



Tartu arkeen

Yhteystiedot

Kuntoutusasiaintoimisto,
kuntoutusjaksovaraukset
puh. 020 751 6712

Osastonsihtööri
Kaarina Pylväläinen



Osastonsihtööri
Päivi Holstikko



Tuotevastaava, fysioterapeutti
Päivi Ryymin
puh. 020 751 6723



Kuntoutusjakso yläraajaproteesia
käyttävälle

Asiakaskuvaus

Kurssi on suunnattu henkilöille, joilla on yläraajaproteesi joko synnynnäisen yläraajojen epämuodostuman, raajojen anomalian tai muun sairauden / tapaturman vuoksi.

Kurssin tavoite

Kurssi on aktiivinen sekä aktivoiva kokonaisuus, jossa harjoitetaan proteesikäden käyttöä, kaksikätsisyyttä sekä selviytymistä arjessa. Kurssilla myös paneudutaan fyysisen kunnon ylläpitämiseen tai kohentamiseen sekä löytämään voimavaroja omasta itsestä vertaistukea hyödyntäen.

Kuntoutusprosessi

Kuntoutusjakso on 14 vuorokautta. Kuntoutus toteutetaan ryhmämuotoisena, kuntoutujan omaa aktiivista roolia korostavana kuntoutusjaksona, jossa on myös yksilöllisiä harjoitteita aidoissa arjentoiminnallisissa tilanteissa.

Kuntoutusjakso sisältää moniammatillista ohjausta ja opetusta kuten terapeutteja harjoitteita, aktivoivaa liikuntaterapiaa, terveysneuvontaa, ergonomista ohjausta ja psykososiaalista kuntoutusta. Myös yksilöllinen ohjaus kuuluu kuntoutusohjelmaan.

Moniammatilliseen työryhmään kuuluu lääkäri, toimintaterapeutti, fysioterapeutti ja psykologi sekä tarvittaessa muita kuntoutustyöntekijöitä esim. sosiaalityöntekijä, ravitsemusterapeutti ja jalkojenhoitaja.

Jakson aikana kuntoutuja asettaa tavoitteet kuntoutumiselle ja toteuttaa omaa harjoittelua ryhmätoimintojen lisänä. Kuntoutuksen ohessa on ohjattua vapaa-ajan toimintaa ja kädentaitopajan käyttömahdollisuus.

Hakeutuminen

Kuntoutusjaksolle voi hakeutua vakuutus kuntoutuksen ja työnantajien kustantamana tai itse maksavana. Kelan kustantamalle kurssille voi hakeutua vaikeavammaisen kuntoutuskurssin haun kautta.

Peurunka

Tartu arkeen -kurssi toteutuu Peurungassa kauniin Peurunkajärven rannalla Laukaassa, vain 20 minuuttia Jyväskylästä. Peurungassa on monipuoliset mahdollisuudet harrastaa erilaisia liikuntalajeja. Käytössämme on laadukkaat vesiliikuntamahdollisuudet. Sisäliikuntaa voi harrastaa monipuolisesti muuntautuvassa liikuntakupolin kenttätiloissa ja juoksuradalla.

Omatoimiseen liikkumiseen kutsuu myös Peurunkaa ympäröivä puhdas luonto. Kauniin luonnon helmassa voit kokea liikunnan ilon lähtiessäsi lenkkeilemään, sauvakävelemään, pyöräilemään, soutelemaan, melomaan, uimaan, pelaamaan tennistä, rantalentopalloa tai frisbeegolfia, minigolfaamaan tai patikoimaan luonnossa. Peurungan vapaa-aikaohjaajat tarjoavat myös monipuolista ohjattua toimintaa kaiken ikäisille mm. opastusta curlingin pelaamiseen. Näiden lisäksi Peurungan matkailualueen ohjelmasta löytyy päivittäin paljon mm. liikuntaa, kesäteatteria, koskenlaskua ja golfia.

