

Aito ja inhimillinen kumppanisi



Tarjoamme kuntoutus- ja terapiapalveluita ympäri Suomen.



Meillä on ison talon vahvuus vastata monialaisesti tarpeisiin, mutta pienen talon tahto ja asenne auttaa ja olla ihmistä lähellä.



Olemme 100% suomalaisessa omistuksessa ja maksamme verot Suomeen.



Coronarian Kiila-toimipisteet

- Oulu
- Joensuu
- Kalajoki
- Tampere 2 yksikköä
- Helsinki
- Vantaa
- Lahti
- Lappeenranta
- Hämeenlinna
- Turku
- Kajaani
- Rovaniemi

13
toimipisteessä
ympäri Suomen

Kiila- kuntoutus

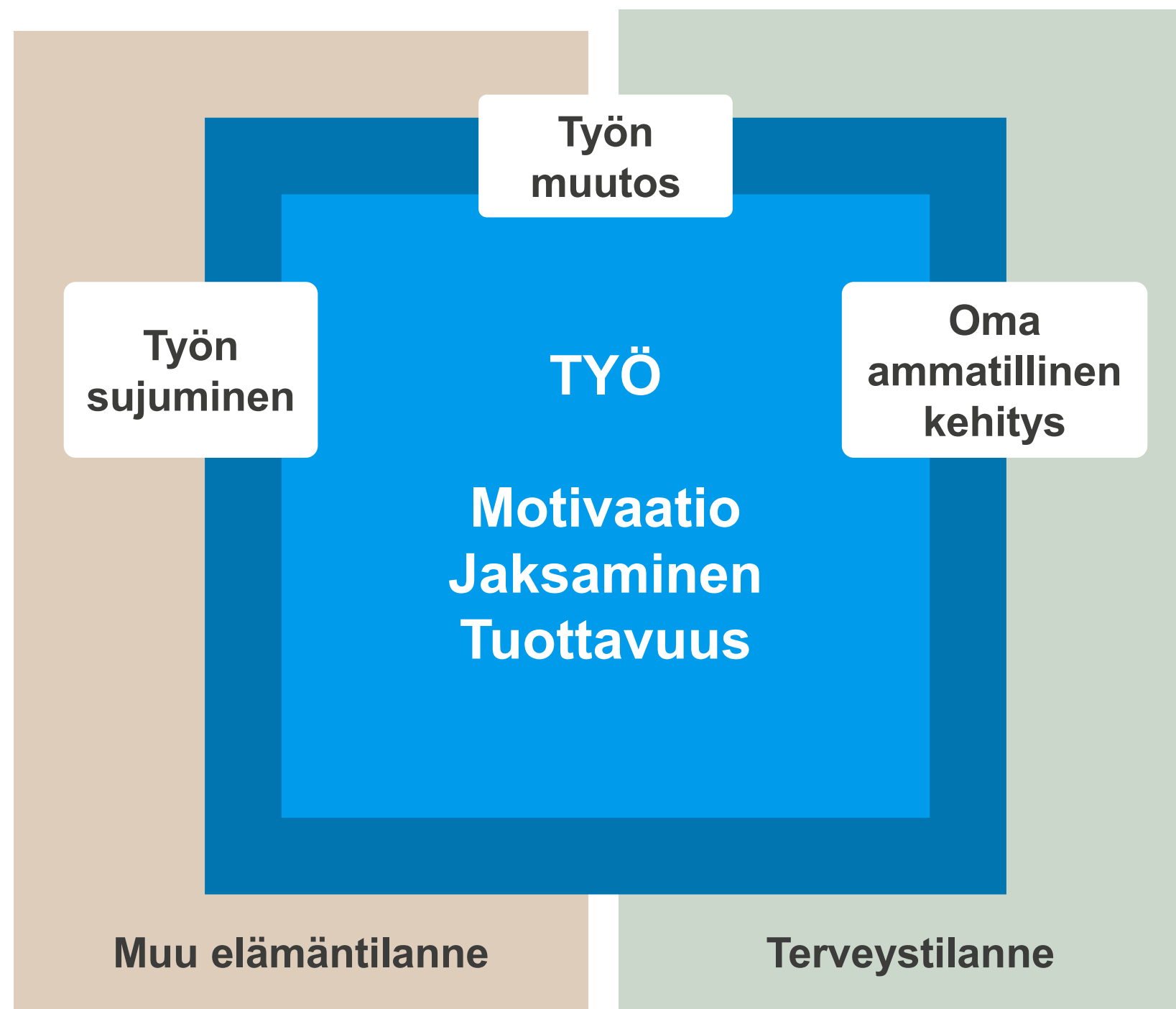
Ammatillinen Kiila-
kuntoutus tukee työssä
kehittymistä, työelämässä
pysymistä sekä kokonais-
valtaista (työ)hyvinvointia.

Kiilan kohderyhmä

- Työelämässä oleville (voi olla kuntoutustuella tai osatyökyvyttömyyseläkkeellä), myös yrittäjille. Työsuhde voi olla vakituinen, toistuva tai määräaikainen.
- Työkykyä heikentää jokin sairaus ja kuntoutumisen tarve on havaittu
- Työpaikan ja työterveyshuollon toimet eivät ole olleet riittäviä
- Kela tekee päätöksen kuntoutuksesta. Kela arvioi hakijan kokonaistilannetta, ei vain sairautta
- HUOM! Sairaslomat tai niiden puute ei kerro totuutta



Kiilan sisältö ja teemat



Ammatillinen teema

- Oma työtilanne: työssäjaksamisen haasteet ja työssä tapahtuvat muutokset
- Ammatillinen kehittyminen ja osaaminen, motivaatio
- Työn voimavarat ja kuormitustekijät, työstä palautuminen

Terveysteema

- Terveysten riskitekijät ja yhteys työssä jaksamiseen
- Terveysten edistäminen ja elämänhallinta, liikunta, ravitsemus, uni, stressin hallinta jne.
- Muu elämäntilanne: vapaa-aika, harrastukset, sosiaaliset suhteet, perhe-elämä jne.

