

## ASLAK – ammatillisesti syvennetty lääketieteellinen kuntoutus

Kelan ASLAK-kuntoutus mahdollistaa yrityksille, yhdistyksille ja ammattiliitoille tukea työntekijöidensä / jäsentensä työ- ja toimintakykyä. Kurssi haetaan Kelalta yhteistyössä työterveyshuollon kanssa. Hakuaika on keväällä. Kurssit toteutetaan Kelan Etelä-Suomen alueella tai valtakunnallisesti.

ASLAK – kurssi on työikäisille kohdennettua ryhmämuotoista Kelan kustantamaa harkinnanvaraista varhaiskuntoutusta. Tavoitteena on kuntoutujan työ- ja toimintakyvyn pitkäaikainen edistäminen ja elämänhallinnan parantaminen silloin, kun työ- ja toimintakyvyn alenemisen riski on olemassa ja ennakoivia oireita on selvästi todettavissa, mutta oireet ovat vielä palautuvia.

### TOTEUTUS

- ryhmämuotoisena 10 kuntoutujaa ryhmässä
- lyhytkestoinen kurssi 10 – 12 vrk, jaksotus esim. 5+4+3, toteutus 8 kk:n aikana
- pitkäkestoinen kurssi 20 – 22 vrk, jaksotus esim. 5+6+6+5, toteutus vuoden aikana
- kuntoutujan tukena on moniammatillinen terveyden ja työelämänasiantuntijoista koostuva ryhmä
- tiivis yhteistyö kuntoutujan työpaikan, työterveyshuollon ja Kiipulan kanssa, esim. yhteystyökokous, -päivä, työpaikkakäynti
- väljajaksojen aikana yhteydenpidossa hyödynnetään verkkokuntoutusympäristöä

### KUNTOUTUJAN VALINTAKRITEERIT

- työskentely samassa työssä useamman vuoden ajan
- oireilun ja/tai poissaoloa aiheuttavien ongelmien on oltava työhön liittyviä
- sairausloman määrä on vähäinen
- kuntoutujalla on oma motivaatio kuntoutukseen ja halu sitoutua muutokseen

### SISÄLTÖ

Yksilöhaastattelut, ryhmäkeskustelut, kyselyt ja mittaukset ovat pohjana henkilökohtaisille sekä ryhmän muutostavoitteille. Jaksojen välisille ajoille annetaan välitehtäviä. Kuntoutus on oppimis- ja muutosprosessi.

### KUNTOUTUJAN HAKEMINEN YRITYSKOHTAISELLE KURSSILLE

- lääkärin B-lausunto ASLAK-kuntoutusta varten omasta työterveyshuollosta
- Kelan kuntoutushakemus (KU 102) ja lääkärin B-lausunto toimitetaan työterveyshuollosta Kelaan
- kuntoutuksen ajalta Kela maksaa kuntoutusrahaa ja matkakorvausta (lisätietoa: [www.kela.fi](http://www.kela.fi))

**Ota yhteyttä Kiipulaan,  
annamme mielellämme lisätietoja!**

Sari Poutanen,  
työfysioterapeutti  
p.050 5200 493  
[etunimi.sukunimi@kiipula.fi](mailto:etunimi.sukunimi@kiipula.fi)

Tuula Riikonen,  
kuntoutuspäällikkö  
p. 050 3003 757

