



Voi hyvin työssä! Vahvista voimavarojasi Kiila-kuntoutuksessa

Haluatko täydentää työssäsi tarvittavia psyykkisiä ja fyysisiä voimavaroja? Kiila-kuntoutuksessa haet työhösi ja työhyvinvointiisi liittyviin haasteisiin ratkaisuja yhdessä moniammatillisen tiimin kanssa. Kiila-kuntoutus auttaa sinua myös kehittämään työssäsi ja jaksamaan siinä.

Kela järjestää Kiila-kuntoutusta työelämässä oleville, joiden työkykyä heikentää jokin sairaus ja kuntoutumisen tarve on havaittu terveydenhuollossa.

Kiila-kuntoutuksen tavoitteena on parantaa työkykyä ja tukea pysymistä työelämässä. Kuntoutus täytyy aloittaa riittävän varhain, jotta työssä jatkaminen voidaan turvata.

Voit hakea Kiila-kuntoutukseen

- jos olet työsuhteessa tai yrittäjä
- sairaus vaikeuttaa työskentelyäsi
- olet jo saanut apua työterveyshuollosta ja työpaikalta, mutta se ei tunnu riittävän
- tarvitset asiantuntija-apua ammatillisiin, työhyvinvointiin ja terveyteen liittyviin asioihin sekä elämänhallintaan.

Kuntoutusta järjestetään työelämässä oleville.

Kuntoutuksen sisältö ja toteutus

Kuntoutus toteutetaan kurssina tai ryhmämuotoisena yksilökuntoutuksena asiakkaan, esihenkilön, työterveyshuollon ja kuntoutuksen palveluntuottajan yhteistyönä.

Kiila-kuntoutukseen kuuluu

- alkutilanteen kartoitus, joka sisältää
 - yksilöllisen kuntoutuspäivän palvelun tuottajan tiloissa tai kuvapuheluna
 - palveluntuottajan ammattihenkilön tapaamisen työpaikalla yhdessä esihenkilön kanssa (tapaaminen voidaan järjestää myös kuvapuheluna).
- 10–13 päivän ryhmäjakso palveluntuottajantiloissa. Ryhmäjakso
 - voidaan toteuttaa useammissa, 2–4 päivää kestävässä jaksossa
 - sisältää yhteistyöpäivän, johon osallistuvat esihenkilö ja työterveyshuollon asiantuntija.
- 1–5 yksilöllisen valmennuksen tapaamista (kuvapuheluna)
- päätöskeskustelu, johon osallistuvat myös esihenkilö ja työterveyshuollon asiantuntijat (palveluntuottajan toimipisteessä tai kuvapuheluna)
- 1–2 seurantayhteydenottoa puhelimitse tai kuvapuheluna 6 kuukauden kuluttua niille asiakkaille, joilla ei ole työterveyshuoltoa.

Kuntoutuksen hakeminen

Voit etsiä Kiila-kursseja osoitteessa kela.fi/kuntoutuskurssihaku. Jos et löydä kuntoutuskurssihausta sopivaa kurssia tai kurssien ajankohdat eivät sovi sinulle, voit hakea ryhmämuotoiseen Kiila-yksilökuntoutukseen. Siinä ammattialaa ei ole etukäteen määriteltä vaan kuntoutuksen palveluntuottaja kokoaa yksittäisistä asiakkaista ryhmän. Ryhmä voi olla ammattialakohtainen tai koostua eri alan ammattilaisista.

Kuntoutuksen hakemiseksi tarvitset lääkäriltä B-lausunnon, jossa sinulle suositellaan kuntoutusta.

- Täytä hakemus ammatillisesta kuntoutuksesta (KU 101). Valitse lomakkeen vaihtoehdoista Kiila-kuntoutus.
- Täytä Kiila-kuntoutuksen ammatillinen selvityslomake (KU 200) yhdessä esihenkilösi kanssa.
- Lähetä hakemuslomake, selvityslomake ja lääkärinlausunto OmaKelassa. Lomakkeet saat osoitteesta kela.fi/lomakkeet.

Lisätietoja kuntoutuksen hakemisesta saat osoitteesta kela.fi/amatillinen-kuntoutus-nain-haet. Kuntoutus on sinulle maksutonta ja sille voi hakea ympäri vuoden. Sinulla voi olla kuntoutuksen ajalta oikeus kuntoutusrahaan. Lisätietoja Kiila-kuntoutuksesta: kela.fi/kiila-kuntoutus. Lisätietoja kuntoutusrahasta: kela.fi/kuntoutusraha.