



# OMAISHOITAJAKUNTOUTUS KILJAVAN SAIRAALASSA



## Kenelle

Henkilöille, jotka toimivat omaishoitajina.

## Tavoitteet

Kuntoutus

- tukee omaishoitajan henkistä hyvinvointia ja lisää voimavaroja
- tukee fyysistä jaksamista
- lisää osaamista omaishoitajan työssä
- tarjoaa vertaistukea ja ryhmäytymistä

## Kuntoutuksen sisältö

Toteutetaan ryhmämuotoisesti:

- Liikunnalliset ryhmät
- Luennot ja keskustelut
- Virike- ja muu yhteinen toiminta

Yksilöllisiä tapaamisia, kuten:

- Lääkärin tekemä tutkimus, arviointi ja kuntoutussuunnitelma
- Toimintakykyä, mielialaa, muistia ja kuntoa mittaavat testit
- Fysioterapeutin ohjaus ja kuntoilu-ohjeet kotiin
- Tarpeen mukaan keskusteluja eri asiantuntijoiden kanssa, esim. ravitsemusterapeutti, sairaalapastori, hoitajat



### Kuntoutusjakso:

- Lähette omasta kotikunnasta
- Kesto 12 päivää

### Seurantajakso:

- Kesto 5 päivää
- Ajankohta 6 kuukauden kuluttua kuntoutusjakson jälkeen



### Omaishoidettavan sijoitus

- Omaishoitaja voi tulla kuntoutukseen **yksin**
  - Omaishoidettava on kotikunnan järjestämässä paikassa
- Omaishoitaja voi tulla kuntoutukseen **yhdessä** hoidettavan kanssa
  - Omaishoidettava on intervalli- tai kuntoutusjaksolla eri osastolla
  - Omaishoidettava tarvitsee tällöin oman lähetteen

### Asiakasmaksu

- Asiakasmaksu on 16 €/vrk vuonna 2019
- Hinta sisältää jakson aikana
  - hoidon ja kuntoutuksen
  - 5 ateriaa vuorokaudessa
  - majoituksen 2 – 3 hengen huoneessa

### Tiedustelut

Arkisin klo 9 – 10 ja 13 – 14:  
sihteeri 040 3474 525

### Kiljavan Sairaala

Kiljavantie 539 A  
05250 KILJAVA  
puh. 020 6110 400 vaihde  
puh. 040 3474 525 sihteeri

info@kiljavansairaala.fi  
[www.kiljavansairaala.fi](http://www.kiljavansairaala.fi)