

Miten haen kursseille?

Kelan kursseille haetaan vain Kelan lomakkeella KU 102. Muille kursseille haetaan mieluiten ADHD-liiton omilla lomakkeilla, joita on kahdenlaisia: perhe- ja nuortenkurssihakemus sekä aikuiskurssihakemus. ADHD-liiton kursseille voi hakea myös Kelan lomakkeilla, mutta Kelan kursseille ei voi hakea ADHD-liiton lomakkeilla.

Täytä hakemus huolellisesti ja muista allekirjoittaa se. Palauta hakemus liitteineen viimeiseen hakupäivään mennessä.

Kelan kurssien hakemukset palautetaan liitteineen ADHD-liittoon tai Kelan paikallistomistoon. RAY:n tukemien kurssien hakemukset palautetaan liitteineen osoitteella

ADHD-liitto ry / kuntoutus
Sitratie 7
00420 HELSINKI.

Perhekurssin hakemusliitteet

- 1) Korkeintaan 12 kk vanha B-lääkärinlausunto, jonka liitteenä on suositus kurssille tai kuntoutussuunnitelma
- 2) TAI kopio viimeisimmästä epikriisistä, josta ilmenee myös nykytilanteen kuvaus ja perustelut kurssitarpeelle. Epikriisin lisäksi hoitavan lääkärin antama suositus kurssille.
- 3) Hakemukseen voit halutessasi liittää myös terapeuttien tai muiden asiantuntijoiden lausuntoja tilanteestasi.

Aikuisten kurssin hakemusliitteet

- 1) Enintään vuoden vanha lääkärintodistus tai kopio epikriisistä, josta käy selville oireyhtymän luonne ja sen aiheuttamat vaikeudet elämässä. Kelan kursseille B-lausunto.
- 2) Lääkärin kirjoittama kurssisuositus.
- 3) Voit halutessasi liittää mukaan myös muita asiakirjoja, kuten psykologin, työvoimaviranomaisen tai sosiaalityöntekijän lausunnon.

Kuntoutujavalinnat

Kullekin kurssille valitaan enintään kymmenen kuntoutujaa, parisuhdekurssille viisi kuntoutujaa sekä heidän kumppaninsa. Kuntoutujavalinnoissa kriteereinä ovat seuraavat seikat:

- diagnosoitu ADHD tai ADD
- kuntoutujan tarve ja motivaatio kurssille
- mahdollisuus kuntoutua työ- tai opiskelukykyiseksi
- ei ympärivuorokautisen tuen tarvetta
- ei akuuttia päihdeongelmaa
- lisäksi kurssikohtaiset kriteerit, kuten ikä tai parisuhde
- etusijalla ovat hakijat, jotka eivät ole aikaisemmin olleet vastaavalla kurssilla.

Kuntoutujavalinnat ja Kelan kurssien esivalinnat tehdään kuntoutusvaliokunnassa, joka koostuu ADHD:n ja kuntoutuksen asiantuntijoista. Kuntousvalinnoista päätettyämme ilmoitamme Sinulle kirjeitse, tulitko valituksi hakemallesi kurssille. Kelan kurssien valinnasta päätös tulee hakijalle Kelalta.

Mikäli et ole päässyt ensi sijalle asettamallesi kurssille, voimme luvallasi siirtää sinut toiselle vastaavanlaiselle kurssille. Voit hakea myös muiden järjestäjien vastaaville kursseille – muistathan ilmoittaa sen hakemuksessasi. Ilmoita myös, jos tulet valituksi perhekuntoutukseen tai muuhun ADHD-kuntoutukseen ennen meidän kurssivalintojamme.

