

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

OMAISHOITAJIEN PARIKURSSI

KENELLE

Omaishoitajien parikurssi on tarkoitettu omaishoitajalle, joka hoidat tai avustat päivittäin aikuista läheistäsi. Olet töissä, opiskelet tai olet eläkkeellä. Kurssille osallistuminen ei edellytä omaishoitajasopimusta kotikuntasi kanssa. Hoidettava läheisesi osallistuu kuntoutukseen kanssasi.

TAVOITTEENA TOIMIVA YHTEINEN ARKI

Kurssilla saat tietoa ja konkreettisia neuvoja arjessa selviytymiseen. Saat tukea elämäntilanteeseesi. Kurssin tavoitteena on löytää omia valmiuksia ja voimavaroja toimia omaishoitajana ja vähentää kuormitusta sekä uupumusta. Saat ohjausta miten huolehdit omasta jaksamisestasi ja vaikutat omaan hyvinvointiisi.

Kurssille osallistuva läheisesi saa ohjausta oman toimintakykynsä ylläpitämiseen, aktivointia ja vertaistukea sekä hoivan, jotta voit itse osallistua täysipainoisesti kuntoutusohjelmaan.

TOTEUTUS

Kurssin kesto on 15 vuorokautta, joka toteutetaan kolmessa 5 vrk jaksossa. Kuntoutujan omaohjaaja ottaa yhteyttä kerran myös kuntoutusjaksojen päätyttyä.

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

AJANKOHDAT

**Kurssi 82030
alkaa 12.-16.4.2021**

**Kurssi 82031
alkaa 5.-9.7.2021**

Muutokset kurssiaikatauluihin mahdollisia.



**Kurssiajankohdat löydät
kela.fi/kuntoutuskurssihakue.**

Voit hakea Kruunupuistossa järjestettävät kurssit kurssinumerolla.

OTA YHTEYTTÄ

puh. 040 684 6488 tai

kuntoutus@kruunupuisto.fi

NÄIN HAET KUNTOUTUKSEEN

Omaishoitajien kuntoutuskurssille hakemiseksi et tarvitse lääkärinlausuntoa tai muuta selvitystä.

