

Virtaa, voimaa virikkeitä kuntoutuksesta!

Kelan Reumaa sairastavien kuntoutus- ja sopeutumis- valmennuskurssit 2024

Kenelle

Kurssit ovat tarkoitettu aikuisille työssä oleville, työhön palaaville, kuntoutustuella tai opiskele-
massa oleville henkilöille, jotka sairastavat nivel-
tai selkärankareumaa tai nivelpsoriasiaa ja joilla
sairaudesta aiheutuu moniammatillisesti toteu-
tettavan kurssimuotoisen kuntoutuksen tarve.
Edellytyksenä on, että työ- ja toimintakykyä voi-
daan turvata tai parantaa suunnitellulla kuntoutuksella.



Kurssin tavoite ja sisältö

Kurssit sisältävät ryhmämuotoista ohjelmaa fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin osa-alueet huomioiden. Kurssien tavoitteena on hyvinvoinnin sekä työ- ja toimintakyvyn turvaaminen ja edistäminen.

Sopeutumisvalmennuskurssit 7vrk

Sopeutumisvalmennuskurssit koostuvat kahdesta kuntoutusjaksosta, 3 ja 4 päivää, jotka si-
joittuvat sairauden alkuvaiheeseen. Kurssien tavoitteena on auttaa sopeutumaan sairauden
vuoksi muuttuneeseen elämäntilanteeseen.

Kuntoutuskurssit 15 vrk

Kuntoutuskurssit koostuvat kolmesta viiden päivän mittaisesta kuntoutusjaksosta, jotka tar-
joavat mm. voimavaroja sairauden kanssa elämiseen, tukea elämänhallinnan lisääntymiseen
ja arjessa selviytymiseen sekä opastusta ja motivoitumista hyvinvointia tukevien elintapojen
omaksumiseen. Kurssilla tavoitteiden toteutumisen tukena toimii Kunnanpaikan kokenut am-
mattihenkilöstö.

Kelan kuntoutus on kuntoutukseen osallistuville henkilöille maksutonta.

Kurssille hakeminen

1. Varaa aika lääkärille. Keskustelkaa yhdessä kuntoutuksen tarpeellisuudesta ja pyydä
lääkäriltä B-lausunto tai muu terveydenhuollollinen lausunto kuntoutusta varten.
2. Täytä Kelan lomake KU132. Kirjaa hakemukseen omin sanoin, miksi tarvitset kuntou-
tusta 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 lähet-
tää sen hakijalle kotiin.

Lopullisen kuntoutuspäätöksen tekee Kela.

REUMA-Sopeutumisvalmennuskurssit (7 vrk)

työelämässä oleville, sinne palaaville, kuntoutustuella oleville, opiskelijoille tai työelämästä poissaoleville

Nivelreumaa sairastaville:

87041: 5.–8.2.2024 • 22.–24.7.2024

87042: 9.–12.9.2024 • 7.–9.1.2025

Selkärankareumaa sairastaville:

87043: 25.–28.3.2024 • 19.–21.8.2024

Nivelpsoriaasista sairastaville

87044: 17.–20.6.2024 • 18.–20.11.2024

87045: 2.–5.12.2024 • 16.–18.6.2025

REUMA-Kuntoutuskurssit (15vrk):

Selkärankareumaa sairastaville aikuisille

86987: 22.–26.1.2024 • 3.–7.6.2024 • 11.–15.11.2024

86988: 15.–19.4.2024 • 14.–18.10.2024 • 10.–14.3.2025

86989: 28.10.–1.11.2024 • 31.3.–4.4.2025 • 20.–24.10.2025

Nivelreumaa sairastaville aikuisille:

86983: 15.–19.1.2024 • 27.–31.5.2024 • 4.–8.11.2024

86984: 19.–23.2.2024 • 12.–16.8.2024 • 20.–24.1.2025

86985: 2.–6.9.2024 • 7.–11.1.2025 • 28.7.–1.8.2025

86986: 19.–22.11.2024 • 7.–11.4.2025 • 3.–7.11.2025

Nivelreumaa tai selkärankareumaa tai muuta tulehduksellista reumasairautta sairastaville eläkkeellä oleville:

86990: 29.1.–2.2.2024 • 5.–9.8.2024 • 25.–29.11.2024

86991: 4.–8.3.2024 • 9.–13.9.2024 • 27.–31.1.2025

86992: 22.–26.4.2024 • 21.–25.10.2024 • 24.–28.3.2025

86993: 19.–23.8.2024 • 16.–20.12.2024 • 9.–13.6.2025

86994: 7.–11.10.2024 • 13.–17.1.2025 • 18.–22.8.2025

86995: 9.–13.12.2024 • 26.–30.5.2025 • 17.–21.11.2025

Nivelpsoriasisaa sairastaville työelämässä oleville, sinne palaaville, kuntoutustuella oleville, opiskelijoille tai työelämästä poissaoleville:

86996: 18.–22.3.2024 • 30.9.–4.10.2024 • 10.–14.2.2025

Lisätiedot:

Päivi Rossinen

avainasiakaspäällikkö, asiantuntija, kuntoutus- ja hyvinvointipalvelut

050 554 3330, paivi.rossinen@kunnonpaikka.com