

Kuntoutus on Kelan järjestämää ja osallistujille maksutonta. Kuntoutukseen kuuluu majoitus 2 hh täysihoidolla. Kelasta voi saada kuntoutusrahaa ansionmenetyksestä sekä korvauksia matkakuluista.

## SOPEUTUMISVALMENNUS - KURSSIT ELINSIIRRON SAANEILLE KRUUNUPIISTOSSA

### KENELLE

Sopeutumisvalmennuskurssit on tarkoitettu maksan, munuaisen, sydämen, keuhkon tai suolensierroksen saaneille aikuisille. Elinsiirrosta tulee olla vähintään 6 kk mutta enintään 5 vuotta. Läheisesi osallistuu sopeutumisvalmennuskurssille.

Sopeutumisvalmennuskurssille hakemista varten tarvitset alle vuoden vanhan lääkärin B-lausunnon tai vastaavat tiedot sisältävän muun lääketieteellisen selvityksen.

### TAVOITTEENA TOIMIVA ARKI

Kurssin tavoitteena on auttaa ja tukea sinua suoriutumaan arjesta aktiivisesti yhdessä läheistesi kanssa. Sopeutumisvalmennuskurssilla sinä ja läheisesi saatte tietoa miten elää siirännäisen kanssa ja motivaatiota itsehoitoon. Vertaistuki ja opiskelussa tai työssä ja arjessa selviytymisen haasteet ovat kursseilla keskeisenä teemana.

### TOTEUTUS

Kurssin kesto on 10 vuorokautta ja se toteutetaan kahdessa 5 vrk jaksossa.

Kurssi toteutetaan ryhmämuotoisena, mutta se sisältää myös yksilöllistä toimintaa. Ryhmän yhteiset ja jokaisen yksilölliset tavoitteet ohjaavat toimintaa. Kuntoutusta toteuttaa moniammatillinen työryhmä, jossa on mukana mm. sisätautien erikoislääkäri, ravitsemusterapeutti, sairaanhoitaja tai terveydenhoitaja, fysioterapeutti, sosionomi ja psykologi.

Kurssi sisältää monipuolisesti ohjausta, harjoittelua ja neuvontaa ravintoon, liikuntaan ja kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin liittyen.

### AJANKOHDAT

Kurssi 80098	alkaen 14.-18.3.22
Kurssi 80099	alkaen 13.-17.6.22
Kurssi 80100	alkaen 22.-26.8.22
Kurssi 80101	alkaen 7.-11.11.22

Huom! aikataulumuutokset mahdollisia.



Kurssiajankohdat löydät  
[kela.fi/kuntoutuskurssihaku](https://kela.fi/kuntoutuskurssihaku).  
Voit hakea Kruunupuistossa  
järjestettävät kurssit  
kurssinumerolla.

OTA YHTEYTTÄ  
puh. 040 684 6488 tai  
[kuntoutus@kruunupuisto.fi](mailto:kuntoutus@kruunupuisto.fi)

### NÄIN HAET KUNTOUTUKSEEN

