

Kuntoutus-liris opastaa

Kun näkö heikkenee tsekkaukselta kuntoutujalle



**Kun haet kuntoutukseen,
kerro hakemuksessasi
seuraavat asiat:**

1. Kuntoutuksen ja avun tarve

Millaisia vaikeuksia ja avun tarvetta näkövamma ja muut mahdolliset sairaudet aiheuttavat?

Esimerkiksi:

- näkötilanteesi on muuttunut ja arkielämän sujuminen on vaikeutunut
- näön heikentymisen tai sokeuden vuoksi tarvitset tietoa ja keinoja jäljellä olevan näkökyvyn, muiden aistien ja apuvälineiden käytöstä
- olet siirtymässä uuteen elämänvaiheeseen: opiskelemaan, työelämään, asumaan itsenäisesti tai eläkkeelle
- itsenäinen toimiminen perheessä on vaikeutunut (myös puolisona tai vanhempana)
- tarvitset psyykkistä tukea ja voimavaroja arkeesi
- tarvitset vertaistukea (ei riitä yksinään perusteluksi).

2. Kuntoutuksesi tavoitteet

Kirjaa kuntoutushakemukseen konkreettisia tavoitteita.

Esimerkiksi:

- arkielämässä selviytyminen; liikkuminen, asiointi tai kotiaskareet
- tiedonsaannin ja kommunikoinnin parantaminen (esim. tietokoneen ja puhelimen käyttö)
- elämänlaadun kohentaminen, esim. harrastuksiin ja yhteiskunnallisiin asioihin osallistuminen
- työelämässä selviytyminen ja työkyvyn ylläpitäminen.

3. Konkreettiset esimerkit

"Tarvitsen apuvälineen ja sen käytön ohjausta selviytyäkseni itsenäisesti arjessa."

"Tarvitsen näkövammaistaitojen opettelua, jotta voin liikkua turvallisesti eri ympäristöissä ja eri liikennevälineillä, asioida ja hoitaa arkisia askareita itsenäisesti, käyttää tietoteknisiä laitteita ja puhelinta, opetella pistekirjoitusta saadakseni luku- ja kirjoitustaidon, asioiden tunnistamisen ja merkitsemisen avuksi."

"Näkötilanteeni on huono tai minulla on etenevä silmäsairaus enkä enää selviä arjessa tai nykyisistä työtehtävistä kunnolla."



4. Mikä kuntoutusmuoto sopii sinulle?

- Yksilöllinen kuntoutusjakso
 - jos tarvitset henkilökohtaista ohjausta ja/tai tukea johonkin arjessa selviytymisen osa-alueeseesi
- Ammatillinen kuntoutus
 - jos sairaus, vika tai vamma on aiheuttanut tai aiheuttaa työ- tai opiskelukykysi olennaisen heikentymisen lähivuosina

5. Lääkärin B-lausunto tai kuntoutussuunnitelma

Kuntoutushakemuksen liitteeksi tarvitset lääkärin B-lausunnon tai kuntoutussuunnitelman.

Valitse kuntoutuspaikaksi Näkövammaisten liiton Kuntoutus-liris ja varmista, että se kirjataan hakemuslomakkeeseen tai kuntoutussuunnitelmaan. Pyydä myös lääkäriä merkitsemään B-lausuntoon kuntoutuspaikaksi Kuntoutus-liris.

Kuntoutus-liris Sinua varten!

6. Perheenjäsen tai läheinen mukaan

Jos haluat, että perheenjäsen tai läheinen osallistuu kuntoutusjaksolle, perustele hakemuksessa syy. Kela maksaa osallistumisen ja matkat sekä joissakin tapauksissa kuntoutusrahaa. Mikäli tarvitset tulkkia, se on mainittava hakemuksessa.

Tarvittaessa perheenjäsen tai läheinen voi ruokailla ja majoittua omalla kustannuksellaan Kuntoutus-liriksessä (yhteinen huone kuntoutujan kanssa). Itse maksavana omainen ei kuitenkaan voi osallistua kuntoutusohjelmaan.

7. Ota rohkeasti yhteyttä

Jos sinulla on kysyttävää kuntoutuksen sisällöstä, hakeutumisesta tai pienistäkin käytännön asioista, soita meille:

Kuntoutus-liris

- sihteeri p. 09 3960 4455
- vastaava kuntoutusohjaaja p. 09 3960 4461
- sähköpostitse: kuntoutus-iiris@nkl.fi



postiosoite: PL 41, 00030 IIRIS
käyntiosoite: Näkövammaisten palvelu-
ja toimintakeskus Iiris, Marjaniementie 74,
00930 Helsinki (Itäkeskus)
09 396 041 (vaihe)

Lisätietoja kuntoutuksesta

- www.nkl.fi/kuntoutus
- www.iiris.fi
- www.kela.fi

**Näkövammaisten
yksilölliset
kuntoutusjaksot
vain Kuntoutus-
liriksessä!**