

*Pysyviä ratkaisuja
työssä jaksamiseen
yrittäjille ja työntekijöille*

Kiila-kuntoutus

Onko sinulla terveydellisiä haasteita ja työssä jaksaminen on kortilla? Kaipaatko voimia työelämään ja virkeämpää arkea? Tutustu maksuttomaan Kiila-kuntoutukseen.

Miksi Kiilaan?

Kiilasta saat motivaatiota ja voimavaroja kohdata työelämän haasteet. Kuntoutus koostuu terveydellisistä ja ammatillisista teemoista. Saat pitkäkestoista tukea, joka auttaa sinua löytämään tasapainon arkeesi. Pääset tapaamaan useita ammattilaisia, kuten fysio- ja ravintoterapeuttia, ja palvelun sisältö räätälöidään juuri sinun tarpeitasi vastaavaksi. Saat kuntoutuksen ajalle omaohjaajan, joka keskittyy juuri sinun kuntoutuspolkusi onnistumiseen.

Kiila kestää 1–1,5 v. tarpeestasi riippuen ja tapaamiset jaksotetaan kuntoutuksen ajalle.

Kuntoutuksen eteneminen

1

Alkutapaaminen

Selvitämme nykytilannettasi, työssä tapahtuneita muutoksia ja työssä jaksamistasi.

2

Yksilölliset tapaamiset

Tapaat 5 kertaa terveydenhuollon eri ammattilaisia omien tarpeidesi mukaisesti.

3

Ryhmätapaamiset

Tapaamiset sisältävät liikumista, luentoja, keskustelua ja vertaistukea.

4

Päätöstapaaminen

Keskustelemme siitä, miten Kiilan oivallukset ovat siirtyneet arkeesi.

Yksilö-Kiila vai Kurssi-Kiila? – Molemmissa itsenäistä ja ryhmässä työskentelyä

Kiila-yksilöpalvelu: työntekijä voi hakea itsenäisesti

1. Hanki kuntoutusta suosittava B-lausunto työterveydestä tai lääkäriltä.
2. Täytä työnantajasi kanssa lomake KU200 ja itsenäisesti lomake KU101.
3. Merkitse palveluntuottajaksi Coronaria ja valitse sopivin ajankohta.
4. Lähetä hakemus Kelaan. Olemme yhteydessä, kun päätös on saapunut.

Kiila-kurssi: organisaatio voi varata ryhmälle (vähintään 5 osallistujaa)

1. Hae Kiilaan Kelan asiointipalvelussa.
2. Merkitse palveluntuottajaksi Coronaria.
3. Olemme sinuun yhteydessä.

Lisätiedot: