

Virtaa, voimaa virikkeitä kuntoutuk- sesta!

Kelan Uusi Tules -etäkun- toutuskurssi 2024

Kenelle

Kurssi on tarkoitettu aikuisille työssä oleville, työhön palaaville, kuntoutustuella tai opiskelemassa oleville henkilöille, joilla on diagnosoitu

- selkäsairaus ja/tai
- niskan, hartian tai yläraajan tuki- ja liikuntaelinsairaus ja/tai
- alaraajan suurten nivelten sairaus (esim. polvi, lonkka, nilkka) tai muu alaraajan tuki- ja liikuntaelin-sairaus

Lisäksi

- Asiakkaan tuki- ja liikuntaelinoireilu on kestänyt yli 3 kuukautta eikä fysioterapian avokuntoutus ja omakuntoutus ole olleet riittäviä.
- Asiakkaan työ-/opiskelu- tai toimintakyky on heikentynyt.
- Asiakas on motivoitunut työ-/opiskelu- tai toimintakykynsä parantamiseen sekä elämäntapamuutukseen.
- Terveystieteiden tutkimuskeskus on arvioinut, että asiakas tarvitsee tilanteessaan moniammatillista ryhmämuotoista kuntoutusta ja että asiakas hyötyy siitä.
- Asiakkaan toimintakyky on arvioitu terveystieteiden tutkimuskeskuksessa sellaiseksi, että hän voi osallistua etäkuntoutuksena järjestettävälle tules-kurssille täysipainoisesti.
 - Asiakkaan kuntoutustarve ei liity terveystieteiden tutkimuskeskuksen hoidon jälkeiseen välittömään jatkohoitoon eikä kotiutumisvaiheen kuntoutukseen

Kurssin tavoite ja sisältö

Kuntoutuskurssin tavoitteena on hyvinvoinnin sekä työ- ja toimintakyvyn turvaaminen ja edistäminen. Tules-etäkuntoutuskurssi toteutetaan **kokonaan etäkuntoutuksena**. Se sisältää kuvapuheluita, verkkokuntoutusta sekä yhteisiä ryhmämuotoisia etäkuntoutuspäiviä ja kestää yhteensä noin seitsemän kuukautta. Kurssi sisältää:

- ennakkoyhteydenotto puhelimitse, perehdytys etäkuntoutukseen kuvapuheluna, aloituskeskustelu kuvapuheluna
- 6 yksilöllistä kuvapuhelua yhden moniammatillisen tiimin ammattihenkilön kanssa
- 8 yhteistä ryhmämuotoista etäkuntoutuspäivää
- verkkokuntoutusta, jossa etenet sinulle sopivaan aikaan omatoimisesti kuntoutusta tukevien videoiden, äänitteiden sekä tekstimateriaalin avulla ja tekemällä verkossa olevia harjoituksia

Kurssin kustantaa Kela ja yhteisten ryhmämuotoisten etäkuntoutuspäivien ajalta voit saada joko palkkaa tai kuntoutusrahaa.



Kurssille hakeminen

1. Varaa aika omalle fysioterapeutille. Keskustele hänen kanssaan kuntoutuksen tarpeellisuu-
desta ja pyydä suosituslomake KU141 kuntoutusta varten. Sinulla tulee olla lääkärin tekemä
diagnoosi tule-sairaudesta.
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 hake-
muksen myös netissä kela.fi/omakela. Kela tekee kuntoutuspäätöksen ja lähettää sen haki-
jalle kotiin.

Lopullisen kuntoutuspäätöksen tekee Kela.

Kelan kuntoutus on kuntoutukseen osallistuville maksutonta.

Tules-etäkuntoutuskurssien aikataulut 2024

89851:

Ennakkoyhteydenotto 2.9.2024
Etäkuntoutuspäivät 16.9.2024 • 30.9.2024 • 14.10.2024 • 28.10.2024 • 11.11.2024 •
9.12.2024 • 7.1.2025 • 13.1.2025

89852:

Ennakkoyhteydenotto 30.9.2024
Etäkuntoutuspäivät 21.10.2024 • 4.11.2024 • 18.11.2024 • 2.12.2024 • 16.12.2024 •
8.1.2025 • 20.1.2025 • 3.2.2025

89853:

Ennakkoyhteydenotto 21.10.2024
Etäkuntoutuspäivät 6.11.2024 • 13.11.2024 • 4.12.2024 • 18.12.2024 • 15.1.2025 •
29.1.2025 • 12.2.2025 • 26.2.2025

89854:

Ennakkoyhteydenotto 28.10.2024
Etäkuntoutuspäivät 20.11.2024 • 27.11.2024 • 11.12.2024 • 9.1.2025 • 22.1.2025 •
5.2.2025 • 19.2.2025 • 5.3.2025

89855:

Ennakkoyhteydenotto 11.11.2024
Etäkuntoutuspäivät 13.12.2024 • 20.12.2024 • 10.1.2025 • 24.1.2025 • 7.2.2025 •
21.2.2025 • 7.3.2025 • 21.3.2025

89856:

Ennakkoyhteydenotto 2.12.2024
Etäkuntoutuspäivät 17.1.2025 • 31.1.2025 • 14.2.2025 • 28.2.2025 • 14.3.2025 •
28.3.2025 • 4.4.2025 • 11.4.2025

Lisätiedot:

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