



## HYVÄ TIETÄÄ!

### Kuntoutumisjakso

Kuntoutuksen tavoitteena on lisätä kuntoutujan voimavaroja toimia elinympäristössään ja yhteiskunnassa mahdollisimman täysipainoisesti. Jotta saat kuntoutuksestasi parhaan mahdollisen hyödyn mieti jo etukäteen henkilökohtaisia tavoitteitasi.

### Ohjelma

Kuntoutukseen voit osallistua joko yöpymällä Apilassa tai päiväkävijänä. Yöpymiseen sisältyy aamupala, lounas, päivällinen ja hedelmäiltapala. Lisäksi tarjolla on pientä kevyttä välipalaa. Lähtöpäivään sisältyy myös päivällinen, jonka **voit tilata edellisenä päivänä klo 10.00 mennessä** vastaanotosta. Päiväkävijöiden käyntipäivään sisältyy lounas.

Henkilökohtaisen ohjelmasi saat kuntoutuksen alkupäivinä. Voit käydä uimassa ja saunassa talon yleisillä vuoroilla.

### Ota mukaan

- käytössäsi olevat lääkkeet
- päivittäin tarvitsemasi apuvälineet, tuet ja lastat
- henkilökohtaiset hygienitarvikkeet
- sisä- ja ulkoliikuntavarusteet
- uima-asu

### Apilan vakuutusturva:

- toiminnan vastuuvakuutus kattaa ohjatun kuntoutus- ja vapaa-ajanohjelman
- potilasvakuutus kattaa vahingon kuntoutustoiminnan aikana, kun kuntoutusta toteuttaa terveydenhuollon ammattihenkilö
- tapaturmavakuutus kattaa ohjatun kuntoutus- ja vapaa-ajanohjelman sekä muuna vapaa-aikana tapahtuvat henkilövahingot

Apilan tapaturmavakuutus koskee ainoastaan ohjattua kuntoutus- ja vapaa-ajan toimintaa sekä vapaa-aikaa Apilan tiloissa ja sen hallinnoimalla alueella. Voit halutessasi hankkia henkilökohtaisen vapaa-ajan tapaturmavakuutuksen Apilan tilojen ja alueiden ulkopuolella mahdollisesti tapahtuvia vahinkoja varten.

### Osallistumistodistus ja kuntoutuspalaute

Osallistumistodistuksen tarvitset mm. matkakustannusten hakemista varten. Sen saat Apilan vastaanotosta lähtöpäivänä. Kuntoutuspalaute lähetetään sinulle postitse kahden viikon sisällä kuntoutuksen päättymisestä.

### Matkakustannukset

Kela korvaa matkakustannukset pääsääntöisesti halvimman matkustustavan mukaan. **Omapastuu on 25 € / suunta.** Jos et voi käyttää julkista liikennettä terveydentilasi tai puutteellisten liikenneolosuhteiden vuoksi, voit saada korvausta esim. oman auton tai taksin käytöstä. Jos perusteluna on terveydentilan rajoitteet, tarvitset sitä varten terveydenhuollon todistuksen. Jos kyseessä on puutteelliset liikenneolosuhteet, perustele erityiskulkuneuvon käyttö itse Kelaan. Taksi tulee aina tilata Kela-taksinumerosta, muita taksimatkoja ei Kela korvaa. **Todistuksen tulomatkalle kirjoittaa kotipaikkakunnan hoitava lääkäri.** Apilan lääkäri/sairaanhoitaja voi kirjoittaa todistuksen paluumatkalle mikäli kuntoutujan sairaus/terveydentila sitä edellyttää.

### Liikenneyhteydet

Tampereelta on Apilaan matkaa noin 25 km. Tampereen joukkoliikenteen **linja 40A liikennöi Apilaan.** Reumantien pysäkillä on noin 350 metrin kävelymatka Apilaan. Aikataulut: **www.aikataulut.tampere.fi**

### Apila-info

- asiakkaiden käytössä on tietokone sekä langaton internet-yhteys yleisissä tiloissa
- maksuvälineenä käy käteinen, sekä pankki- ja luottokortti
- lähimmät palvelut löytyvät Kangasalan keskustasta (4 km)
- auton lämpötolppapaikan voi vuokrata vastaanotosta
- asiakaskeittiössä on kahvin- ja vedenkeitin, ja jääkaappi
- välipala- ja juoma-automaatti sijaitsevat pääaulassa
- huoneissa on pyyhe, kylpytakki ja hiustenkuivaaja
- allergioiden takia on vältettävä hajusteiden käyttöä