kurssille jos asut kotona tai palvelutalossa. Kurssille osallistuminen edellyttää sinulta riittävän itsenäistä toimintakykyä, jotta pystyt liikkumaan Kruunupuistossa ilman jatkuvaa avustamista. Osallistuminen on mahdollista vaikka sinulla olisi lievä muistisairaus.

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

TAVOITTEENA IKÄÄNTYNEEN HYVÄ ARKI

Kurssin tavoitteena on löytää voimavaroja sairauksien kanssa elämiseen sekä sopeutua ikääntymisen mukanaan tuomiin muutoksiin. Tavoitteena on tukea sinua suoriutumaan arjesta aktiivisesti ja auttaa löytämään uusia mahdollisuuksia toimia täysipainoisesti. Kurssilta saat vertaistukea sekä vahvistusta elämänhallintaan ja toimintakykyyn.

TOTEUTUS

Kurssin kesto on yhteensä 10 vuorokautta ja toteutetaan kahdessa 5 vrk jaksossa. Ennen kurssin alkamista omaohjaaja ottaa yhteyttä. Jaksojen välillä tehdään kotikäynti, johon omaisesi/läheisesi toivotaan osallistuvan. Omaohjaaja pitää yhteyttä kuntoutusjaksojen päätyttyä 2–4 kertaa puolen vuoden aikana.

Kurssi toteutetaan ryhmämuotoisena, mutta se sisältää myös yksilöllistä toimintaa. Ryhmän yhteiset ja yksilölliset tavoitteet ohjaavat toimintaa. Kuntoutusta toteuttaa moniammatillinen työryhmä johon kuuluu mm. erikoislääkäri, fysioterapeutti, sairaanhoitaja, psykologi, toimintaterapeutti ja sosionomi. Kurssi sisältää monipuolisesti ohjausta, harjoittelua ja neuvontaa arjessa toimimiseen, muistiin, ravintoon, liikuntaan ja henkiseen hyvinvointiin liittyen.

AJANKOHDAT

Kurssi 78742	alkaa 1.–5.2.21
Kurssi78743	alkaa 22.–26.3.21
Kurssi 78744	alkaa 24.–28.5.21
Kurssi 78745	alkaa 14.–18.6.21
Kurssi 78746	alkaa 9.–13.8.21
Kurssi78747	alkaa 20.– 4.9.21
Kurssi 78748	alkaa 18.– 22.10.21

Huom! aikataulumuutokset mahdollisia



Kurssiajankohdat löydät
kela.fi/kuntoutuskurssihaku.

Voit hakea Kruunupuistossa järjestettävät kurssit kurssinumerolla.

OTA YHTEYTTÄ

puh. 040 684 6488 tai

kuntoutus@kruunupuisto.fi

NÄIN HAET KUNTOUTUKSEEN