Kurssitiedustelut

Kuntoutuspäällikkö Mirja Heikkilä
puh. (09) 4541 1141
mirja.heikkila@adhd-liitto.fi

Sopeutumis- valmennus 2009

PERHEKURSSIT

Kelan perhekurssit

Perhekurssi 29.6.–3.7.2009

Kohderyhmä: 7–10-v. ADHD-lapset perheineen (Kela 9 § ja 12 § mukaan)
Kurssinumero: 31643

Perhekurssi 13.–17.7.2009

Kohderyhmä: 9–12-v. ADHD-lapset perheineen (Kela 9 § ja 12 § mukaan)
Kurssinumero: 32005

Perhekurssi 20.–24.7.2009

Kohderyhmä: 7–10-v. ADHD-lapset perheineen (Kela 9 § ja 12 § mukaan)
Kurssinumero: 34057

Paikka: Verven Kuntoutuskeskus, Karkku

Sisältö: Kurssit ovat Kelan rahoittamia ADHD-lasten perhekursseja. Kurseilla saadaan vertaistukea toisilta samankaltaisessa haastavassa elämäntilanteessa olevilta perheiltä. Tavoitteena on saada myös lisää voimavaroja ja keinoja arkipäivän tilanteista selviytymiseen. 9–12-vuotiaiden kurssi on ensisijaisesti jatkokurssi ensitietokurssin aikoinaan käyneille, mutta muutkin ikäryhmään kuuluvat voivat sinne hakea.

Hakuaika päättyy 23.3.2009.

Hakemukset Kelan KU 102 -lomakkeella. Liitteeksi B-lausunto, jossa kurssisuositus.

RAY-avustuksen ja terveydenhuollon maksusitoumuksien rahoitetut kurssit

Perhekurssi 1.–5.6.2009

Kohderyhmä: 5–7-v. ADHD-lapset perheineen. Omavastuu 50 €/perhe.

Paikka: Verven kuntoutuskeskus, Karkku

Sisältö: ADHD-ensitietokurssi. Ohjelmassa on luentoja ADHD:n diagnosoinnista ja kuntoutuksesta sekä koulun aloittamiseen liittyviä asioista. Tavoitteena vanhempien ryhmässä

on vertaistuen saaminen toisilta vastaavassa tilanteessa olevilta perheiltä. Lasten ryhmissä kuntoutusta toteutetaan toiminnan kautta – leikkien, pelaten ja yhdessä toimien.

Hakuaika päättyy 23.3.2009.

Perhekurssi 22.–26.6.2009

Paikka: Verven Kuntoutuskeskus, Karkku
Kohderyhmä: 8–12-v. ADHD-lapset perheineen. Omavastuu 50 €/perhe.

Sisältö: Vanhemmat saavat luennoilla ajankohtaista tietoa ADHD:stä ja kuntoutuksesta. Vertaistuen kautta saadaan tukea ja vinkkejä arkeen toisilta vastaavanlaisessa tilanteessa olevilta vanhemmilta. Tavoitteena on lisätä vanhempien keinoja selvittää arjen ongelmatilanteista. Lasten ryhmissä pyritään onnistumisen kokemusten kautta tukemaan itsetuntoa sekä lisätä uskallusta ja taitoa selvittää erilaisista sosiaalisista tilanteista. Lapset saavat tietoa ADHD:stä iänmukaisella tavalla.

Hakuaika päättyy 23.3.2009.

Perhekurssi 12.–16.10.2009

Paikka: Piispalan kurssikeskus, Kannonkoski
Kohderyhmä: 13–16 v. ADHD-nuoret perheineen. Omavastuu 50 €/perhe.

Sisältö: Vanhempien ryhmässä kuullaan ajankohtaista tietoa murrosiästä ja ADHD:stä sekä mietitään yhdessä selviytymiskeinoja arjessa ja voimavarojen lisäämistä perheessä. Nuorten kohdalla kurssisisällöt toteutetaan yhdessä tekemällä ja toimimalla. Tavoitteena on nuorten omien vahvuuksien ja voimavarojen löytyminen sekä itsetunnon tukeminen onnistumisen kokemusten ja vertaistuen kautta.

Hakuaika päättyy 4.8.2009.

Kurseille haetaan ADHD-liiton (tai Kelan) lomakkeilla. Liitteeksi tarvitaan alle vuoden vanha lääkärintoimintasuositus.

NUORTEN ITSENÄISTYMISKURSSI

17–20-v. sopeutumisvalmennuskurssi 27.–31.7.2009

Paikka: Anjalan kurssikeskus, Anjalankoski
Kohderyhmä: 17–20-vuotiaat ADHD- ja ADD-nuoret. Hakijoilla voi olla ADHD:n lisäksi neurologisia liitännäisosoireita, esimerkiksi oppimis- ja/tai lukivaikeuksia ja hahmotusvaikeuksia.

