



## KUVATAITEILIJOIDEN KIILA-KUNTOUTUSKURSSI KELA 93713

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 välillä  
11.-25.8.2025

#### RYHMÄJAKSOT

26.-29.8.2025, 4 vrk  
19.-23.1.2026, 5 vrk  
1.-4.6.2026, 4 vrk

#### YKSILÖLLISEN VALMENNUKSEN KÄYNTIKERTA\*

1-5 käyntikertaa välillä  
1.9.2025-29.5.2026

#### PÄÄTÖSOSA\*

Käyntikerta välillä  
5.6.-28.8.2026

\*etäyhteydsmahdollisuus

### HAKEMINEN KUNTOUTUKSEEN



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



Täytä kelan lomake **KU 101** sekä **KU 200**. Kirjaa kurssinumero **93713** hakemukseen. Lomakkeet: [www.kela.fi/lomakkeet](http://www.kela.fi/lomakkeet)



**Kirjaa kurssinumero 93713 Hakemukseen**



Toimita hakemus ja liitteet Kelaan viimeistään **20.5.2025** joko sähköisesti Oma Kela -palvelussa tai postitse: Kela, PL 10, 00056 KELA

Kurssipaikat täytetään hakujärjestyksessä!

### LISÄTIEDOT

Työelämän asiantuntija, kurssivastaava

**Maarit Tervonen**

[maarit.tervonen@kruunupuisto.fi](mailto:maarit.tervonen@kruunupuisto.fi)

Järjestökoordinaattori

**Marketta Tuomainen, puh. 040 834 5170**

[marketta.tuomainen@artists.fi](mailto:marketta.tuomainen@artists.fi)

[www.kela.fi/kiila-kuntoutus](http://www.kela.fi/kiila-kuntoutus)



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.