

## Yhteystiedot

Kuntoutuspäällikkö Anne-Mari Väätäinen  
044 726 0452, [anne-mari.vaatainen@pihlajalinna.fi](mailto:anne-mari.vaatainen@pihlajalinna.fi)

Palveluvastaava Riitta Rajalahti  
040 182 5908, [riitta.rajalahti@pihlajalinna.fi](mailto:riitta.rajalahti@pihlajalinna.fi)

### **Kuusiolinna Terveys Oy**

Kuntoutuskeskus Otsonlinna  
Sairaalantie 6, 63700 Ähtäri  
käyntiosoite Koulutie 12 C

[www.kuusiolinna.fi](http://www.kuusiolinna.fi)



**Kuusiolinna Terveys**  
Pihlajalinna



**Tuki- ja liikuntaelinsairaiden  
kuntoutuskurssi  
TULES-kurssi**



**Kuusiolinna Terveys**  
Pihlajalinna

**Kuntoutuskeskus Otsonlinna toteuttaa Kelan kustantamaa**

### **tuki- ja liikuntaelinsairaiden ryhmämuotoista kuntoutusta.**

Kurssi on tarkoitettu aikuisille työelämässä oleville, sinne palaaville tai kuntoutuksella tai opiskelemissa oleville kuntoutujille, joilla on tuki- ja liikuntaelinsairauksia ja joiden selviytymistä ja osallistumista arjen toimintoihin voidaan tukea kuntoutuksen keinoin.

### **Hakeminen**

Keskustele lääkärisi kanssa kuntoutustarpeestasi. Lääkäri kirjoittaa B-lausunnon, joka liitetään kuntoutushakemukseen. Täytä Kelan kuntoutushakemus KU132 ja toimita se liitteineen Kelaan.

Lisätietoa kuntoutukseen hakemisesta löydät osoitteesta:

[www.kela.fi/kuntoutus-ja-sopeutumisvalmennuskurssit-nain-haet](http://www.kela.fi/kuntoutus-ja-sopeutumisvalmennuskurssit-nain-haet)

Lisätietoa myös sivuiltamme [www.kuusiolinna.fi/tietoa-meista/kelan-kuntoutus](http://www.kuusiolinna.fi/tietoa-meista/kelan-kuntoutus)

### **Palvelukuvaus**

Kurssi kestää 15 vuorokautta, joka jaetaan kolmeen 5 vuorokauden jaksoon.

Kurssiin sisältyy ennakkoyhteydenotto ennen ensimmäisen jakson alkua sekä yksilöllisen tarpeen mukaan 2-4 seurantayhteydenottoa kuntoutusjaksojen välillä ja niiden jälkeen.

Kuntoutukseen sisältyy ryhmämuotoista toimintaa, liikuntaa sekä ammattilaisten haastatteluja, tutkimuksia ja keskusteluja.

Välitehtävien avulla tuetaan kuntoutumisen jatkumista kuntoutujan omassa arjessa.

Kurssille voi osallistua kerrallaan 10 kuntoutujaa.

### **Henkilökunta**

Kuntoutus on moniammatillista yhteistyötä. Kuntoutujan yksilöllisen tarpeen mukaan työryhmään kuuluvat:

- Erikoislääkäri
- Fysioterapeutti
- Sairaanhoidtaja
- Psykologi
- Ravitsemusterapeutti
- Sosionomi
- Liikunnanohjaaja

### **Kuntoutuskeskus Otsonlinnan kodikkaat tilat ja ajanmukaiset laitteet**

Käytössämme on vastikään uudistetut tilat sekä yksilö- että ryhmämuotoiseen kuntoutukseen sisältäen allas- ja saunaosaston sekä älykuntosalin.

