



Kela

OSUUSKAUPPA SUUR-SAVON KIILA-KUNTOUTUS KELA 93714

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



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.

ALKUTILANTEEN ARTOITUS*

Käyntikerta ja 1 pv välillä
5.-26.5.2025

YKSILÖLLISEN VALMENNUKSEN KÄYNTIKERTA*

1-5 käyntikertaa välillä
2.6.2025-30.04.2026

RYHMÄJAKSOT

27.-30.5.2025, 4 vrk
24.-28.11.2025, 5 vrk
4.-7.5.2026, 4 vrk

PÄÄTÖSOSA*

Käyntikerta välillä
8.5.-26.6.2026

*etäyhteyksimahdollisuus

HAKEMINEN KUNTOUTUKSEEN



Ota yhteys työterveyshuoltoosi **mahdollisimman pian**, kuntoutustarpeen arvioimiseksi sekä B-lausunnon saamiseksi.



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



Kirjaa kurssinnumero **93714** hakemukseen



Toimita hakemus ja liitteet Kelaan viimeistään 28.3.2025 joko sähköisesti Oma Kela -palvelussa tai postitse: Kela, PL 10, 00056 KELA

Kurssipaikat täytetään hakujärjestyksessä!

LISÄTIEDOT

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

Osuuskauppa Suur-Savo
Tuula Lyytikäinen
tuula.lyytikainen@sok.fi

Työterveyshoitaja/ Pihlajalinna
Sanna Andersin
sanna.andersin@pihlajalinna.fi



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



Vaahersalontie 44, 58450 Punkaharju | puh. 044 763 9130 | myyntipalvelu@kruunupuisto.fi | www.kruunupuisto.fi