



Tule kuntoutumaan - Vaikuta työ- ja toimintakykyysi

**Toimi
pian!**

PAM:n kiinteistöalalla työskentelevien TYK-kuntoutus 64001

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

TYK-kuntoutus on tarkoitettu mm. kiinteistöhoitajille, siivoojille ja talonmiehille, 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 mahdollisimman pian viimeistään 4.1.2016 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 Kllloqqi
egezona.kllloqqi@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>15.-19.2.2016</i>
<i>II Selvitysjakso</i>	<i>6.-13.5.2016</i>
<i>I Valmennusjakso</i>	<i>21.-25.11.2016</i>
<i>II Valmennusjakso</i>	<i>29.5.-2.6.2017</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.

