

Kelan Silmu-kuntoutus mielenterveydenhäiriöitä sairastaville Kunnonpai- kassa

Kenelle

Silmu – kurssi on mielenterveyden häiriötä sairastavien aikuisten kuntoutuskurssi. Sairaus voi olla esim. lievä tai keskivaikea masennus tai ahdistuneisuushäiriö tai kaksisuuntainen mielialahäiriö. Kuntoutujan aikuinen omainen tai läheinen voi osallistua kuntoutuksen keskimmaisella jaksolla yhden päivän ajan.



Kurssin tavoite ja sisältö

Kurssin keskeisenä tavoitteena on lisätä kurssilaisten ja heidän läheistensä tietoa sairaudesta ja kuntoutumisesta sekä löytää keinoja työ- ja toimintakyvyn vahvistamiseen arjessa.

Kuntoutus toteutetaan ryhmämuotoisesti, jokainen kurssilainen luo kurssille yksilölliset tavoitteet ja työskentelee niiden edistämiseksi. Kurssin ryhmätoiminnassa tärkeänä osa-alueena on vertaistuen toteutuminen

Kurssi kestää yhteensä 15 vuorokautta. Kurssi toteutetaan kolmessa viiden vuorokauden jaksossa Kunnonpaikassa. Kurssin ryhmäjaksoit sovitaan 12 kuukauden ajalle.

Kuntoutus on suunnattu työelämässä oleville, sinne palaaville, kuntoutustuella oleville tai opiskelijoille. Kuntoutuksen ajalta voi saada palkkaa tai Kelan kuntoutusrahaa.

Kurssille hakeminen

Kurssille pääsyn edellytyksenä on voimassa oleva hoitosuhde terveydenhuollon puolelta, joka jatkuu koko kuntoutusprosessin ajan.

1. Varaa aika omalle lääkärille. Keskustele hänen kanssaan kuntoutuksen tarpeellisuudesta ja pyydä lääkäriltä B-lausunto tai muu terveydenhuollollinen lausunto kuntoutusta varten
2. Täytä Kelan lomake KU132. Kirjaa hakemukseen omin sanoin, miksi tarvitset kuntoutusta ja tavoitteesi kuntoutukselle.
3. Toimita kuntoutushakemus Kelaan joko postitse tai vie Kelan toimistoon. Voit täyttää hakemuksen myös netissä kela.fi/omakela. Kela tekee kuntoutuspäätöksen ja lähettää sen hakijalle kotiin.

Lopullisen kuntoutuspäätöksen tekee Kela.

Kelan kuntoutus on kuntoutukseen osallistuville maksutonta.

Kunnonpaikassa vuonna 2023 alkavat Silmu- kuntoutuskurssit

Silmu-kuntoutuskurssi, lievää ja keskivaikeaa masennusta ja / tai ahdistuneisuushäiriötä sairastavien aikuisten kurssi.

- 85607: Kuntoutusjaksot:
30.1-3.2.2023 • 12-16.6.2023 • 12-16.6.2023 • Omaisten jakso: 16.6.2023
- 85608: Kuntoutusjaksot:
20-24.2.2023 • 24-28.7.2023 • 6-10.11.2023 • Omaisten jakso: 28.7.2023
- 85609: Kuntoutusjaksot:
6-10.3.2023 • 7-11.8.2023 • 27.11-1.12.2023 • Omaisten jakso: 11.8.2023
- 85610: Kuntoutusjaksot:
27.2.-3.3.2023 • 4-8.9.2023 • 5-9.2.2024 • Omaisten jakso: 8.9.23
- 85611: Kuntoutusjaksot:
24-28.4.2023 • 18-22.9.2023 • 29.1-2.2.2024 • Omaisten jakso: 22.9. 2023
- 85612: Kuntoutusjaksot:
15-19.5.2023 • 9-13.10.2023 • 4-8.3.2024 • Omaisten jakso: 13.10.23
- 85613: Kuntoutusjaksot:
21-25.8.2023 • 20-24.11.2023 • 15.-19.4.2024 • Omaisten jakso: 24.11.2023
- 85614: Kuntoutusjaksot:
2-6.10.2023 • 19-23.2.2024 • 29.7-2.8.2024 • Omaisten jakso: 23.2.2024
- 85615: Kuntoutusjaksot:
16-20.10.2023 • 11-15.3.2024 • 19-23.8.2024 • Omaisten jakso: 15.3.2024
- 85616: Kuntoutusjaksot:
6-10.11.2023 • 8-12.4.2024 • 16-20.9.2024 • Omaisten jakso: 12.4.2024
- 85617: Kuntoutusjaksot:
13-17.11.2023 • 22-26.4.2024 • 30.9-4.10.2024 • Omaisten jakso: 26.4.2024
- 85618: Kuntoutusjaksot:
4-8.12.2023 • 13-17.5.2024 • 28.10-1.11.2024 • Omaisten jakso: 17.5.2024

Kaksisuuntaista mielialahäiriötä sairastavien aikuisten kurssi.

- 85619: Kuntoutusjaksot:
11-15.4.2023 • 11-15.9.2023 • 15-19.1.2024 • Omaisten jakso: 15.9.2023
- 85620: Kuntoutusjaksot:
4-8.9.2023 • 11-15.12.2023 • 29.4-3.5.2024 • Omaisten jakso: 15.12.2023

Lisätiedot:

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