

IKKU – Kuntoutus ikääntyneille Hyvinvointia ja toimintakykyä eläkevuosiin 2023

Kenelle

Kuntoutuskurssi sopii sekä kotona että palvelutalossa asuville yli 68-vuotiaille henkilöille, jotka tarvitsevat sairauksien vuoksi apua arjessa selviytymiseen. IKKU-kurssi tarjoaa sinulle mahdollisuuden lisätä omatoimisuuttasi ja aktiivisuuttasi. Kurssilla saatujen oppien avulla pystyt osallistumaan arkesi tapahtumiin aiempaa paremmin.

Kurssin alaikäraja on 68-vuotta. Suurin osa kurssin toiminnasta tapahtuu ryhmissä, ja kurssin ohjelma määräytyy osallistujien yksilöllisten ja ryhmän yhteisten tavoitteiden mukaan. Kurssiohjelmaa täydennetään tarpeen mukaan yksilöohjauksella.

Kuntoutuskurssilta saat

- voimavaroja sairauksien kanssa elämiseen
- vahvistusta elämänhallintaan
- keinoja oman aktiivisuuden lisäämiseen ja arjessa selviytymiseen
- vertaistukea

Kurssi järjestetään kahdessa 5 vuorokauden jaksossa Kunnonpaikassa. Lisäksi kurssi sisältää yhden käyntikerran.

Kuntoutujan mahdollinen ja vaikeusasteeltaan korkeintaan lievä muistisairaus ei häiritse tai rajoita kuntoutukseen osallistumista (terveydenhuollon toteama muistitoimintojen riittävyys kurssille)

Kurssi toteutetaan Kunnonpaikassa, Kuopion läheisyydessä avo- tai laitospuolisesti. Laitospuoliseen kuntoutukseen sisältyy majoitus kahden hengen huoneessa täysihoidolla sekä kylpylän ja liikuntatilojen vapaakäyttö.

Kurssille hakeminen

1. Varaa aika omalle lääkärille.
2. Pyydä lääkäriltä B-lausunto kuntoutusta varten.
3. Täytä Kelan lomake KU132.
4. Toimita kuntoutushakemus ja lääkärin B-lausunto Kelaan joko postitse tai netissä kela.fi/omakela. Kela tekee kuntoutuspäätöksen ja lähettää sen hakijalle kotiin.

IKKU-kuntoutuskurssi on osallistujille maksuton

Vuoden 2023 Kelan IKKU-kuntoutuskurssien aikataulut kurssinumeroineen löytyvät tämän esitteen kääntöpuolelta.

Lisätietoja kuntoutuksesta:

Päivi Rossinen, avainasiakaspäällikkö, asiantuntija, kuntoutus- ja hyvinvointipalvelut
050 554 3330

paivi.rossinen@kunnonpaikka.com

Kylpylähotelli 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.





Kunnonpaikka

Kelan IKKU - Ikääntyneet monisairaat kurssiaikataulut kurssinumeroineen 2023

84851: Kuntoutusjaksot

23.-27.01.2023

22.-26.05.2023

84852: Kuntoutusjaksot

13.-17.2.2023

5.-9.6.2023

84853: Kuntoutusjaksot

27.-31.3.2023

14.-18.8.2023

84854: Kuntoutusjaksot

24-28.7.2023

27.11-1.12.2023

84855: Kuntoutusjaksot

21-25.8.2023

8-12.1.2024

84856: Kuntoutusjaksot

25-29.9.2023

12-16.2.2024

84857: Kuntoutusjaksot

13-17.11.2023

22-26.4.2024

