

Pirkanmaan yrittäjät ry:n jäsenten ASLAK-kurssi 44395

Aslak-kurssi on kohdennettu Pirkanmaan yrittäjät ry:n jäsenille, joiden työ- ja toimintakyvyn heikkenemisen riskit ovat todettavissa. Kurssi toteutetaan Ikaalisten Kylpylän Kuntoutumiskeskuksessa.

Aslak-kuntoutus, ammatillisesti syvennetty lääketieteellinen kuntoutus, on ryhmämuotoista varhaiskuntoutusta työssä oleville henkilöille. Kurssille voi hakeutua, kun toiminta- ja työkyvyn heikkenemisen riskit ovat selvästi todettavissa, kuitenkin sairausoireet ovat vielä lieviä ja palautuvia. Työvuosia on vielä jäljellä. Tärkeää on oma kiinnostus ja halu muutokseen.

Aslak-kuntoutuksen tavoitteena on yrittäjänä toimivan henkilön fyysisen kunnon, työhallinnan, henkisen hyvinvoinnin ja työssä jaksamisen parantuminen, terveiden elämäntapojen ja itsehoitokeinojen löytäminen sekä hänen työnsä ja työolosuhteidensa kehittämisprosessin käynnistyminen.

Aslak-kurssi on 10 henkilön kurssi.

Kurssi alkaa Info/ tiedotustilaisuudella kurssille valituille yrittäjille: 26.04.12 kello 08.00-09.30 Tampereella.

Toteutusajankohdat Ikaalisten Kylpylän Kuntoutumiskeskuksessa ovat:

alkujakso 14.05. - 16.05.2012

kurssijakso 14.06. - 16.06.2012

kurssijakso 16.08. - 18.08.2012

kurssijakso 11.10. - 13.10.2012

kurssijakso 10.01. - 12.01.2013

kurssijakso 07.03. - 09.03.2013, yhteistyöpäivä perjantai 08.03.12 klo 11.30 alkaen Ikaalisissa.

loppujakso 06.05. - 08.05.2013

Jaksot sisältävät yksilöllisiä tutkimuksia, testejä, ohjausta ja työ- ja toimintakykyyn liittyviä ryhmäkeskusteluita ja liikuntaa. Jaksojen välissä yrittäjä työskentelee omassa työssään, omalla työpaikallaan ja toteuttaa yhdessä sovittuja, tavoitteittensa mukaisia välitehtäviä, joiden toteutumista seurataan seuravilla jaksoilla. Aslak-kurssi sisältää yhteistyöpäivän, jolloin yrittäjien työhön liittyviä aiheita käsitellään yhdessä työterveyshuollon henkilöstön ja yrittäjäyhdistyksen edustajien kanssa.

Ikaalisten Kylpylässä Aslak-kurssilla toimii kuntoutustyöryhmä; lääkäri, fysioterapeutti, työelämänasiantuntija ja psykologi sekä ravitsemusterapeutti, toimintaterapeutti, sosiaalityöntekijä ja sairaanhoitaja. Heidän kanssaan kuntoutuja hakee keinoja oman kokonaisvaltaisen hyvinvointisi edistämiseen, omien työmenetelmien ja työn arviointiin ja kehittämiseen sekä yrittäjän työssä tapahtuvista muutoksista selviytymiseen.

Aslak-kurssille hakeutuminen

Aslak-kurssi on Kelan kustantamaa varhaiskuntoutusta. Kurssille hakeudutaan työterveyshuollon/ terveydenhuollon kautta. Kuntoutushakemuksen Ku 102 liitteeksi tarvitaan lääkärin laatiman B-lausunto terveydentilasta, työkykyisyydestä ja kuntoutuksen tarpeesta. **Kuntoutushakemus liitteineen toimitetaan Tampereen Lääkärikeskukseen Anne Pinolalle 09.03.12 mennessä**, jonka jälkeen Kelassa tehdään kuntoutuspäätökset. Kurssin numero on **44395**.

Kuntoutuksen ajalta voi hakea Kelasta kuntoutuslain mukaisesti kuntoutusrahaa ja matkakorvausta. Kela kustantaa kuntoutukseen osallistuville kuntoutusohjelman, majoituksen 2-hengen huoneessa ja täysihoidon.

Ikaalisten kylpylässä oman kuntoutusohjelman lisäksi on käytössä iltaisin liikunta- ja vapaa-ajan tilat sekä Wellness-Sport ohjelma. Voit tutustua lisää:
www.ikaalistenkylpyla.fi/vapaa-aika.

Kuntoutushakemuksen ja lisätietoja Aslak-kuntoutuksesta ja kuntoutusrahasta/ matkakorvauksista löydät www.kela.fi sivuilta tai Kelan toimistoista.

Tarpeen mukaan ota yhteyttä:

Ikaalisten Kylpylä, Kuntoutumiskeskus: paula.virtanen@ikaalistenkylpyla.fi
p. 03-4512017.