Sisältö: Kurssilla käsitellään ADHD:hen liittyvää asiantietoa, harjoitellaan vuorovaikutus- ja ajanhallintataitoja sekä käydään läpi mm. rahankäyttöä. Kurssilla on mahdollisuus kartoittaa yksilöllisiä opiskelu- ja työelämävalmiuksia. Nuorta ohjataan realististen jatkosuunnitelmien tekemisessä. Ohjelmassa on myös vertaisryhmätoimintaa, luovaa toimintaa ja ohjattua liikuntaa.

Omavastuuosuus on 25 €.

Hakuaika päättyy 4.5.2009.

AIKUISTEN ARJENHALLINTAKURSSIT

ADHD-lasten isovanhempien viikonloppukurssi 20.–22.2.2009

Paikka: Hoikan kuntoutuskeskus, Karkku
Kohderyhmä: Isovanhemmat, jotka osallistuvat ADHD-oireisten lastenlastensa hoitoon tai ovat muutoin tukena ADHD-perheen arjessa. Isovanhemmat osallistuvat kurssille ilman lapsenlapsiaan.

Sisältö: Viikonloppukurssilla on ohjelmassa lääkärintoimintaluento lapsen ADHD:stä ja oireyhtymän vaikutuksista perheen arkeen. ADHD-lapsen ohjausta käydään läpi käytännön esimerkein. Vertaisryhmissä jaetaan kokemuksia ja käsityksiä isovanhemman roolista perheen arjen tukijana. Kurssilla järjestetään myös ohjattuja rentoutusharjoituksia ja vapaa-muotoisempaa iltatoimintaa.

Kurssin omavastuuosuus on 25 € henkilöltä. Paikkoja on varattu 24 osallistujalle.

Yli 25-v. ADHD-aikuisten kurssi

9.–13.3.2009

Paikka: Kyyrönkaidan kurssikeskus, Pellosniemi

Kohderyhmä: yli 25-vuotiaat ADHD-aikuiset.
Sisältö: Kurssilla käsitellään ADHD-asiantietoa, kehitetään itsetuntemusta sekä harjoitellaan arjenhallinta- ja vuorovaikutustaitoja. Ohjelmassa on myös vertaisryhmätoimintaa ja ohjattua liikuntaa.

Kurssin omavastuu on 40 euroa.

Hakuaika päättyy 30.1.2009.

Parisuhtekorssi 1.–4.9.2009

Paikka: Kyyrönkaidan kurssikeskus, Pellosniemi

Kohderyhmä: Pitempiaikaisessa parisuhteessa elävät yli 20-vuotiaat ADHD- ja ADD-aikuiset ja heidän kumppaninsa.

Sisältö: Kurssilla käsitellään ADHD:hen liittyvää asiantietoa, kehitetään vuorovaikutustaitoja sekä pyritään vahvistamaan kuntoutujan itsetuntemusta ja parisuhdetta ADHD-perheessä. Ohjelmassa on myös vertaisryhmätoimintaa sekä ohjattua liikuntaa. Kurssille otetaan enintään viisi pariskuntaa.

Kurssin omavastuu on 50 €.

Hakuaika päättyy 4.5.2009.

ADHD-aikuisten kurssi 17.–21.8.2009

(Kela 12 §, hakulomake KU 102)

Paikka: Verven Kuntoutuskeskus, Karkku
Kurssinumero: 31671

Kohderyhmä: Kelan harkinnanvaraisen kuntoutuksen kriteerit täyttävät ADHD- ja ADD-aikuiset, joilla on B-lausunto ja kurssisuositus.

Sisältö: Kurssilla käsitellään ADHD-asiantietoa, tarkastellaan omaa elämäntilannetta työkyvyn näkökulmasta sekä arvioidaan työkykyä rajoittavia tekijöitä. Käydään läpi yksilöllisiä kuntoutumisvaihtoehtoja sekä kehitetään vuorovaikutus- ja arjenhallintataitoja. Ohjelmassa on myös vertaisryhmätoimintaa sekä ohjattua liikuntaa. Ei omavastuuosuutta.