

KYYHKYLÄN KUNTOUTUSKESKUS

MONIPUOLISIA JA LAADUKKAITA KUNTOUTUS-, LIIKUNTA JA HYVINVOINTIPALVELUJA SINULLE



Tules-kuntoustuskurssit 2019 (5 +5 +5 vrk) Alue: KYS (Itä-Suomi)

Kurssinnumero 71577 (selkäsairaudet)

	Jakso 1	Jakso 2	Jakso 3
Kuntoutujan jakso	18.-22.3.2019	5.-9.8.2019	9.-13.12.2019

Kurssinnumero 71576 (alaraajan suurten nivelten sairaus: polvi, lonkka, nilkka))

	Jakso 1	Jakso 2	Jakso 3
Kuntoutujan jakso	1.-5.4.2019	30.9.-4.10.2019	13.-17.1.2020

Kurssinnumero 73482 (selkäsairaudet)

	Jakso 1	Jakso 2	Jakso 3
Kuntoutujan jakso	3.-7.6.2019	23.-29.9.2019	13.-17.1.2020

Kohderyhmä

Kurssi on tarkoitettu aikuisille työikäisille henkilöille, joilla on diagnosoitu tule-sairaus ja tulo-
oireilu on kestänyt yli 3 kuukautta.

Tavoite

Kuntoutuksen kokonaistavoitteena on työ- ja toimintakyvyn turvaaminen tai parantaminen, terveiden elintapojen merkityksen ymmärtäminen, kivunhallintakeinojen oppiminen ja itsehoidon tukeminen. Kuntoutuksen alussa sovitaan myös yhdessä kuntoutujan yksilölliset tavoitteet.

Kurssin sisältö

Kuntoutuskurssi toteutetaan pääosin ryhmämuotoisena. Kurssiohjelmaan kuuluu myös yksilöllisiä haastatteluja ja tapaamisia. Tavoitteisiin pyritään käytännön harjoittelun, vuorovaikutusta edistämien keskustelujen ja ryhmän tuen avulla.

Kurssille hakeutuminen

Kurssille haetaan Kelan kuntoutushakemuslomakkeella KU132. Liitteenä tulee olla alle vuoden vanha B-lääkärinlausunto tai vastaavat tiedot sisältävä muu lääketieteellinen selvitys.

Lisätietoja

Osastonsihtööri **puh. 044-7720 353**

Sähköposti: **kuntoutus@kyyhkyla.fi**