

# Näin haet kuntoutukseen

## Millaisesta kuntoutuksesta sinä hyödyt?

Kuntoutumiskeskus Apila järjestää ryhmämuotoisia **kuntoutus- avokuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseja, omaishoitajien parikursseja ja yksilöllistä kuntoutusta aikuisille tule- ja reumasairaille**. Apilassa toteutetaan **yksilöllistä kuntoutusta myös lapsille ja nuorille**.

Mieti millainen kuntoutus vastaa sinun tarpeitasi parhaiten; hyödytkö enemmän 10 hengen ryhmässä toteutetusta kurssista vai yksilöllisesti suunnitellusta yksilöjaksosta?

## Ryhmämuotoiset kurssit

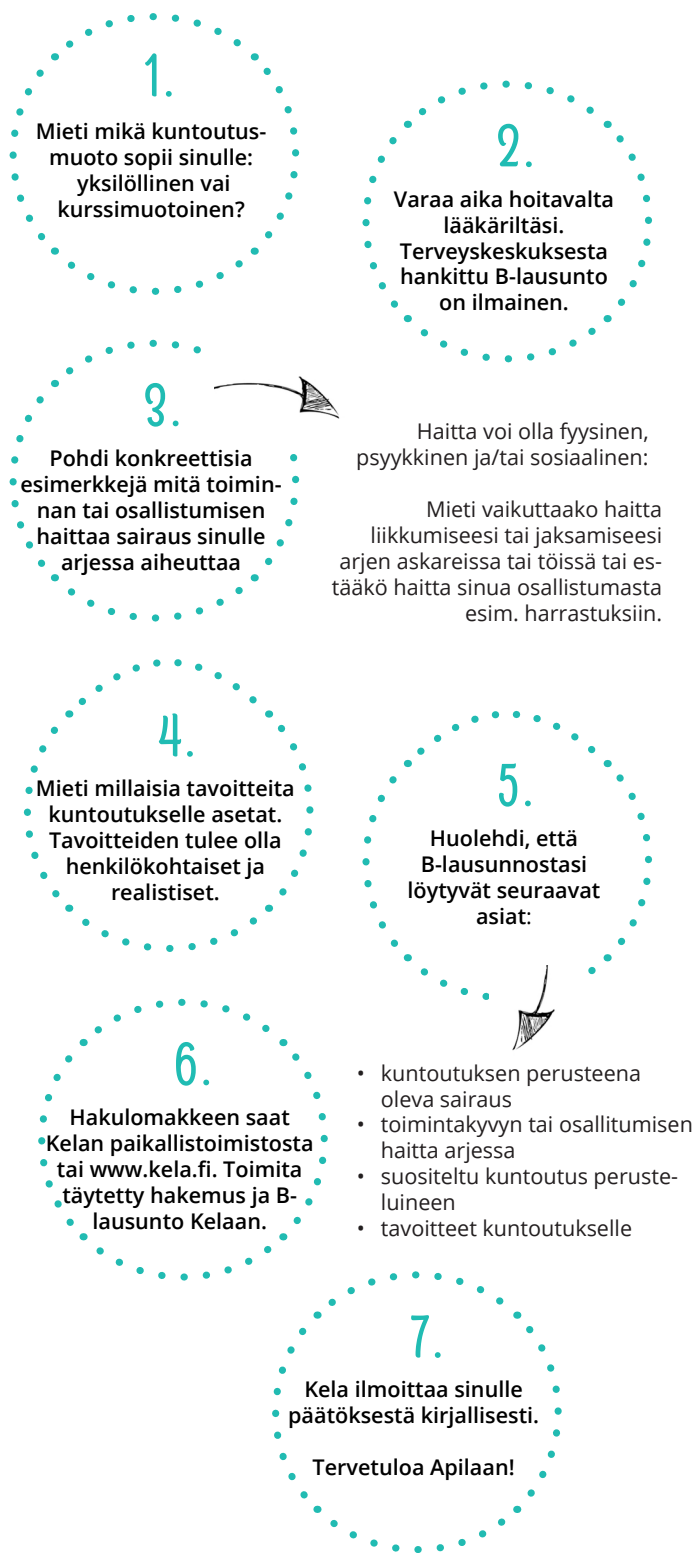
Reumasairauksia sairastaville järjestetään ryhmässä tapahtuvaa kuntoutusta ja sopeutumisvalmennusta. Kurssit ovat tarkoitettu henkilöille, jotka hyötyvät aktiivisesta ryhmäkuntoutuksesta. **Sopeutumisvalmennuskurssit** sopivat hiljattain sairastuneille ja niiltä saa tietoa sairaudesta ja vertaistukea. **Kuntoutuskurssit** sopivat pidempään sairastaneille ja niille voi hakea myös uudelleen. **Omaishoitajien parikurssit** on tarkoitettu henkilöille, jotka toimivat päivittäin puolison, läheisen tai omaisen omaishoitajana. Parikursseille osallistuu myös hoidettava kuntoutuspäätöksen mukaisesti.

Kursseille haetaan Kelan hakemuksella KU 132. Hakemukseen liitetään lääkärin kuntoutusta puoltava B-lausunto.

## Yksilöllinen kuntoutus

Yksilöllinen kuntoutusjakso sopii yleisiä tai harvinaisia reuma- ja tule-sairauksia sairastaville aikuisille sekä lapsille ja nuorille, joilla on perusteltu yksilöllisen kuntoutuksen tarve. **Harkinnanvaraiseen** kuntoutukseen ei ole ikärajaa, **vaativan lääkinnällisen** kuntoutuksen ikäraja on 65 vuotta. Yksilöllisellä kuntoutusjaksolla keskitytään kuntoutujan henkilökohtaiseen hyvinvointiin sekä toiminta- ja liikuntakyvyn edistämiseen arjessa.

**Harkinnanvaraisen** kuntoutukseen haetaan Kelan hakemuksella KU 132. Hakemukseen liitetään lääkärin kuntoutusta puoltava B-lausunto. **Vaativaan** kuntoutukseen haetaan Kelan kuntoutushakemuksella KU 104. Hakemukseen liitetään B-lausunto tai vaihtoehtoisesti kuntoutussuunnitelma. Yksilöllisen kuntoutuksen ajankohta sovitaan yhdessä kuntoutujan kanssa.



## Lisätietoja kuntoutuksesta

Sosiaaliohjaaja Sari Nousimaa  
puh. (03) 2716 293, [sari.nousimaa@kk-apila.fi](mailto:sari.nousimaa@kk-apila.fi)  
Puhelinajat: ti 13.00-14.00, ke-to 11.30-12.00, pe 11.30-12.30