



OAJ D-ALUEEN YLEISSIVISTÄVIEN OPETTAJIEN KIILA-KURSSI KELA 100025

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

TILANNEARVIO*

Käyntikerta ja 1 pv välillä
5. -26.4.2027

RYHMÄJAKSOT
27.-30.4.2027, 4 vrk
27.9.-1.10.2027, 5 vrk
21.-24.2.2028, 4 vrk

YKSILÖLLISEN VALMENNUKSEN KÄYNTIKERTA*
1-5 käyntikertaa välillä
3.5.2027-18.2.2028

PÄÄTÖSOSA*
Käyntikerta välillä
25.2.-28.4.2028

*etäyhteysmahdollisuus



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



HAKEMINEN KUNTOUTUKSEEN

- Ota yhteys työterveyshuoltoosi **mahdollisimman pian**, kuntoutustarpeen arvioimiseksi sekä **B-lausunnon** saamiseksi.
- Täytä Kelan lomakkeet **KU 101 sekä Kiila-kuntoutuksen ammatillinen selvityslomake KU 200, joka täytetään esihenkilön kanssa**. Kirjaa kurssinumero **100025** hakemukseen. Lomakkeet: www.kela.fi/lomakkeet
- Toimita hakemus ja liitteet Kelaan viimeistään **5.2.2027** joko sähköisesti Oma Kela -palvelussa tai postitse: Kela, PL 10, 00056 KELA

Kurssipaikat täytetään hakujärjestyksessä!

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

Työelämän asiantuntija
Annika Pöllänen
annika.pollanen@kruunupuisto.fi

OAJ Kymenlaakson alueyhdistys
Sari Pykäläinen
puheenjohtaja@oajkymenlaakso.fi

OAJ Etelä-Savon alueyhdistys
Mika Majamäki
puheenjohtaja@oajetelasavo.fi

OAJ Etelä-Karjalan alueyhdistys
Jirka Korhonen
puheenjohtaja@oajetelakarjala.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.