



Tampere

# PAMin kaupan alan jäsenten Kiila-kuntoutus

**Kurssinnumero:** 90990

**Alkutilanteen kartoitus:** ajalla 12.8.-4.10.2024 sisältäen yksilöllisen avopäivän Coronarian tiloissa ja työpaikkatapaamisen etäyhteydellä

**Ryhmäjaksot:** 1. jakso: 7.10.-9.10.2024 (3 vrk) | 2. jakso: 17.2.-19.2.2025 (3 vrk) |  
3. jakso: 12.5.-15.5.2025 (4 vrk) | 4. jakso: 29.9.-1.10.2025 (3 vrk) |

**Yksilölliset valmennukset:** 5 kertaa ajalla 12.8.24-26.9.2025

**Päätöskeskustelut:** ajalla 27.9.-26.11.2025

**Kuntoutuksen järjestävät**  
PAM, Coronaria ja Kela

## Kenelle

Kiila-kuntoutus on sopiva vaihtoehto, mikäli sinulla on terveydellisiä haasteita ja työssä jaksaminen on kortilla. Sinulla voi olla esimerkiksi selkä- tai muita kipuja tai uupumusta, jotka vaikuttavat työssä jaksamiseesi. Palvelu on sinulle maksutonta.

## Miksi Kiila?

Kuntoutuksesta löydät uutta motivaatiota ja voimavaroja työelämään sekä vertaistukea. Lisäksi pääset tapaamaan eri alojen ammattilaisia, jotka tarjoavat kestäviä keinoja arkeesi.

Pitkäkestoinen kuntoutus tuo sinulle pysyvämpää muutosta ja jaksamista työelämään. Lisäksi saat omaohjaajan kuntoutuksen ajalle, joka keskittyy juuri sinun kuntoutuspolkusi

## Lisätietoja:

### Coronaria:

Johanna Järvinen, omaohjaaja  
johanna.e.jarvinen@coronaria.fi, p. 044 4676741

### PAM:

Egezona Kllokoqi-Bublaku  
Egezona.Kllokoqi@pam.fi, p. 020 7742099

## Hakuohjeet työntekijälle:

- Ota yhteyttä työterveyshuoltoon.
- Hakemuksen **KU101** liitteiksi tarvitaan työterveyslääkärin **B-lausunto** ja hakemus **KU 200**, joka täytetään lähiesihenkilön kanssa. Työterveyshuolto auttaa lomakkeiden ja liitteiden kanssa.
- Toimita hakemukset Kelalle viimeistään **21.6.2024**.
- Kela päättää osallistujista. Saat päätöksen, kun hakemuksesi on käsitelty.
- Myönteisen päätöksen jälkeen olemme sinuun yhteydessä aloitusajan sopimiseksi.
- Ilmoita päätöksestä työterveyshuoltoon.

## Tervetuloa kuntoutukseen!

Osoite: Hallituskatu 8, 33200 Tampere

Päiviin sisältyy lounas ja kahvit. Ryhmäjaksolla on mahdollisuus majoittua 2 hengen huoneissa. Voit sopia työnantajan kanssa kuntoutuksen ajan palkasta.

Kuntoutuksen ajalle voi hakea myös kuntoutusrahaa.

[coronaria.fi/kelan-kuntoutukset-ja-valmennukset/kiila-kuntoutus/](https://coronaria.fi/kelan-kuntoutukset-ja-valmennukset/kiila-kuntoutus/)

Coronaria® 