

Tules

avokurssit

Kuntoutusta
tuki- ja
liikuntaelin-
oireisille



Petrea
KUNTOUTUS





Kenelle?

Kuntoutusta Sinulle, jolla tulesoireet ovat jatkuneet vähintään n. kolmen kuukauden ajan ja terveydenhuollossa on selvitetty oireidesi syy. Olet työikäinen ja haluat parantaa työ-, opiskelu- ja toimintakykyäsi sekä löytää keinoja tuki- ja liikuntaelinoireidesi hallintaan.

Olet motivoitunut ja haluat sitoutua omiin tavoitteisiisi sekä tarvittaviin muutoksiin. Kurssin työryhmältä saat neuvoja, ohjausta ja tukea.

Avotuleskurssit on kohdennettu kuntoutujille, joilla on niska-, hartia-, selkä-, polvi-, lonkka-, nilkka- tai niveloireita.

Sisältö

Avotules-kurssit toteutetaan n. 9 kuukauden aikana.

- alussa kolme peräkkäistä kuntoutuspäivää
- viisi erillisistä päivää n. neljän viikon välein
- lopussa kaksi peräkkäistä päivää

Työryhmä pitää yhteyttä kuntoutujiin ennen kuntoutuksen alkua, jaksojen välillä ja viimeisen jakson jälkeen.

Jaksojen välillä edistät omaa hyvinvointiasi sovittujen välitehtävien avulla. Kurssin aikana opit itsehoitomenetelmiä, oikeita liikunta-
muotoja ja löydät keinoja hyvinvointisi sekä työ- ja toimintakykyäsi edistämiseksi. Ohjelma sisältää liikuntaa, ryhmäkeskusteluja ja tapaamisia asiantuntijoidemme kanssa.

Kurssille otetaan 10 kuntoutujaa.

Avotuleskurssimme toteutetaan Holiday Club Caribbean toimipisteessämme.

Miten pääsen kuntoutukseen?

Keskustele hoitavan lääkärin kanssa kuntoutuksen tarpeesta. Täytä Kelan kuntoutushakemus KU132, liitä siihen mukaan lääkärin B-lausunto ja toimita ne Kelaan. Päätös kurssille hyväksymisestä tehdään Kelan toimistossa.

Lisätietoja:

Satu Kiviranta

puh. 040 192 6278

satu.kiviranta@petrea.fi

Petreassa tavataan!

Palvelu tuotetaan Kelan järjestämänä ja rahoittamana. Kelan sivuilta www.kela.fi saat tarkempaa tietoa Kelan etuuksista, kuntoutuksesta, kuntoutusrahasta ja matkakorvauksista.

Ota tarvittaessa yhteyttä puhelimitse Kelan yhteyskeskukseen tai käy vakuutuspiirin toimistossa.

Kelan etuuskohtaiset palvelunumerot ovat Kelan internetsivuilla samoin Kelan toimistojen osoitteet.





Petrea kuntoutus on Turussa toimiva valtakunnallisesti merkittävä kuntoutuspalvelujen tarjoaja.

Kuntoutusta toteutetaan kahdessa Petrean toimipisteessä Turussa, Holiday Club Caribiassa sekä Meri-Karinan hyvinvointikeskuksessa.

Kohtaamme vuosittain noin 2000 kuntoutujaa, joille kuntoutuspalvelumme merkitsevät parhaimmillaan selvää positiivista käännettä elämässä. Olemme tuottaneet kuntoutuspalveluja kohta 50 vuoden ajan.



Meri-Karinan hyvinvointikeskus, Turku



Toimipisteet

Holiday Club Caribia, Turku

Kongressikuja 1
20540 Turku
puh. 020 754 7200

Meri-Karina, Turku

Seiskarinkatu 35
20900 Turku
puh. 020 754 7200

petrea.fi



Meri-Karinan hyvinvointikeskus, Turku