

Metabolista oireyhtymää ja tyypin 2 diabetesta sairastavien sopeutumisvalmennuskurssi

Kenelle

Kuntoutus on suunnattu henkilöille jotka sairastavat metabolista oireyhtymää ja tyypin 2 diabetesta. Sopeutumisvalmennuskurssin edellytyksenä on että toimintakykyä voidaan turvata tai parantaa kuntoutuksen avulla. Hakkijan painoindeksi (BMI) tulee olla yli 30.

Tavoite ja sisältö

Kurssin tavoitteena on lisätä kuntoutujien motivaatiota mm. painonhallintaan, elintapojen muutokseen, lääkehoitoon sitoutumiseen sekä sairauden hyväksymiseen. Ryhmämuotoisessa kuntoutuksessa pohditaan omia voimavaroja elämäntapamuutokseen sekä siihen sitoutumiseen ja tuetaan kuntoutujan omia itsehoitovalmiuksia.

Kurssin aikana jokaiselle kuntoutujalle luodaan yksilölliset tavoitteet, joita seurataan ja arvioidaan kuntoutuksen edetessä.

Teemoja kuntoutuksen aikana on mm. liikunnan ja ravitsemuksen merkityksestä sairauksien hoidossa.

Kurssin kesto on yhteensä 10 vuorokautta, joka toteutetaan kahdessa 5 päivän jaksossa.

Kurssi on suunnattu työelämässä oleville, sinne palaaville, kuntoutustuella oleville tai opiskelijoille.

Kuntoutuksen ajalta voi saada palkkaa tai Kelan kuntoutusrahaa.

Hakeminen

Kurssille hakemiseen tarvitaan Kelan KU 132 lomake. Lomakkeen lisäksi tarvitsee lääkärin B-lausunto, mistä käy ilmi kuntoutuksen tarve sekä tavoitteet. Lomakkeet toimitetaan täytettyinä lähimpään Kelaan.

Kelan kuntoutus on osallistujille maksutonta.

Sopeutumisvalmennuskurssiaikataulu ja kurssinumerot vuodelle 2018

67956: 22.–26.1.2018, 6.–10.8.2018

67957: 30.4.–4.5.2018, 12.–16.11.2018

67958: 17.–21.9.2018, 4.–8.3.2019

67959: 17.–21.12.2018, 3.–7.6.2019

Lisätietoja kuntoutuksesta:

Jani Heikkurinen

asiantuntija, kuntoutus- ja hyvinvointipalvelut
044 788 9493

jani.heikkurinen@kunnonpaikka.com

www.kunnonpaikka.com

Kunnonpaikka on monipuolisesti palveleva kuntoutus- ja hyvinvointikeskus sekä kylpylähotelli. Kunnonpaikka sijaitsee Itä-Suomen vehmaassa järvimaisemassa, vain 10 kilometriä Kuopiosta pohjoiseen. Samalla käynnillä voit hyödyntää Kunnonpaikan monipuolisen kylpylä- hyvinvointi ja hemmottelupalvelutarjonnan.

