

Kenelle kuntoutus on tarkoitettu?

Saamenkielisille yli 68-vuotiaille, joilla useita sairauksia ja jotka asuvat kotona tai palvelutalossa ja hyötyvät ryhmämuotoisesta kuntoutuksesta.

Hakijalta edellytetään lisäksi että:

- **hän on täyttänyt kurssille hakiesaan 68 vuotta**
- hän kykenee liikkumaan kuntoutuslaitoksessa ilman jatkuvaa avustamista
- jos hänelle on tehty muistitesti (MMSE) viimeisen vuoden aikana sen tulos on ollut yli 24
- hän pystyy osallistumaan ryhmämuotoiseen kuntoutukseen
- akuutista sairaudesta tai terveydenhuollon toimenpiteestä (esim. leikkaus) on kulunut yli 3 kuukautta

Mikä on tavoite?

- tukea omatoimisuutta ja ennaltaehkäistä laitoshoidon tarvetta

Miten se toteutetaan?

KUNTOUTUSJAKSO
5 vrk

kotiharjoittelu



KUNTOUTUSJAKSO
5 vrk

kotiharjoittelu



KUNTOUTUSJAKSO
5 vrk
Omaisten jakso 2 vrk

Ennen viimeistä jaksoa otetaan yhteyttä kuntoutujan palveluverkostoon kotikunnassa tai tehdään kotikäynti (kohtuullisen etäisyyden päässä asuvat; alle 250km) kurssilaisen luo.

Kuntoutukseen kuuluu myös 2 vrk omaisten/läheisten jakso. Omaisten jakson myöntää Kela.

Mikä on kuntoutuksen sisältö?

Kurssin ohjelma on ryhmämuotoista, ja se mahdollistaa vertaistuen.

Teemoissa käsitellään mm.

- miten parantaa tasapainoa ja lihaskuntoa ja miten liikutaan turvallisesti
- terveyteen liittyviä asioita kuten lääkitystä
- terveellistä ravintoa ja painonhallintaa
- miten harjoitella muistamista ja miten opetella uusia toimintatapoja
- oman elämänsä läpikäyntiä ja tulevaisuuden suunnittelua

Ketkä sitä toteuttavat?

Työryhmään kuuluvat:

- yleislääketieteen erikoislääkäri
- sairaanhoitaja
- fysioterapeutti

Lisäksi psykologi ja sosiaalityöntekijä tai sosionomi.

Miten kurssille pääsee?

Keskustele hoitavan lääkärin kanssa oireistasi ja kuntoutustoiveistasi. Kurssille haetaan Kelan kuntoutushakemuslomakkeella (KU 132). Hakemuksen liitteeksi tarvitaan lääkärin lausunto kuntoutustarpeesta (B-lausunto).

Kurssi toteutetaan suomen kielellä. Jos haluat/tarvitset kurssille saamentaitoisen tulkin tuekseen, kerro siitä jo hakuvaiheessa.

Kurssissa on esivalinta. Kuntoutushakemukset toimitetaan **30.8.2019 mennessä** kuntoutuslaitokseen, jossa esivalinta suoritetaan kuntoutujien hakemusasiakirjojen perusteella. Kuntoutuspäätöksen tekee Kela, kuntoutuslaitoksen esityksen pohjalta.

Kustannukset: Kuntoutuskurssi on Kelan järjestämää kuntoutusta ja on osallistujalle maksuton. Matka- ja ansionmenetyskorvaukset tulevat Kelan säädösten mukaan.

Kysy lisää

linjavastaava Marja Yliniva
puhelin 044 7650 463
marja.yliniva@lapinkuntoutus.fi



Lapin Kuntoutus Oy
Kuntotie 1, 96400 Rovaniemi
puhelin (016) 3329 111
www.lapinkuntoutus.fi

saamenkielisten IKKU-kurssi kuntoutusta ikäntyneille monisairaille



IKKU-kurssi nro 70021

1. jakso 04.11. - 08.11.2019 5 vrk
2. jakso 16.03. - 20.03.2020 5 vrk
3. jakso 26.10. - 30.10.2020 5 vrk

omaisten jakso: 29. – 30.10.2020

- esivalinta hakemukset 30.8.2019 mennessä