

Tuki- ja liikuntaelinsairautta sairastavien avokuntoutuskurssit Kunnonpaikassa 2021

Kenelle

Kurssi on tarkoitettu aikuisille työssä oleville, työhön palaaville, kuntoutustuella tai opiskelemissa oleville henkilöille sekä työelämästä poissaoleville, joilla on asianmukaisesti diagnosoitu yli 3 kk oireillut selän, niskan ja hartian tai alaraajan suurten nivelten sairaus. Edellytyksenä on, että työ- ja toimintakykyä voidaan turvata tai parantaa suunnitellulla kuntoutuksella. Kuntoutuskurssit ovat suunnattu KYS-erva alueella asuville henkilöille.

Kurssin tavoite

Kuntoutuskurssin tavoitteena on hyvinvoinnin sekä työ- ja toimintakyvyn turvaaminen ja edistäminen.

Kuntoutuskurssi sisältää ryhmämuotoista ja osin myös yksilöllistä ohjelmaa painottaen oirealueen lihasryhmien lihasvoimaa ja kestävyyttä sekä liikkuvuutta parantavaa harjoittelua. Fyysisen aktiivisuuden ja ohjauksen lisäksi kuntoutus tarjoaa mm. opastusta ja motivoitumista hyvinvointia tukevien elintapojen omaksumiseen sekä psykososiaalista ohjausta ja neuvontaa.

Sisältö

Kurssi rakentuu kolmen päivän mittaisesta aloitusjaksosta, viidestä neljän tunnin pituisesta käyntikerrasta ja kahden päivän mittaisesta päätösjaksosta.

Avokuntoutus mahdollistaa työn tai opiskelun ja kuntoutuksen yhdistämisen, laitospuitteista kuntoutusta paremmin. Kurssin kustantaa Kela ja sen ajalta voi saada joko palkkaa tai kuntoutusrahaa

Kelan kuntoutus on kuntoutukseen osallistuville henkilöille täysin maksutonta.

Kurssille hakeminen

Kurssille haetaan Kelan lomakkeella [KU132](#), johon liitetään lääkärin B-lausunto tai vastaavat tiedot sisältävä muu lääketieteellinen selvitys. Kuntoutushakemus liitteineen toimitetaan lähimpään Kelan toimistoon.

Kurssien numerot ja aloitusajankohdat vuodelle 2021.

79644	aloitus	15.2.2021
79645	aloitus	6.4.2021
79646	aloitus	24.5.2021
79647	aloitus	30.8.2021
79648	aloitus	18.10.2021
79649	aloitus	29.11.2021

Ota yhteyttä ja kysy lisää

Kylpylähotelli Kunnonpaikka
Päivi Rossinen, avainasiakaspäällikkö,
asiantuntija, kuntoutus- ja hyvinvointipalvelut
050 554 3330 paivi.rossinen@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