Kuntoutusjaksot sisältävät mm. asiantuntijaluentoja, ryhmäkeskusteluita, terveystuokioita ja keuhonhuoltoa

Kiila-kuntoutusprosessi

- Kuntoutusprosessin rakenne:
- Lähtötilanteen arviointi= 2 tapaamista
- 4 x ryhmäjaksot
- Yksilöllinen osa= 1-5 yksilöllistä etätapaamista jaksojen välissä tarpeen mukaan. Kesto 1 h.
- Päätöstilanteen arviointi= Yhdessä esihenkilön, työterveyden sekä Coronaria työelämän asiantuntijan kanssa, etänä.

Kiila-työryhmä

Moniammatillinen työryhmä:

- Lääkäri
- Psykologi
- Fysioterapeutti
- Työelämän asiantuntija

Valinnaiset työryhmän jäsenet:

- Sairaanhoidtaja tai terveydenhoitaja tai työterveyshoitaja
- Työfysioterapeutti
- Toimintaterapeutti
- Sosionomi tai sosiaalityöntekijä
- Ravitsemusterapeutti



Kuntoutuspäivät

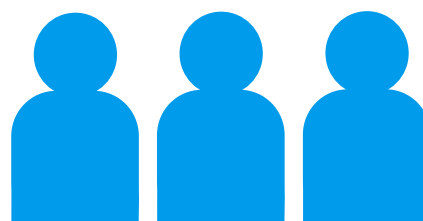
- Kesto n 6 h
- Sisältävät lounaan ja välipalakahvit
- Tarvittaessa majoitus 2hh (sis. aamiainen ja päivällinen)
- Kuntoutuspäiviltä saat joko palkkaa tai Kelan kuntoutusrahaa
- Matkakorvauksia voi hakea Kelasta (omavastuu 25e/suunta, 300e matkakatto/v.)



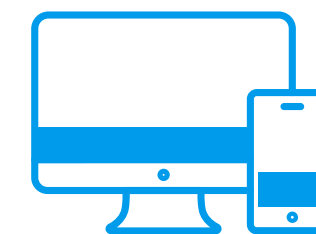
Kiilan toimintaperiaatteet



**Vahva työkytkentä,
ammattilliset tavoitteet**



**Tiivis yhteistyö esihenkilön
ja työterveyshuollon kanssa**



**Kuntoutujan toimijuus ja
aktiivinen rooli: ennakko- ja
välitehtävät**



**Yksilölliset kuntoutuspolut:
yksilölliset tavoitteet,
yksilöllinen tuki**



**Vertaistuki: ryhmäkeskustelut,
pienryhmät**



**Kuntoutumisen arviointi (GAS,
elämänlaatu, mieliala, työkyky-
kysymykset, fyysiset mittarit)**

Hakeutuminen

- Varaa aika lääkärille B-lausuntoa varten
- Täytä Kelan kuntoutushakemus KU101 + yhdessä esihenkilön kanssa työtilanneselvitys KU200
- Toimita hakemukset + B-lausunto Kelaan
- HUOM! Täytä hakemukset huolella, Kela kiinnittää hakemuksiin huomiota ja ovat kuntoutuspäätöksen kannalta merkityksellisiä
- Saat apua hakemusten täyttämiseen esimerkiksi työterveydestä, tai soittamalla Coronarian työelämän asiantuntijalle



Asiakkaiden palautteita

” Sain kuntoutuksesta virtaa työssä jaksamiseen ja myönteistä suhtautumista muutokseen

” Aikaa keskittyä mieltä askarruttaviin asioihin ja löytää ratkaisuja eri asiantuntijoiden kanssa!

” Sain ryhmästä vertaistukea ja uusia näkökulmia asioihin sekä työvälineitä arkeen ja työhön

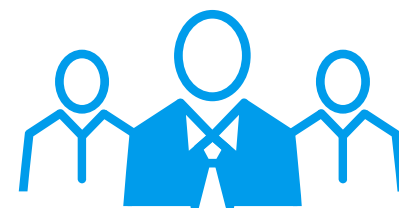
” Sain motivaatiota omien tavoitteiden eteenpäin viemiseksi – usko omaan itseeni vahvistui

” Mahdollisuus tutustua matalalla kynnyksellä eri liikuntamuotoihin fysioterapeutin ohjauksessa

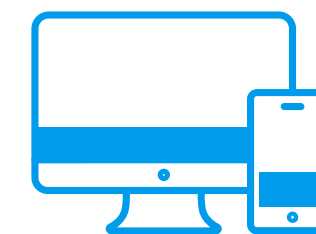
Hyödyt työnantajalle



**Positiivisen
työnantajamielikuvan
vahvistuminen**



**Konkreettinen keino
työurien tukemisessa**



**Työkaluja ja kehitysehdotuksia
työkykyjohtamiseen
esihenkilötyön tueksi**



**Kehitysideoita kohti
sujuvampaa työarkea**



**Esihenkilön ja työntekijän
vuorovaikutuksen sekä yhteisen
ymmärryksen parantuminen**



**Työyhteisön toiminnan
kehittyminen**

Lisätietoa coronaria.fi

[Kiila-kuntoutus](#)

johanna.e.jarvinen@coronaria.fi

