



Tule kuntoutumaan - Vaikuta työ- ja toimintakykyysi

**Toimi
pian!**

PAM:n kaupanalalla työskentelevien TYK-kuntoutus 64002

**Kelan kustantama kaupanalalla työskentelevien työkykyä ylläpitävä ja parantava
TYK-kuntoutus toteutetaan Härmän Kuntokeskuksessa.**

TYK-kuntoutus on tarkoitettu kaupanalalla työskenteleville (myyjille, konttorityöntekijöille, kioskimyyjille ja liikenne-
myymälöiden työntekijöille), joilla työkyky ja ansiomahdollisuudet ovat heikentyneet sairauden, vian tai vamman
vuoksi. Kela huomioi myös fyysisen ja psykososiaalisen kuormittuneisuuden, joka alentaa työkykyä.

Mikäli olet halukas panostamaan oman työkykysi ylläpitoon,
niin ota yhteyttä työterveyshoitajaasi mahdollisimman pian.

Toimita hakemuksesi liitteineen lähimpään Kelaan mahdolli-
simman pian viimeistään 18.1.2016 mennessä.

Kuntoukseen hakua varten tarvittavat seuraavat lomakkeet:

- Kuntoutushakemus (KU 101) sekä seuraavat liitteet:
- Työterveyslääkärin B-lausunto, jossa sinulle
suositellaan TYK-kuntoutusta.
- "työterveys-/terveydenhuollon selvitys –
TYK-toiminta (KU 108).
- Esimiehen täyttämä lomake:
"Esimiehen selvitys / Tyk-toiminta (Ku 109)

PAM:n yhteyshenkilö:

Sosiaalipoliittinen asiantuntija Egëzona Klllokoqi
egezona.klllokoqi@pam.fi, puh. 020-7742099

Lisätietoja kuntoutuksesta Härmän Kuntokeskuksessa antaa:

Kuntoutuksen ja työhyvinvoinnin asiantuntija Riitta Puumala 050 371 4712
tai Palveluesimies Johanna Valkonen, puh. 06 483 1592
etunimi.sukunimi@harmankuntokeskus.fi

**TYK-kuntoutuksen kokonaispituus on 33 vrk, joka toteutetaan
viidessä jaksossa noin 2 vuoden aikana seuraavasti:**

<i>I Selvitysjakso</i>	<i>7.-11.3.2016</i>
<i>II Selvitysjakso</i>	<i>30.5.-6.6.2016</i>
<i>I Valmennusjakso</i>	<i>21.-25.11.2016</i>
<i>II Valmennusjakso</i>	<i>5.-9.6.2017</i>
<i>Päätösjakso</i>	<i>15.-24.1.2018</i>

**TYK-kuntoutus on kokonaisuudessaan Kelan rahoittamaa,
kuntoutujalle maksutonta toimintaa, joista kuntoutusjaksojen
ajalta Kela maksaa kuntoutusrahaa sekä korvaa matkat
edullisimman matkustustavan mukaan.**

