



KURSSIN TOTEUTTAA:  
KUNTOOUTUSKESKUS RUISSALO | **RUISSALON KYLPYLÄN TOIMIPISTE**

**Yhteyshenkilö** Kuntoutussihteeri Tiina Suro, p. (02) 445 4562  
kuntoutussihteeri@ruissalo.fi • Ruissalon puistotie 640, 20100 Turku

## OMAISHOITAJIEN PARIKURSSI

### Kuntoutuskurssi

#### Kurssikuvaus ja kurssin sisältö

Kurssi on omaishoitajille tarkoitettu kuntoutuskurssi, johon valitaan kuntoutujia Tyksin Erva-alueelta. Tyksin alueeseen kuuluvat Varsinais-Suomen, Satakunnan ja Vaasan alueen kunnat. Kurssille osallistuu myös aikuinen omaishoidettava.

Kuntoutuskurssi on aikuisten parikurssi ja suurin osa kurssin toiminnasta tapahtuu ryhmissä. Kuntoutuksen tavoitteisiin pyritään käytännön harjoittelujen, vuorovaikutusta edistävien keskustelujen ja tekemisen avulla. Ryhmän tuella kannustetaan itsenäiseen työskente-

telyyn sekä hallinnantunteen ja muutosprosessin vahvistamiseen.

#### Kuntoutuksen tavoitteet

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

Tämän lisäksi kurssilla on esimerkiksi seuraavia yleisiä tavoitteita:

- tiedon ja konkreettisten keinojen antaminen oman terveydentilan ja elämänlaadun parantamiseksi
- yksilöllisten ratkaisujen etsiminen

arkipäivän ongelmallisiin tilanteisiin omaishoitajan jaksamisen tueksi

- omaishoitajan työssä olevien rasi-  
tustekijöiden ja stressin tunnistami-  
nen ja niiden käsittelyn opettami-  
nen
- kuntoutujan ja hänen hoidettavan  
omaisensa/läheisensä arjen suju-  
vuuden ja vuorovaikutuksen tuke-  
minen
- omaishoitajan ohjaaminen hake-  
maan tietoa omaisen/läheisen sai-  
rauksista ja niihin liittyvistä palve-  
luista hänen omalta hoitotaholtaan
- omaishoitajuutta tukevien palve-  
luiden/toimijoiden/järjestöjen toi-  
mintaan tutustuminen.

KURSSIN TOTEUTTAA:  
KUNTOOUTUSKESKUS RUISSALO | **RUISSALON KYLPYLÄN TOIMIPISTE**

**Yhteyshenkilö** Kuntoutussihteeri Tiina Suro, p. (02) 445 4562  
kuntoutussihteeri@ruissalo.fi • Ruissalon puistotie 640, 20100 Turku

**Tutustu myös muihin  
Kuntoutuskeskuksen  
kuntoutusmuotoihin ja  
-palveluihin osoitteessa  
kuntoutuskeskusruissalo.fi**



Kurssin alussa määritellään kuntoutujaryhmän ja kuntoutujan yksilölliset tavoitteet kurssin yleisten tavoitteiden mukaisesti.

## **Kohderyhmä**

Kurssi on tarkoitettu työelämässä oleville, sinne palaaville, kuntoutustuella oleville, opiskeleville ja työelämästä poissaoleville kuntoutujille, jotka toimivat päivittäin aikuisen puolison/läheisen/omaisen omaishoitajina, kun

- sairauden tai omaishoitajuudesta aiheutuvan rasituksen vuoksi toimintoista suoriutuminen tai osallisuus on alentunut tai vaarassa alentua

- on uupumisoireita, sairauksia tai muita tekijöitä, jotka uhkaavat omaishoitajana jatkamista  
- edellä mainittujen perusteella aiheutuu kuntoutuksen tarve

Lisäksi edellytetään, että

- kuntoutujalla on riittävästi itsenäistä toimintakykyä, jotta hän kykenee liikkumaan palveluntuottajan tiloissa ilman jatkuvaa avustamista

- kuntoutuja on päivittäisissä toimissaan pääosin omatoiminen ja kykenee osallistumaan ryhmämuotoiseen kuntoutukseen.

Omaishoitajien kurssille ei valita henkilöitä,

- joilla on merkittävä kuntoutusprosessia vaikeuttava sairaus tai liiallinen huonokuntoisuus, joka estää osallistumasta ryhmämuotoiseen kuntoutukseen

- jotka tarvitsevat kurssilla kommunikoimiseen vieraan kielen tulkkausta.

Kuntoutujan omaishoidettava puoliso tai muu omaishoidettava aikuinen omainen tai läheinen osallistuu kuntoutujan ohella kuntoutukseen. Osallistuminen tapahtuu Kelan kuntoutuspäätöksen sekä omaiselle/läheiselle suunnitellun ohjelman edellyttämällä tavalla.

Kurssille osallistuminen ei edellytä kunnan kanssa laadittua omaishoitosopimusta.

## **Kurssin henkilöstö**

Kurssin toteuttaa moniammatillinen henkilöstö. Työryhmään kuuluvat erikoislääkäri, sairaanhoitaja, sosionomi ja liikunnanohjaaja sekä erityistyöntekijöinä mm. fysioterapeutti, ja toimintaterapeutti.

## **Kuntoutuksen kesto**

Kurssin kokonaispituus yhteensä 15 vuorokautta, joka toteutetaan kolmessa 5 vrk:n jaksossa maanantaista perjantaihin.

Kurssille voi osallistua myös avoimuotoisesti

## **Osallistujamäärä**

Kurssille valitaan 10 kuntoutujaa sekä heidän puolisonsa /läheisensä /omaisensa

## **Kuntoutukseen hakeutuminen**

Kuntoutusta varten tarvitaan alle vuoden vanha B-lääkärinlausunto tai vastaavat tiedot sisältävä muu lääketieteellinen selvitys. Lisäksi täytetään Kelan kurssilomake KU132. Hakemukset vastaanottaa Kela.

Lisäksi omaisen/läheisen terveydentilasta on kuntoutuksen saavuttaessa esitettävä alle vuoden vanha lääketieteellinen selvitys, esimerkiksi kopio sairauskertomuksen tekstistä tai sairaalajakson loppuarvio tai kotihoidon antama selvitys terveydentilasta sekä tieto ajantasaisesta lääkityksestä.