



**Kelan kustantamaa kuntoutusta**

## **OMAISHOITAJIEN PARIKURSSI JA OMAISHOITAJIEN KUNTOUTUSKURSSI**

### **70213 OMAISHOITAJIEN PARIKURSSI**

4.–8.2., 5.–9.8. ja 23.–27.9.2019 (Kurssille osallistuu 8 kuntoutujaa ja 8 omaista/läheistä)

### **70214 OMAISHOITAJIEN PARIKURSSI**

11.–15.11.2019, 20.–24.4.2020 ja 8.–12.6.2020 (Kurssille osallistuu 8 kuntoutujaa ja 8 omaista/läheistä)

### **70146 OMAISHOITAJIEN KURSSI**

16.–20.9.2019 ja 9.–13.3.2020 (Kurssille osallistuu 10 kuntoutujaa)

#### **KOHDERYHMÄ JA RAKENNE:**

Kurssi on tarkoitettu omaistaan tai läheistään (aikuisen puoliso/läheinen/omainen) päivittäin hoitaville tai avustaville henkilöille, omaishoitajille, joilla on:

- sairauden tai omaishoitajuudesta aiheutuvan rasituksen vuoksi toiminnoista suoriutumisen tai osallisuus alentunut tai vaarassa alentua
- uupumisoireita, sairauksia tai muita tekijöitä, jotka uhkaavat omaishoitajana jatkamista.

Hoitajalla ei tarvitse olla kunnan kanssa laadittua omaishoitotosopimusta. Edellytyksenä on, että työ- ja toimintakykyä voidaan turvata tai parantaa suunnitellulla kuntoutuksella. Lisäksi edellytetään, että kuntoutujalla on riittävästi itsenäistä toimintakykyä, jotta hän kykenee liikkumaan palveluntuottajan tiloissa ilman jatkuvaa avustamista, on päivittäisissä toimissaan pääosin omatoiminen ja kykenee osallistumaan ryhmämuotoiseen kuntoutukseen.

**Omaishoitajien parikurssilla** kuntoutujan omaishoidettava omainen/läheinen osallistuu kuntoutujan ohella kuntoutukseen. Omaisen/läheisen osallistuminen mahdollistaa omaishoitajan osallistumisen kuntoutukseen. Osallistuminen kuntoutukseen edellyttää, että hän toimintakykynsä puolesta kykenee osallistumaan ryhmämuotoiseen toimintaan.



**KURSSIN TAVOITTEET JA SISÄLTÖ:**

Kuntoutuksen tavoitteena on kuntoutujan työ- ja toimintakyvyn turvaaminen tai parantaminen sekä kuntoutujan osallisuuden ja aktiivisuuden lisääminen kuntoutujalle merkityksellisissä arjen toiminnoissa.

- tiedon ja konkreettisten keinojen antaminen oman terveydentilan ja elämänlaadun parantamiseksi
- yksilöllisten ratkaisujen etsiminen arkipäivän ongelmallisiin tilanteisiin omaishoitajan jaksamisen tueksi
- omaishoitajan työssä olevien rasitustekijöiden ja stressin tunnistaminen ja niiden käsittelyn opettaminen
- kuntoutujan ja hänen hoidettavan omaisensa/läheisensä arjen sujuvuuden ja vuorovaikutuksen tukeminen
- omaishoitajan ohjaaminen hakemaan tietoa omaisen/läheisen sairauksista ja niihin liittyvistä palveluista hänen omalta hoitotaloltaan
- omaishoitajuutta tukevien palveluiden/toimijoiden/järjestöjen toimintaan tutustuminen.

Lisäksi kurssilla määritellään kuntoutujaryhmän ja kuntoutujan yksilölliset tavoitteet.

Suurin osa kurssin toiminnasta tapahtuu ryhmissä; käytännön harjoittelut, vuorovaikutusta edeltävät keskustelut ja sekä tekeminen. Ryhmän tuella kannustetaan itsenäiseen työskentelyyn sekä hallinnantunteen ja muutosprosessin vahvistamiseen.

**HENKILÖKUNTA:**

Moniammatillinen työryhmä: erikoislääkäri, sairaanhoitaja, sosionomi AMK, liikunnanohjaaja AMK

Muut erityistyöntekijät: fysioterapeutti, toimintaterapeutti

**HAKEMINEN:**

Kurssille haetaan täyttämällä kuntoutushakemus [KUI32](#). Hakemuksen liitteenä tulee olla hoitotahon laatima kuntoutussuunnitelma KU207 tai lääkärin B-lausunto.

Lisäksi hakemukseen liitetään ajankohtainen (enintään vuoden vanha) kotikunnan toimijoiden laatima selvitys/kuvaus omaishoitajan ja omaisen kotona selviytymisestä. Selvityksen tekijänä voi olla esimerkiksi kotihoidon työntekijä, sosiaalityöntekijä, kunnan omaishoidosta vastaava henkilö, hoitava lääkäri tai muu kunnan työntekijä.

Hakemus liitteineen lähetetään Kelaan. Kuntoutuja voi hakea matkakorvauksia ja kuntoutusrahaa Kelalta.

**LISÄTIETOJA:**

palveluesimies Johanna Porkka,

044 705 2180, [johanna.porkka@pdl.fi](mailto:johanna.porkka@pdl.fi)

Kelan paikallistoimistot, [www.kela.fi](http://www.kela.fi)



ISO 9001

