



MERENKULKIJOIDEN KIILA-KUNTOUTUSKURSSI

93463 – Ruissalon Kylpylä

Kiila-kuntoutuksen tavoite on edistää työssä olevien henkilöiden työkykyä ja työelämässä jatkamista. Kuntoutus tulee käynnistää riittävän varhain, jotta työssä jatkaminen voidaan parhaiten turvata.

Kenelle?

- Olet työsuhteessa.
- Sairaus vaikeuttaa työskentelyäsi.
- Olet jo saanut apua työterveyshuollosta ja työpaikalta, mutta apu ei tunnu riittävän.
- Tarvitset asiantuntija-apua ammattiin, työhyvinvointiin, terveyteen ja elämänhallintaan liittyvissä asioissa.

Kiila-kuntoutukseen valitaan asiakkaita,

- joiden työkyky on olennaisesti heikentynyt sairauden vuoksi ja sairauden arvioidaan aiheuttavan lähivuosina työkyvyn ja ansiomahdollisuuksien olennaisen heikentymisen, ja
- joiden kuntoutumisen tarve on havaittu ja joilla työpaikan ja työterveyshuollon toimenpiteet työkyvyn ylläpitämisessä ovat riittämättömiä.
- Työkyvyn olennaista heikentymistä arvioidaan kokonaisvaltaisesti ja arvioinnissa sairaus on osa kokonaisuutta.

Miten tunnistaa Kiila-kuntoutuksen tarve:

- Asiakkaan fyysinen ja psyykkinen kuormittuneisuus on aiheuttanut muutoksia terveydentilassa ja vaikeuksia työssä suoriutumisessa.
- Oireet pahenevat työssä, työterveyspalveluiden käyttö on runsasta ja poissaoloja on runsaasti.
- Työtehtäviin tai työjärjestelyihin on tehty muutoksia tai niiden tarve on tunnistettu.
- Työpaikan ja/tai työterveyshuollon tuen mahdollisuudet on selvitetty, mutta toimenpiteillä ei ole voitu riittävästi parantaa työssä selviytymistä.



MERENKULKIJOIDEN KIILA-KUNTOUTUSKURSSI

Pituus: Kuntoutuskurssi sisältää yhden avopäivän (mahdollista tehdä etänä), kolme ryhmäjaksoa, yksilöllisen päätöskeskustelun 2 kk sisällä viimeisestä ryhmäjaksosta ja yhteydenottoja ja tehtäviä ryhmäjaksojen välillä. Koko kuntoutusprosessi kestää noin 1-1,5 vuotta.

Paikka: Kuntoutuskeskus Ruissalo / Ruissalon Kylpylä
Ruissalon Puistotie 640, 20100 Turku

Ajankohdat:

Alkukartoitus 13.10.2025 – 14.11.2025

Ryhmäjaksot

1. Ryhmäjakso 18.11.2025 – 21.11.2025
2. Ryhmäjakso 4.5.2026 – 8.5.2026, yhteistyötapaaminen lähiesihenkilön, mahdollisen työterveyshuollon edustajan, Merimieseläkekassan edustajan ja kuntoutuja välillä 7.5.2026
3. Ryhmäjakso 29.9.2026 – 2.10.2026

Miten haet Kiila-kuntoutusta:

Ota yhteyttä työterveyshuoltoosi ja keskustele lääkärin kanssa tilanteestasi. Hän kirjoittaa sinulle B-lääkärinlausunnon hakemista varten. Toimita Kuntoutushakemus KU 101, Ammatillinen selvityslomake KU 200 (jonka täytät yhdessä esihenkilön kanssa) ja lääkärin kirjoittama B-lausunto Kelaan PL 10, 00056 KELA tai Kelan e-palvelun kautta viimeistään 15.8.2025. Kun saat myönteisen päätöksen Kelasta, Ruissalon kurssitoimisto ottaa sinuun yhteyttä puhelimitse ja sopii alkukartoituksen ajankohdat.

Lisätietoja antaa:

Tiina Suro, palveluvastaava palveluvastaava@ruissalo.fi

Pilvimaria Siltainsuu, johtava eläkeasiantuntija ja työkykykoordinaattori

pilvimaria.siltainsuu@merimieseläkekassa.fi, +358 (0)10 633 9974