

KUNTOUTUSKURSSIT REUMAA SAIRASTAVILLE KRUUNUPUISTOSSA 2026



KENELLE

Kuntoutuskurssi on tarkoitettu sinulle, jos sinulla on todettu

- ✓ nivelreuma
- ✓ selän reumaattinen tulehdus
- ✓ selkärankareuma,
- ✓ nivelpsoriaasi
- ✓ muu tulehduksellinen nivelsairaus
- ✓ olet töissä, opiskelet tai olet pois työelämästä.

TAVOITTEENA TOIMIVA ARKI

Kurssin tavoitteena on, että saat tukea ja ohjausta elämäntilanteeseesi ja arjessa selviytymiseen. Kuntoutuskurssilla saat tietoa nivelpsoriaasista ja nivel- tai selkärankareumasta ja sen hoidosta sekä kuntoutus- ja muiden tukitoimien mahdollisuuksista.

Kurssi sisältää monipuolisesti ohjausta, harjoittelua ja neuvontaa liikuntaan, itsehoitoon, ravitsemukseen, palautumiseen sekä kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista huolehtimiseen. Kuntoutuskurssi tarjoaa vertaistukea ja keinoja omien voimavarojen löytämiseen

TOTEUTUS

Kuntoutus järjestetään osittain Kruunupuistossa ryhmäkuntoutusjaksoina ja etäkuntoutuksena. Kruunupuistossa järjestettävä kuntoutus kestää 10 vrk, ja se toteutetaan kahdessa 5 vrk jaksossa. Etäkuntoutus toteutetaan 8 viikon aikana ryhmäkuntoutusjaksojen välissä. Etäkuntoutukseen sisältyy:

- ✓ verkkokuntoutusta sinulle sopivana ajankohtana
- ✓ verkkokuntoutuksen ohjausta
- ✓ 3 yksilöllistä kuvapuhelua
- ✓ 2 ryhmämuotoista etäkuntoutuspäivää

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

ASIAANTUNTIJAT TUKENASI

Kuntoutusta toteuttaa moniammatillinen työryhmä, jossa on mukana mm. erikoislääkäri (reumasairaudet), fysioterapeutti, sairaanhoitaja tai terveydenhoitaja, psykologi, toimintaterapeutti ja sosionomi.



KUNTOUTUSKURSSIT REUMAA SAIRASTAVILLE KRUUNUPIUSTOSSA 2026



AJANKOHDAT

Nivelreumaa sairastaville

- Aloitusjakso 2.-6.2.2026
- Aloitusjakso 20.-24.4.2026
- Aloitusjakso 14.-18.9.2026
- Aloitusjakso 5.10.-9.10.2026

Selän reumaattista tulehdusta tai selkärankareumaa sairastavalle tai muuta tulehduksellista nivelsairautta sairastaville

- Aloitusjakso 21.-25.9.2026

Nivelpsoriaasia sairastaville

- Aloitusjakso 21.-25.9.2026

Etäkuntoutus toteutetaan 8 viikon aikana Kruunupuistossa toteutuvien aloitusjakson ja loppujakson välissä.

OTA YHTEYTTÄ

puh. 040 684 6488 tai kuntoutus@kruunupuisto.fi

Lisätietoja löydät myös Kelan verkkosivuilta

<https://www.kela.fi/reuma-ja-nivelpsoriasis-kuntoutuskurssi>

NÄIN HAET KUNTOUTUKSEEN



1.

Hakeudu lääkärin vastaanotolle. Saat häneltä B-lausunnon, jossa kuntoutustarpeesi on perusteltu. Liitä lausunto kuntoutushakemukseesi.



2.

Täytä Kelan kuntoutushakemuslomake (KU 132).



3.

Lähetä hakemuksesi OmaKelassa. Kun olet lähettänyt hakemuksen, lähetä myös liitteet. Voit postittaa hakemuksen liitteineen myös kelaan Kela, PL 10, 00056 KELA



4.

Saat kotiin Kelan päätöksen kuntoutuksesta.



5.

Kruunupuisto lähettää kutsun kuntoutuskurssille.

