



Kela

JHL:n jäsenten Kiila Kruunupuistossa Kela nro 90444



Huom. muutos aikatauluissa!!

KIILA-kuntoutus on ammatillista kuntoutusta. Tavoitteena on kohentaa terveyttäsi ja tukea työkykyäsi ja siten edistää mahdollisuuksiasi jatkaa työelämässä.

KENELLE

Voit hakea KIILA-kuntoutukseen, jos

- sairauden oireet vaikeuttavat työskentelyäsi ja arkeasi
- kuntoutustarpeesi on asianmukaisesti todettu terveydenhuollossa
- haluat tukea työssä jaksamiseen
- olet motivoitunut tekemään muutoksia arjessasi paremman hyvinvoinnin eteen



TILANNEARVIO*

Käyntikerta ja 1 pv välillä
12.8.-16.9.2024

RYHMÄJAKSOT

17.-20.9.2024, 4 vrk
3.-7.2.2025, 5 vrk
18.-21.8.2025, 4 vrk

YKSILÖLLISEN VALMENNUKSEN KÄYNTIKERTA*

1-5 käyntikertaa välillä
23.9.2024-15.8.2025

PÄÄTÖSOSA*

Käyntikerta välillä
22.8.-20.10.2025

*etäyhteyshmahdollisuus



HAKEMINEN KUNTOUTUKSEEN



Ota yhteys työterveyshuoltoosi kuntoutustarpeen arvioimiseksi sekä B-lausunnon saamiseksi



Täytä kelan lomake **KU 101** sekä KIILA-kuntoutuksen ammatillinen selvityslomake **KU 200**. Lomakkeet: www.kela.fi/lomakkeet



Kirjaa kurssinumero **90444** hakemukseen



Toimita hakemus Kelaan osoitteella KELA PL 10, 00056, viimeistään **mahdollisimman pian** / toimita sähköisesti

<https://www.kela.fi/amatillinen-kuntoutus-nain-haet>

Kurssipaikat täytetään hakujärjestyksessä!

Hae pian!

SISÄLTÖ

KIILA-kuntoutus muodostuu ryhmäjaksoista ja yksilöllisestä valmennuksesta, joissa huomioidaan kurssilaisten työ- ja elämäntilanne.

Ammatillisten asioiden ja terveyteen liittyvien sisältöjen avulla tuetaan kunkin ryhmäläisen omien tavoitteiden toteutumista.

Kuntoutuksessa:

- etsitään toimivia ratkaisuja ja käytäntöjä työhösi
- tunnistetaan keinoja kuormituksen vähentämiseksi ja vahvistetaan palautumistaitoja
- vahvistetaan motivaatiota hyvinvoinnista huolehtimiseen
- rakennetaan yhteistyö- ja tukiverkostoja työkyvyn takaamiseksi kuntoutuksen jälkeen

Toteutuksesta vastaa moniammatillinen työryhmä kuten työelämän asiantuntija, lääkäri, fysioterapeutti, psykologi, terveydenhoitaja, sosionomi, työfysioterapeutti ja toimintaterapeutti.

LISÄTIEDOT

Kruunupuisto,
Työelämän asiantuntija, kurssivastaava
Paula Saksa
paula.saksa@kruunupuisto.fi

www.kela.fi/kiila-kuntoutus

JHL,
Työelämäasiantuntija
Tuula Haavasoja
tuula.haavasoja@jhl.fi
puh. 040 3101 245

Kuntoutus on Kelan järjestämää ja osallistujille maksutonta. Kuntoutuksen kuuluu majoitus 2 hh täysihoidolla. 1 hh huone lisämaksusta. Kelasta voi saada kuntoutusrahaa ansionmenetyksestä sekä korvauksia matkakuluista.

