



# Sopeutumis- valmennus 2011

ADHD-liitto ry o ADHD-förbundet rf

Sitratie 7, 00420 HELSINKI o p. 050 354 4325 o faksi (09) 4541 1123

[adhd@adhd-liitto.fi](mailto:adhd@adhd-liitto.fi) o [www.adhd-liitto.fi](http://www.adhd-liitto.fi)

# PERHEKURSSIT

## KELAN PERHEKURSSIT

### **Perhekurssi 27.6.-1.7.2011**

**Kohderyhmä:** 7-10-v. ADHD-oireiset lapset perheineen (KELA 9 § ja 12 § mukaan)

**Kurssinumero:** 40038

### **Perhekurssi 25.-29.7.2011**

**Kohderyhmä:** 9-12-v. ADHD-oireiset lapset perheineen (KELA 9 § ja 12 § mukaan)

**Kurssinumero:** 40049

**Paikka:** Verven kuntoutuskeskus, Liperi

**Sisältö:** Kurssit ovat Kelan rahoittamia ADHD-oireisten lasten perhekursseja. Kursseilla 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 sille hakea.

### **Hakuaika päättyy 28.3.2011**

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

## RAY-avustuksien ja terveydenhuollon maksusitoumuksien rahoittamat kurssit

### **Perhekurssi 16.-20.5.2011**

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

**Paikka:** Mertiörannan kurssikeskus

**Sisältö:** ADHD-ensitietokurssi. Ohjelmassa on luentoja ADHD:n diagnosoinnista ja kuntoutuksesta sekä koulun aloittamiseen liittyvistä

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

### **Hakuaika päättyy 21.3.2011**

### **Perhekurssi 17.-21.10.2011**

**Paikka:** Piispalan kurssikeskus, Kannonkoski

**Kohderyhmä:** 13-16-v. ADHD-oireiset 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 1.8.2011**

Kursseille haetaan ADHD-liiton lomakkeilla. Liitteenä tarvitaan alle vuoden vanha lääkärintaus ja kurssisuositus.

## NUORTEN ITSENÄISTYMIKURSSI

### **17-20-v. Sopeutumisvalmennuskurssi**

#### **11.-15.7.2011**

**Paikka:** Anjalan nuorisokeskus, Anjalankoski

**Kohderyhmä:** 17-20-vuotiaat ADHD- ja ADD-oireiset nuoret. Hakijoilla voi olla ADHD:n lisäksi neurologisia liittännäisöoireita, esimerkiksi oppimis- ja/tai lukivaikeuksia ja hahmotusvaikeuksia.

**Sisältö:** Kurssilla käsitellään ADHD:hen liittyvää asiantietoa, harjoitellaan vuorovaikutustaitoja sekä ajanhallinnantaitoja ja käydään läpi mm. rahankäyttöä. Kurssilla on mahdollisuus kartoit-

taa yksilöllisiä opiskelu- ja työelämävalmiuksia. Nuorta ohjataan realististen jatkosuunnitelmien tekemisessä. Ohjelmassa on myös vertaisryhmätoimintaa, luovaa toimintaa sekä ohjattua liikuntaa.

Omapastuuosuus on 25 €

**Hakuaika päättyy 21.3.2011**

Kurssille haetaan ADHD-liiton lomakkeilla

## AIKUISTEN ARJENHALLINTA-KURSSIT

**Alle 40-v. ADHD-oireisten aikuisten kurssi  
14.-18.3.2011**

**Paikka:** Koivupuisto, Ylöjärvi

**Kohderyhmä:** Alle 40-vuotiaat ADHD-oireiset aikuiset.

**Sisältö:** Kurssilla käsitellään ADHD-asiatietoa, kehitetään itsetuntemusta sekä harjoitellaan arjenhallinta- ja vuorovaikutustaitoja. Ohjelmassa on myös vertaistoimintaa ja ohjattua liikuntaa.

Kurssin omavastuu on 50 €

**Hakuaika päättyy 1.2.2011**

**Parisuhdekurssi 13.-17.6.2011**

**Paikka:** Palvelu- ja toimintakeskus Iiris, Helsinki

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

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

Kurssin omavastuu on 50 €.

**Hakuaika päättyy 21.3.2011**

## KELAN AIKUISTEN KURSSI

**ADHD-aikuisten kurssi 1.-5.8.2011**

(Kela 12§, hakulomake KU 102)

**Paikka:** Verven Kuntoutuskeskus, Liperi

**Kurssinumero:** 40053

**Kohderyhmä:** Kelan harkinnanvaraisen kuntoutuksen kriteerit täyttävät ADHD- ja ADD-ai-  
kuiset, joilla on B-lausunto ja kurssisuositus  
**Sisältö:** Kurssilla käsitellään ADHD-asiatietoa, tarkastellaan omaa elämäntilannetta työkyvyn ylläpidon / saavuttamisen näkökulmasta sekä arvioidaan työkykyä rajoittavia tekijöitä. Käydään läpi yksilöllisiä kuntoutumisvaihtoehtoja sekä kehitetään vuorovaikutus- ja arjenhallinnan taitoja. Ohjelmassa on myös vertaisryhmätoimintaa sekä ohjattua liikuntaa.

**Hakuaika päättyy: 28.3.2011**

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

## OMAISKURSSI

**1.-2.10.2011**

**Paikka:** Palvelu- ja toimintakeskus Iiris, Helsinki

**Kohderyhmä:** Kurssi on suunnattu ADHD-  
oireisten aikuisten vanhemmille. Kurssilla käsitellään aikuisten lasten itsenäisyyden tukemista ja jaetaan kokemuksia vertaisryhmässä.

Kurssin omavastuu on 50 €.

**Ilmoittautuminen:** Ei erillistä hakulomaketta. Ilmoittautumiset puhelimitse ADHD-liittoon puh. 045 657 7875 tai sähköpostitse kuntoutus@adhd-liitto.fi

**Hakuaika päättyy 1.8.2011**

## Miten haen kursseille?

Kelan kursseille haetaan vain Kelan lomakkeella KU 102. Muille kursseille haetaan ADHD-liiton omilla lomakkeilla.

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

Kelan kurssien hakemukset palautetaan liitteineen ADHD-liittoon tai Kelan paikallistoimistoon. RAY:n tukemien kurssien hakemukset palautetaan liittoon osoitteella ADHD-liitto ry / kuntoutus, Sitratie 7, 00420 HELSINKI.

## Perhekurssin hakemusliitteet

- 1) Kelan kusseille korkeintaan 12 kk vanha B-lääkärintoimitus, jonka liitteenä on suositus kurssille tai kuntoutussuunnitelma
- 2) TAI RAY:n kursseille 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. Kuntoutujavalinnossa valintakriteereinä 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 -kuntoutuksen asiantuntijoista. Kuntoutusvalinnoista päätettyämme ilmoitamme sinulle kirjeitse, tulitko valituksi hakemallesi kurssille. Kelan kurssien valinnasta päätös tulee hakijalle Kelalta.

Mikäli et ole päässyt ensisijalle 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

kuntoutussuunnittelija Jari Kämäräinen

puh. 040 777 1207

sähköposti: jari.kamarainen@adhd-liitto.fi

kuntoutussihteeri Tuuli Korhonen

puh. 045 657 7876

sähköposti: tuuli.korhonen(at)adhd-liitto.fi