

## Omaishoitajien kuntoutuskurssit 2020

### Kenelle

Kurssi on tarkoitettu henkilöille jotka avustavat tai hoitavat läheistään päivittäin, sekä omaishoitajille, joilla on omasta terveydentilastaan tai omaishoitajuudesta aiheutuvan riskin vuoksi riski siihen että arjen toiminnoista suoriutuminen on alentunut tai tulee alentumaan. Kurssi on suunnattu henkilöille jotka asuvat KYS- erä alueella.

Kuntoutujalla itsellään tulee olla riittävästi toimintakykyä jotta hän kykenee toimimaan kuntoutuksen aikana ilman jatkuvaa avustamista.

### Kurssin tavoite ja sisältö

Kurssin tavoitteena on lisätä kuntoutujien keinoja omaishoitajan arjessa toimimisen ohessa oman terveydentilan ja elämänlaadun ylläpitämiseksi.

Kurssin aikana pyritään löytämään voimavaroja arjessa jaksamiseen sekä omaishoitajan arkipäivän ongelmallisiin tilanteisiin. Kurssilla saa myös ohjausta siihen mistä voi saada tietoa omaisen / hoidettavan sairauksista sekä niihin liittyvistä palveluista.

Omaishoitajien kurssi on ryhmämuotoista kuntoutusta, joka on kohdennettu aikuisen puolison, omaisen tai läheisen omaishoitajana toimiville aikuisille.

**Kelan kuntoutus on kuntoutukseen osallistuville henkilöille maksutonta.**

### Hakeminen

Kurssille haetaan Kelan lomakkeella [KU 132](#). Kelan lomakkeeseen tulee liittää enintään vuoden vanha selvitys omaishoitajan ja omaisen kotona selviytymisestä. Selvityksen tekijänä voi olla esimerkiksi kotihoidon työntekijä, sosiaalityöntekijä, hoitava lääkäri tai omaishoidosta vastaava henkilö.

Selvitys perustuu yleensä työntekijän kotikäynnillä tekemiin havaintoihin. Kurssille hakemisen edellytyksenä ei tarvitse olla kunnan kanssa laadittua omaishoitosopimusta.

Kurssin koostuu kahdesta viiden vuorokauden mittaisesta ryhmäjaksosta ja ne toteutetaan 6–8 kuukauden aikana.

**Vuoden 2020 alkavat kurssit kurssinumeroin:**

**74215:** 5.–8.5.2020, 16.–20.11.2020

**74216:** 7.–11.9.2020, 15.–19.3.2021

**74217:** 7.–11.12.2020, 14.–18.6.2021

Jani Heikkurinen, asiantuntija, kuntoutus- ja hyvinvointipalvelut:

[jani.heikkurinen@kunnonpaikka.com](mailto:jani.heikkurinen@kunnonpaikka.com)

044 788 9493

[www.kunnonpaikka.com](http://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.

