



# SJÖGRENIN OIREYHTYMÄ

## -sopeutumisvalmennuskurssi

*Kelan Sjögrenin oireyhtymä -kurssilta saat tukea oman hyvinvointisi, terveytesi ja elämänlaatusi edistämiseen, jotta voit elää mahdollisimman täysipainoista elämää sairaudesta huolimatta. Sopeutumisvalmennuskurssille voit hakea, jos olet yli 18-vuotias ja sinulla on diagnosoitu sjögrenin oireyhtymä – yläikärajaa ei ole. Voit olla työelämässä tai poissa työelämästä. Kurssilta saat monipuolisesti tukea ja keinoja omassa arjessa esiintyvien haasteiden hallintaan. Kurssilla löydetään omia vahvuuksia ja voimavaroja sekä vahvistetaan kykyä ja halua osallisuuteen omassa elämässä. Ryhmässä huomaat, ettet ole yksin sairauden mukanaan tuomien haasteiden kanssa.*

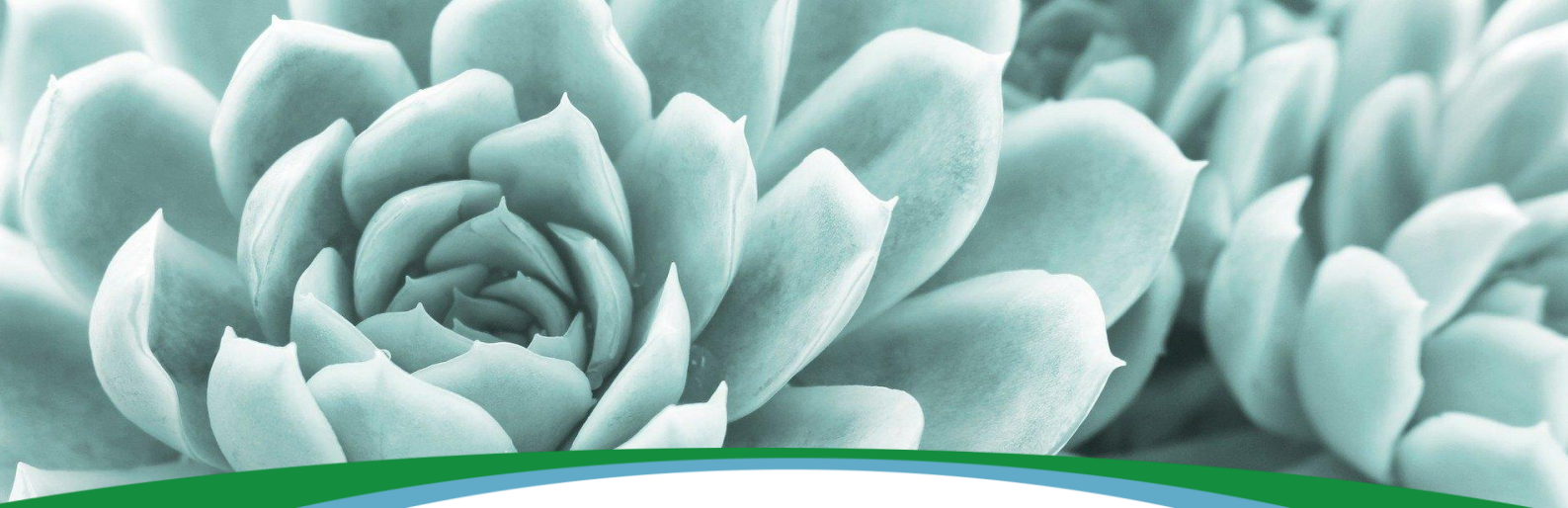
## Kuntoutuksen toteutus

Sjögrenin oireyhtymä -kurssi koostuu kahdesta viiden vuorokauden kuntoutusjaksosta Kankaanpäässä täysihoidolla. Otamme sinuun yhteyttä ennen ensimmäistä kuntoutusjaksoasi, ja kuntoutuksen päätyttyä teemme vielä 1–2 seuranta yhteydenottoa tarpeen mukaan. Myös kuntoutusjaksojen väleissä pidetään yhteyttä, jotta varmistuu kuntoutumisen hyvä edistyminen myös kotiympyröissä. Tukenasi on moniammatillinen työryhmä, muun muassa erikoislääkäri, sairaanhoitaja, fysioterapeutti, ravitsemusterapeutti, psykologi, toimintaterapeutti sekä sosiaalityöntekijä.

Kurssi sisältää paljon ryhmässä toimimista, yhdessä tekemistä ja keskustelua sekä lisäksi yksilöllisiä tapaamisia. Kurssi tarjoaa hyvät puitteet aktivoitumiseen, omien voimavarojen vahvistumiseen, palautumiskeinojen löytämiseen ja vertaistukeen. Ohjelmaa muovataan osallistujien tarpeiden ja tavoitteiden mukaan niin, että toiminta on mielekästä koko ryhmälle.

Kuntoutuksen maksaa Kela, ja Kelalta on mahdollisuus hakea kuntoutusrahaa mahdolliselta työstä poissaoloajalta sekä matkakorvausta.

Käännä



## Kurssiajankohdat

KURSSI	1. JAKSO	2. JAKSO
86347	26.09.–30.09.2022	06.03.–10.03.2023
86617	27.02.–03.03.2023	30.10.–03.11.2023
86618	08.05.–12.05.2023	29.01.–02.02.2024
86619	16.10.–20.10.2023	13.05.–17.05.2024

## Hakuohjeet

Kuntoutukseen haetaan lomakkeella KUI32 (harkinnanvarainen kuntoutus). Liitteeksi tarvitaan lääkärin B-lausunto, josta käy ilmi kuntoutuskurssin tarve, tai julkisessa terveydenhuollossa tehty kuntoutussuunnitelma.

## Kysy lisätietoa!

Kuntoutusajankohdat, hakeminen:  
Kuntoutussihteeri  
p. 050 394 7524  
kuntoutustoimisto@kuntke.fi

Kurssin toteutus ja sisältö:  
Fysioterapeutti  
Marko Sandroos  
p. 041 731 1778  
marko.sandroos@kuntke.fi