



Liikunnan ja terveystiedon opettaja:

VAHVISTA TYÖKYKYÄSI KIILA-KUNTOUTUKSESSA!

Kuntoutus parantaa työkykyäsi ja edistää pysymistäsi työelämässä. Löydät keinoja työn- ja elämänhallintaan ja opit tunnistamaan työhön liittyvät kuormitustekijät. Kurssin sisällöstä puolet muodostuu ammatillisista ja puolet terveyteen liittyvistä teemoista.

KIILA-kuntoutus on osittain yksilöllistä ja osittain ryhmämuotoista. Yksilötapaamisiin kuuluvat mm. työpaikkakäynti ja päätöskeskustelu. Näihin osallistuvat kuntoutujan lisäksi esimies, työterveyshuollon edustaja ja Kiipulasta työryhmän jäsen.

Kurssi pidetään Kiipulassa Janakkalassa. Siihen sisältyy kuntoutusohjelman lisäksi ateriat, liikuntatilojen vapaa käyttö ja tarvittaessa majoitus kahden hengen huoneessa täysihoidolla.

Kurssin maksaa Kela ja sen ajalta voi saada joko palkkaa tai kuntoutusrahaa, työpaikan käytännöstä riippuen. Kelalta voi hakea korvausta myös kuntoutukseen liittyvistä matkakuluista.

Ryhmäkoko on enintään 8 henkilöä.

KURSSIN NRO [76247](#) AIKATAULU

Tilannearviointipäivä (8h) aikavälillä 9.-10.5.2019

Ryhmäjaksot

- 17.09. - 20.09.2019 4 vrk
- 20.01. - 22.01.2020 3 vrk
- 22.04. - 24.04.2020 3 vrk,
yhteistyökokous 23.4.2020
- 30.09. - 02.10.2020 3 vrk

KYSY LISÄÄ:

- kuntoutus.janakkala@kiipula.fi
- kuntoutusasiantuntija Sari Poutanen, sari.poutanen@kiipula.fi
- Liikunnan ja Terveystiedon Opettajat ry: Tiina Apajalahti, tiina.apajalahti@liito.fi, 040 5673 793

Lisätietoja kursseista löydät myös Kelan sivuilta [kurssinumerolla 76247](#).

NÄIN HAET KURSSILLE

1. Ota yhteyttä työterveyshoitajaasi ja kerro, että haluat tälle kurssille.
2. Täytä Kelan kuntoutushakemuslomake KU101 ja yhdessä esimiehesi kanssa ammatillinen selvityslomake KU200 sekä pyydä lääkäriltäsi B-lausunto. Hakemukseen kirjataan kurssin numero.
3. Toimita hakemus ja B- lausunto Kelaan **22.3.2019 mennessä**.
4. Kun hakemuksesi on käsitelty, saat Kelasta kuntoutuspäätöksen. Myönteisen päätöksen saaneille postitetaan kutsukirje kuntoutukseen joitakin viikkoja ennen kuntoutuksen alkua.

Kiiipula!
Avire