



HKFOODS SAVO-KARJALA KIILA-KURSSI KELA 97164

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.

TILANNEARVIO*

Käyntikerta ja 1 pv
03.08.-21.08.2026

YKSILÖLLISEN VALMENNUKSEN KÄYNTIKERTA*

1-5 käyntikertaa
28.09.2026-03.09.2027

RYHMÄJAKSOT

22.09.-25.09.2026, 4 vrk
08.02.-12.02.2027, 5 vrk
06.09.-09.09.2027, 4 vrk

PÄÄTÖSOSA*

10.09.-08.11.2027

*etäyhteyshmahdollisuus

HAKEMINEN KUNTOUTUKSEEN



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



Täytä Kelan Ammatillisen kuntoutuksen hakulomake **KU 101** ja Kiila-kuntoutuksen ammatillinen selvityslomake **KU 200** esihenkilön kanssa. Lomakkeet: www.kela.fi/lomakkeet



Kirjaa kurssinnumero 97164 Hakemukseen



Toimita hakemus ja liitteet Kelaan viimeistään **29.5.2026** joko sähköisesti Oma Kela -palvelussa tai postitse: Kela, PL 10, 00056 KELA

Kurssipaikat täytetään hakujärjestyksessä!



LISÄTIEDOT

Työelämänasiantuntija, sosionomi
Paula Saksa,
paula.saksa@kruunupuisto.fi

L&T yhteyshenkilö
Sanni Demirbas
sanni.demirbas@lassila-tikanoja.fi

www.kela.fi/kiila-kuntoutus

Kuntoutus on Kelan järjestämää ja osallistujille maksutonta. Kuntoutukseen kuuluu majoitus 2 hh täysihoidolla. 1 hh huone lisämaksusta.
Työnantaja maksaa palkkaa kuntoutuspäivien ajalta. Kelasta voi saada korvauksia matkakuluista..



KRUUNUPUISTO
PUNKAHARJU

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