

## **Virtaa, voimaa virikkeitä kuntoutuksesta!**

### **Kelan Sydänsairautta sairastavien kuntoutuskurssit, osittai- nen perhekurssi 2025**

#### **Kenelle**

Sydänkuntoutuskurssi soveltuu yli 18-vuotiaille aikuisille,

- jos sairastat sepelvaltimotautia *ja* lisäksi sinulla on useita sepelvaltimotaudin riskitekijöitä *tai* toimintakykyä rajoittava angina pectoris -oire *tai* sinulle on tehty ohitusleikkaus *tai* pallolaajennus
- sinulle on tehty läppäleikkaus
- sinulla on sydämen vajaatoimintaa
- sinulle, jos sairastat kardiomyopatiaa, sydänsarkoidoosia tai muuta harvinaista sydänsairautta.



#### **Kurssin tavoite ja sisältö**

Kurssin tavoitteena on, että saat tukea ja ohjausta elämäntilanteeseesi ja arjessa selviytymiseen.

Kurssilla pyritään lisäämään voimavarojasi ja valmiuksiasi niin, että pystyisit monipuolisesti osallistumaan toimintoihin omassa elinympäristössäsi ja yhteiskunnassa.

Kuntoutus kestää yhteensä 15 vuorokautta, joka jakautuu kolmeen viiden päivän mittaiseen jaksoon. Kurssi toteutuu yhteensä noin yhdeksän kuukauden aikana. Omainen voi osallistua kuntoutukseen yhteensä kaksi vuorokautta toisen jakson lopussa.

Kuntoutus toteutetaan ryhmäkuntoutuksena, ja siinä otetaan huomioon jokaisen asiakkaan yksilöllinen kuntoutustarve ja -tavoite. Kuntoutuksen aikana käsiteltävät teemat liittyvät fyysisen aktivoimisen ohjaukseen, ravitsemukseen sekä terveyteen ja sen edistämiseen.

Kuntoutuskurssin ajalta voit saada Kelan kuntoutusrahaa.

*Kelan kuntoutus on kuntoutukseen osallistuville henkilöille maksutonta.*

#### **Kurssille hakeminen**

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](https://kela.fi/omakela). Kela tekee kuntoutuspäätöksen ja lähettää sen hakijalle kotiin.

*Lopullisen kuntoutuspäätöksen tekee Kela.*

# Sydänsairautta sairastavien Kelan kuntoutuskurssit 2025

## alle 68-vuotiaille aikuisille

- 782 27.-31.1.2025 • 12.-16.5.2025 • 8.-12.12.2025  
• Läheisten jakso 15.-16.5.2025
- 784 24-28.3.2025 • 4-8.8.2025 • 26-30.1.2026  
• Läheisten jakso 7.-8.8.2025
- 815 2-6.6.2025 • 29.9.-3.10.2025 • 7-11.4.2026  
• Läheisten jakso 2.-3.10.2025
- 787 1-5.9.2025 • 19.-23.1.2026 • 27-31.7.2026  
• Läheisten jakso 22.-23.1.2026

## yli 68-vuotiaille aikuisille

- 814 10.-14.2.2025 • 19-23.5.2025 • 15-19.12.2025  
• Läheisten jakso 22-23.5.2025
- 785 22.-26.4.2025 • 25.-29.8.2025 • 2.-6.2.2026  
• Läheisten jakso 28-29.8.2025
- 786 28.4.-2.5.2025 • 15-19.9.2025 • 2-6.3.2026  
• Läheisten jakso 18-19.9.2025
- 818 25-29.8.2025 • 12.-16.1.2026 • 22-26.6.2026  
• Läheisten jakso 15-16.1.2026
- 820 29.9.-3.10.2025 • 23.-27.2.2026 • 24-28.8.2026  
• Läheisten jakso 26-27.2.2026
- 788 27.-31.10.2025 • 23.-27.3.2026 • 21-25.9.2026  
• Läheisten jakso 26.-27.3.2026
- 790 17.-21.11.2025 • 4.-8.5.2026 • 12.-16.10.2026  
• Läheisten jakso 7-8.5.2026

## kaikenikäisille aikuisille

- 783 3-7.3.2025 • 23-27.6.2025 • 5-9.1.2026  
• Läheisten jakso 26-27.6.2025
- 816 9.-13.6.2025 • 13-17.10.2025 • 20.-24.4.2026  
• Läheisten jakso 16.-17.10.2025
- 817 11-15.8.2025 • 1-5.12.2025 • 8.-12.6.2026  
• Läheisten jakso 4-5.12.2025
- 819 15-19.9.2025 • 9-13.2.2026 • 10-14.8.2026  
• Läheisten jakso 12-13.2.2026
- 821 6.-10.10.2025 • 9.-13.3.2026 • 7.-11.9.2026  
• Läheisten jakso 12-13.3.2026
- 789 10-14.11.2025 • 13-17.4.2026 • 28.9.-2.10.2026  
• Läheisten jakso 16-17.4.2026

**Lisätiedot:** Päivi Rossinen, asiantuntija, kuntoutus- ja hyvinvointipalvelut  
050 554 3330, [paivi.rossinen@kunnonpaikka.com](mailto:paivi.rossinen@kunnonpaikka.com)