

Kelan Kiila-kuntoutuksesta tukea työkykyyn ja hyvin- vointiin!

Hae mukaan
OAJ:n luokan-, aineen-, erityis-
opettajien ja opinto-ohjaajien
Kiila-kuntoutukseen
Kunnonpaikkaan!



Kenelle? Kiila-kuntoutus on tarkoitettu OAJ:n luokan-, aineen- ja erityisopettajalle sekä opinto-ohjaajalle,

jos olet vakituksessa tai määräaikaisessa palvelussuhteessa ja tunnet, että työkykysi on heikentynyt sairauden vuoksi – tai voi olla vaarassa heikentyä lähivuosina.

Kuntoutus sopii erityisesti, jos

- työtehtävistä suoriutuminen, kuormittuneisuus tai jaksamisvaikeudet ovat alkaneet mietityttää
- työpaikan ja työterveyshuollon keinot eivät ole riittäneet tukemaan työkykyäsi.

Kurssi ei sovellu, jos sinulle ryhmämuotoinen kuntoutus ei ole oikea vaihtoehto, jos päihdeongelma on akuutti tai hoitamaton, tai jos motivaatiosi sitoutua kuntoutukseen puuttuu.

Kiila-kurssin tavoitteena on tukea sinua pysymään työssäsi, löytämään keinoja jaksamiseen ja vahvistamaan voimavarojasi.

Missä?

Kylpylähotelli Kunnonpaikka, Jokiharjuntie 3, 70910 VUORELA

Hakuohjeet

1. Ota yhteyttä omaan työterveyshuoltoosi, keskustele lääkärin kanssa kuntoutuksen tarpeesta ja pyydä lääkärin B-lausunto kuntoutusta varten.
2. Täytä Kelan kuntoutushakemus [Kela KU 101](#) ja selvityslomake [Kela KU 200](#) (tämä lomake täytetään esihenkilön kanssa) sekä liitä niihin lääkärin B-lausunto.
3. Palauta hakupaperit liitteineen Kelaan postin kautta tai sähköisesti OmaKelassa

Hakemuksessasi voit nostaa esille esimerkiksi tällaisia asioita, joita otetaan huomioon kuntoutustarvetta arvioitaessa

- työstä johtuva fyysinen tai psyykinen kuormittuneisuus
- vaikeudet ammatissa tai työtehtävissä suoriutumisessa
- oireet, jotka pahenevat työssä
- runsaat työstä poissaolot tai terveyspalveluiden käyttö (tai mahdottomuus olla poissa töistä)
- työtehtäviin tai järjestelyihin tulleet muutokset
- vähäiset mahdollisuudet vaikuttaa omaan työhösi
- muut elämäntilanteeseen liittyvät tekijät

Kuntoutuksen ajalta sinulla on mahdollisuus saada kuntoutusrahaa ja matkakorvauksia. Varmista omalta työnantajaltasi maksetaanko sinulle kuntoutuksen ajalta palkkaa. Itse kuntoutus on maksutonta

OAJ, luokan-, aineen-, erityisopettajien ja opinto-ohjaajien 3. Kiila-kurssi, numero 97230

Asiakkaan yksilöllisen alkutilanteen kartoitus

lokakuu 2026 ennakkoylehteydenotto puhelimitse Kunnanpaikasta

26.10. tai 27.10.2026

Yksilöllinen avopäivä Kunnanpaikassa tai etäyhteydellä

*Suositellaan läsnäoloa Kunnanpaikassa, koska päivä sisältää yksilöllisiä tapaamisia ja testejä esim. lääkäri, fysioterapeutti

xx.xx

työpaikkatapaaminen etäyhteydellä tai työpaikkakäyntinä. Aika sovitetaan Yksilöllisessä avopäivässä

Ryhmäjaksot

17.-20.11.2026

ensimmäinen ryhmäjakso Kunnanpaikassa

26.-30.4.2027

toinen ryhmäjakso Kunnanpaikassa

10.-13.11.2027

kolmas ryhmäjakso Kunnanpaikassa

Näiden välissä verkkokuntoutusta ja yksilöllisiä valmennuskertoja 1-5 kpl

Kiila-kurssin tavoite on edistää työssä olevien työkykyä ja työelämässä jatkamista. Tärkeää on aloittaa kuntoutus riittävän varhaisessa vaiheessa, jotta asiakkaan työssä jatkaminen voidaan turvata.

Hae kurssille mahdollisimman nopeasti – kahdeksan ensimmäistä mahtuu mukaan!

Lisätietoja:

Päivi Rossinen

Kunnanpaikka

050 554 3330

paivi.rossinen@kunnanpaikka.com