

Virtaa, voimaa virikkeitä kuntoutuk- sesta!

Kelan Reumaa sairastavien kuntoutuskurssit 2025 Kunnonpaikassa



Kenelle

Kurssit ovat tarkoitettu yli 18 v. aikuisille työssä oleville, työhön palaaville, kuntoutustuella tai opiskelemissa oleville henkilöille tai eläkeläisille, jotka sairastavat nivelreumaa, selän reumaattista tulehdusta tai selkärankareumaa tai nivelpsoriaasia tai muuta tulehduksellista nivelsairautta.

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.

Kuntoutuskurssit 5 vrk Kunnonpaikassa + 8 viikon etäkuntoutusjakso + 5 vrk Kunnonpaikassa
Kuntoutuskurssit koostuvat kahdesta viiden päivän mittaisesta kuntoutusjaksosta, joiden välissä on etäkuntoutusjakso. Etäkuntoutusjakso sisältää verkkokuntoutusta ja verkkokuntoutuksen ohjausta sekä kolme yksilöllistä kuvapuhelua ja kaksi ryhmämuotoista etäkuntoutuspäivää.

Kuntoutus tarjoaa voimavaroja sairauden kanssa elämiseen, tukea elämänhallinnan lisääntymiseen ja arjessa selviytymiseen sekä opastusta ja motivoitumista hyvinvointia tukevien elintapojen omaksumiseen. Kurssilla tavoitteiden toteutumisen tukena toimii Kunnonpaikan kokenut ammattihenkilöstö.

Kelan kuntoutus on kuntoutukseen osallistuvalla 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 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 reumaa sairastavien kuntoutuskurssit 2025

Nivelreumaa, selän reumaattista tulehdusta tai selkärankareumaa, nivelpsoriaasia tai muuta tulehduksellista nivelsairautta sairastaville

Aikuisille (myös eläkkeellä oleville)

28.4-2.5.2025 • 8-12.12.2025

+ etäkuntoutuspäivät ryhmässä 21.5. ja 18.6.2025 + yksilöllisiä etätapaamisia*

2-6.6.2025 • 12-16.1.2026

+ etäkuntoutuspäivät ryhmässä 7.8. ja 10.9.2025 + yksilöllisiä etätapaamisia*

27-31.10.2025 • 8-12.6.2026

+ etäkuntoutuspäivät ryhmässä 10.12.2025 ja 7.1.2026 + yksilöllisiä etätapaamisia*

24-28.11.2025 • 3-7.8.2026

+ etäkuntoutuspäivät ryhmässä 14.1. ja 11.2.2026 + yksilöllisiä etätapaamisia*

Eläkkeellä oleville

17-21.3.2025 • 10-14.11.2025

+ etäkuntoutuspäivät ryhmässä 23.4. ja 14.5.2025 + yksilöllisiä etätapaamisia*

8-12.9.2025 • 11-15.5.2026

+ etäkuntoutuspäivät ryhmässä 22.10. ja 5.11.2025 + yksilöllisiä etätapaamisia*

Nivelreumaa sairastaville aikuisille

11-15.8.2025 • 13-17.4.2026

+ etäkuntoutuspäivät ryhmässä 17.9. ja 15.10.2025 + yksilöllisiä etätapaamisia*

Selän reumaattista tulehdusta tai selkärankareumaa sairastaville aikuisille

5-9.5.2025 • 15-19.12.2025

+ etäkuntoutuspäivät ryhmässä 6.8. ja 3.9.2025 + yksilöllisiä etätapaamisia*

*yksilöllisten etätapaamisten ajankohdat sovitaan ensimmäisellä jaksolla pidätämme oikeuden muutoksiin

Lisätiedot:

Päivi Rossinen, kuntoutusasiiantuntija

050 554 3330, paivi.rossinen@kunnonpaikka.com