

IKKU – Puärsmam määngpuõccji säurrâ'ttemkurss

IKKU-kurss ta'rjjad puärsmam
oummuid vuei'ttemvuõđ jiõččuäilažvuõđ
da aktiivlažvuõđ lâsnummša. Kuursâst
mättjum aa'sši vuäkka vuäžžat lââ'zz
odlõsvuõđ aarg tuäimmjummsid.

Kuurs täävtõssân lie säu'rrõõdi jiõččuäimlažvuõđ tuõ'll'jummuš
da tuärjj aarg tuäimmjummsin spraavdõõttma. Täävtõsjoukkân
lie uu'ccmõsân 68-âkksa määngpuõzji. Programm meä'rtâäv
vuässõõttji o'dinaknallšem taarbi da täävtõõzzi mie'ldd.

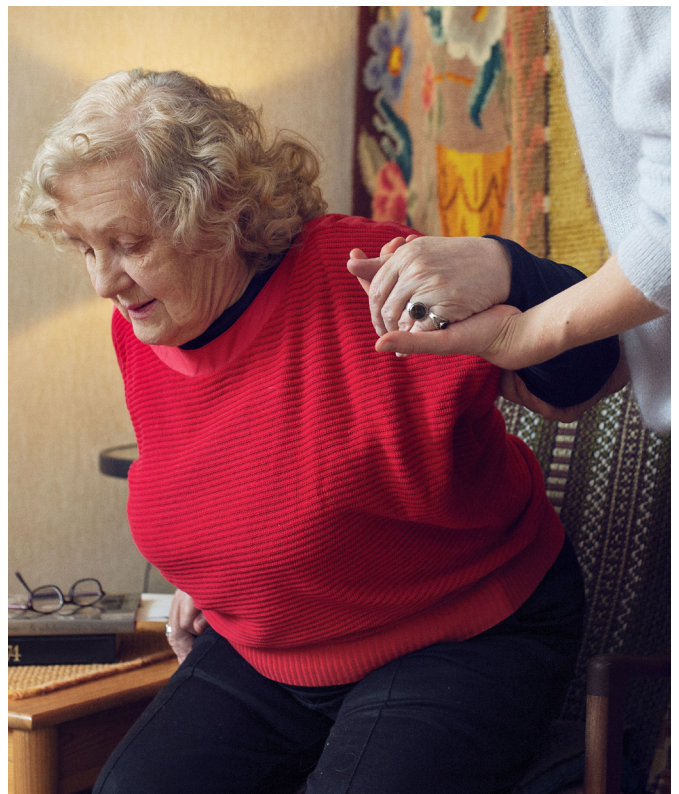
Kela reäšš IKKU-säurrâ'ttemkuursid jee'rab sää'mkiõllsaid še.
Tâ'l kuurs ââ'net läaddas da tu'lkket taarb mie'ldd jee'res
sää'mkiõllid.

Vuäitak ooccâd IKKU-ku'rsse, jõs

- leäk pä'jjel 68-âkksaž da meädda tuäjji-jie'llmest
- puõzlmad tuejje määngämmtallânji čõõđteei kurssnallšaž
säurrâttmõõžž taarb
- tu'nne ee'jj se'st tuejjuum mošt-tee'st (MMSE) puäđõs lij
pä'jjel 24 da tuäimmjempâstlažvuõđ vue'ssvuu'd vuei'tlvä'stte
joukknallšaž säurrâttmõ'sše vuässõõttmõõžž
- puõzlm diõtt tu'st lie vä'žželvuõđ pi'rğgeed dâäma.

IKKU-kuurs miõttmõõžž õõlgtõssân lij, što tuäimmjem-
pâstlažvuõđ vuei'tet pue'reed le'be tuõ'll'jed plaanuum
säurrâttmõõžžin. Lââ'ssen õõlgtet nâkam tuäimmjem-
pâstlažvuõđ, koin puärsmam vuäitt vuässõõttâd joukknallšaž
säurrâttmõ'sše da liikkeed jiõččânji. Miärkteei, säurrâ'ttem-
prosee'ss vaiggubun tuejjei puõžžâlm le'be leeigas hue'n
friskkvuõtt vuäi'tte lee'd kurssva'lljummuž cõglõssân.

Tää'rkab teäđaid sää'mkiõllsaid jurddum IKKU-kuursin kaaunak
addrõõžžâst www.kela.fi/kuntouskurssihaku. Vuäitak ooccâd
sää'mkiõllsaž kuursid va'lljee'l kiõllân "Saame" (Sää'mm).



Näi't oozzak ku'rsse

- Vääl'd õhtvuõđ tuu ho'i'djeei dâhttra. Ärvtõõllâd õõut-
sââ'jest, le'čči-a säurrâ'ttimest tu'nne äü'kk.
- Dâhttarceälkmest älgg pue'tted ou'dde jee'rab mie'ldd
 - mõõn diõtt säurrâttmõš lij tu'nne tarbbsõs
 - mii lij puõzlmad aabšum ouddnummuš.

Ko leäk vuäžžam dâhttarceälkalm, tieu'd säurrâ'ttemoocmõõžž
KU 132 (läaddas). Öhttâd oocmõ'sše dâhttarceälkalm da
tuäimat tön Kelaa'je.

Kuurs ouddva'lljummuž vääras oocmõõžž tuäimtet
kääzkkõspuu't'teeja le'be Kelaa'je.



www.kela.fi/kuntoutuskurssihaku



Säurrâttmõõžž kääzkkâ'stemnâamar 020 692 205

Kela