

Kelan  
kustantama  
parikurssi  
järjestetään  
Karjalohjan  
Kuntoutumis-  
keskuksessa



## Omaishoitajien parikurssi

Tukea, tietoa ja konkreettisia ohjeita arjessa selviytymiseen aikuiselle omaishoitajalle sekä hoidettavalle.



### Kohderyhmä

Aikuisen omaishoitajan parikurssi on tarkoitettu yli 18-vuotiaalle omaishoitajalle, joka hoitaa **päivittäin** aikuista läheistään. Omaishoitajana voit olla työelämässä, opiskelemassa tai eläkkeellä. Läheisesi, ketä hoidat, osallistuu kuntoutukseen yhdessä kanssasi. Omaishoitajien parikurssi toteutetaan ryhmässä.



### Tavoite

Omaishoitajien parikurssilla saat tukea elämäntilanteeseesi, tietoa ja konkreettisia ohjeita arjessa selviytymiseen sekä voimavaroja ja ohjausta tukiverkostojen löytämiseen ja käyttöön.



### Toteutus

Omaishoitajien parikurssi kestää 15 arkipäivää kolmeen jaksoon jaettuna, 5 vrk + 5 vrk + 5 vrk. Ennen ensimmäistä kuntoutusjaksoa olemme sinuun yhteydessä. Kuntoutuksen päätyttyä teemme vielä seurantayhteydenoton. Kuntoutuksen toteuttamiseen osallistuvaan moniammatilliseen työryhmään kuuluvat mm. erikoislääkäri, sairaanhoitaja, fysioterapeutti, psykologi, sosionomi ja ravitsemusterapeutti.



### Hakeminen

Kuntoutus on **Kelan järjestämää ja rahoittamaa**. Mene Kelan verkkosivuille, täytä ja tulosta hakemuslomake [Harkinnanvarainen kuntoutus \(KU 132\)](#). [www.kela.fi](http://www.kela.fi) (Oikea lomake löytyy kirjoittamalla KU 132 sivun yläreunassa olevaan hakukenttään.) Hakemuksen voit hakea paperisena myös Kelasta. Lähetä hakemus Kelaan osoitteeseen: Kela, PL 10, 00056 KELA.

Kuntoutushakemuksen liitteeksi **ei tarvita lääkärin B-lausuntoa tai muuta lääketieteellistä selvitystä**. Toimita kurssin alkaessa palveluntuottajalle esim. hoitokertomuskopio terveydenhuollosta. Kuntoutus on sinulle maksutonta. Kuntoutuksen järjestää ja kustantaa Kela. Kelalta voit hakea myös tukea matkakustannuksiin ja mahdollisiin ansionmenetyksiin. Lisätiedot [www.kela.fi](http://www.kela.fi).



### Lisätietoja

Hanna Nieminen, palvelupäällikkö  
p. 043 825 7136 / [hanna.nieminen@lohjaspa.fi](mailto:hanna.nieminen@lohjaspa.fi) / [kuntoutus@lohjaspa.fi](mailto:kuntoutus@lohjaspa.fi)

Kuntoutuksen toteuttaa:  
Karjalohjan Kuntoutumiskeskus / Lohja Spa & Resort,  
Ylhäntie 1, 09120 Karjalohja, [www.lohjaspa.fi](http://www.lohjaspa.fi)

**LOHJA**  
SPA & RESORT