

## **Virtaa, voimaa virikkeitä kuntoutuk- sesta!**



### **Tasoita tietäsi Kelan Oma Väylä -kuntoutuksessa**

Oma väylä -kuntoutuksessa vahvistat opinnoissa ja työelämässä tarvittavia valmiuksia ja harjoittelet arjen hallintaa. Kuntoutukseen sisältyy yksilötapaamisten lisäksi ryhmätapaamisia, joissa tapaat muita samassa tilanteessa olevia nuoria.

#### **Kenelle**

Oma väylä -kuntoutus on sinulle, jos olet 16–29-vuotias nuori ja tarvitset neuropsykiatrisen häiriön vuoksi tukea opintoihin, työelämään tai arjen hallintaan ja sinulla on todettu

- autismikirjon häiriö ilman kognitiivisen kehityksen häiriötä (Aspergerin oireyhtymä)
- tai aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö ADHD tai ADD.

#### **Oma väylä -kuntoutuksen tavoitteena on**

- kehittää opiskeluun- ja työelämään liittyviä valmiuksia ja taitoja
- vahvistaa arjenhallintataitoja
- kehittää sosiaalisia taitoja

## Kuntoutuksen toteutus

Oma väylä -kuntoutus kestää 12 kuukautta. Se sisältää

- 27 yksilöllistä tapaamista
- 10 ryhmätapaamista
- 1-2 ryhmätapaamista läheisillesi
- 3 yksilöllistä seurantatapaamista

Yksilötapaamiset järjestetään tarpeidesi mukaisesti sinulle tutussa paikoissa, kuten kotona, oppilaitoksessa tai työpaikalla. Osa yksilötapaamisista voi toteutua etäyhteydellä. Ryhmätapaamiset järjestetään palveluntuottajan tiloissa. Niihin osallistuu lisäksi muita Oma väylä -kuntoutuksessa käyviä nuoria.

## Hakeminen

- 1) Ota yhteyttä omaan lääkäriisi: Tarvitset lääkärinlausunto B:n, jossa sinulle suositellaan kuntoutusta. Lääkärinlausunto saa olla korkeintaan vuoden vanha.
- 2) Hae kuntoutusta lomakkeella KU 132.
- 3) Toimita täyttämäsi lomake ja lääkärinlausunto Kelaan.

Hakemuslomakkeen saat verkosta osoitteesta [www.kela.fi/lomakkeet](http://www.kela.fi/lomakkeet)

*Kelan kuntoutus on sinulle maksutonta.*

## Lisätiedot:

Piia Martikainen

[piia.martikainen@kunnonpaikka.com](mailto:piia.martikainen@kunnonpaikka.com)

Päivi Rossinen

[paivi.rossinen@kunnonpaikka.com](mailto:paivi.rossinen@kunnonpaikka.com)

050 554 3330