

Tee kuntoutussuunnitelma

**Olet saanut myönteisen ennakkopäätöksen
Elon ammatilliseen kuntoutukseen.**

Ammatillisen kuntoutuksen tarkoituksena on löytää reitti takaisin työhön, jossa pystyt työskentelemään sairaudestasi tai vammastasi huolimatta. Se voi auttaa sinua palaamaan takaisin työelämään pitkältä sairauslomalta joko entiseen työhösi tai uusiin tehtäviin.

Seuraavaksi sinun tulee toimittaa meille kuntoutussuunnitelma.

Kuntoutussuunnitelma =
kirjallinen suunnitelma siitä, miten voit palata tai jatkaa työelämässä terveydellisistä haasteistasi huolimatta.

Toimi näin:

1 Mieti, millä keinolla voit jatkaa työelämässä tai palata työelämään.

Etsi vastaus näihin avainkysymyksiin

- Mitkä ovat terveydentilani rajoitteet työntekeemiselle?
- Mitä työtä pystyn vielä tekemään?
- Miten voin hyödyntää aiempaa työkokemustani tai koulutustani?
- Sopiiko tilanteeseeni ammatillisen kuntoutuksen keinoista työkokeilu, työhönvalmennus, opiskelu vai elinkeinotuki?

2 Vastaa kuntoutusapurin kyselyyn verkkopalvelussamme www.elo.fi/verkossa.

Tutustu ammatillisen kuntoutuksen vaihtoehtoihin ja tunnista, mikä on seuraava askeleesi kuntoutuksen suunnittelussa.

3 Täytä kuntoutussuunnitelma Elon verkkopalvelussa.

Kirjaa kuntoutussuunnitelmaasi kuntoutuksen aikataulu, keino ja mitä työtehtäviä tavoittelet kuntoutuksen avulla.

✓ Suunnitelmasta annetaan päätös

4 Aloita kuntoutus, jos olet saanut myönteisen päätöksen.

✓ Etuuden maksu alkaa

Ammatillisen kuntoutuksen suunnittelu

Ammatillisessa kuntoutuksessa hyödynnetään aikaisempaa työkokemustasi, koulutustasi ja osaamistasi. Ammatillinen kuntoutus on aina ensisijaisesti työpaikkakuntoutusta.

Etene näin:

1. Selvitä ensin voisitko jatkaa entisessä työssäsi työpaikalla tehtävien työjärjestelyjen avulla.
2. Jos entisessä työssä jatkaminen ei ole mahdollista, selvitä mahdollisuutesi siirtyä uusiin työtehtäviin.
3. Jos uudet työtehtävätkään eivät ole mahdollisia, selvitä vaatiiko työssä jatkamisesi lisäkoulutusta.

Ammatillisen kuntoutuksen keinot

• Työpaikkakuntoutus

Työkokeilu

Työkokeilun tavoitteena on työskentely muokatussa työnkuvassa tai mahdollisesti jopa siirtyminen kokonaan uusiin, terveydentilällesi paremmin soveltuviin tehtäviin.

Työkokeilun kesto on yleensä noin kolme kuukautta. Työkokeilun aikana työskentelet joko omalla työnantajallasi muokatussa työnkuvassa tai uudella työnantajalla sellaisessa työssä, jossa on huomioitu työ- ja koulutustaustasi.

Työhönvalmennus

Työhönvalmennus on työkokeilun tavoin työpaikkakuntoutusta. Sen avulla voit perehtyä uusia ammatillisia taitoja vaativiin työtehtäviin. Työhönvalmennuksen aika vaihtelee yksilöllisen suunnitelman mukaan ja siihen voidaan liittää ulkopuolista koulutusta tai kursseja.

Työhönvalmennus on mahdollista joko nykyisellä tai uudella työnantajalla.

• Opiskelu

Jos et voi jatkaa entisessä työssäsi tai ammatissasi terveydentilasi vuoksi eikä uudelleensijoittuminen ole mahdollista työpaikkakuntoutuksen keinoin, voidaan tukea opiskelua uudelle terveydentilalle sopivalle alalle.

Opiskelu voidaan toteuttaa lisäkoulutuksena tai uudelleenopiskelutuksena. Korvattavaksi voivat harkinnan ja tarpeen mukaan tulla oppisopimuskoulutukset, ammatilliset perustutkinnot ja ammattikorkeakoulututkinnot.

• Elinkeinotuki

Elinkeinotuki on yrittäjille suunnattu tuki, jota voimme myöntää yritystoiminnan aloittamiseen, jatkamiseen tai kehittämiseen. Elinkeinotuki voi olla rahallista tukea esimerkiksi työtä helpottaviin apuvälineisiin ja työkoneisiin tai yritystoiminnan jatkamiseen tarvittaviin muutostöihin.

Sinulle sopiva ammatillisen kuntoutuksen keino riippuu paitsi terveydentilastasi, myös työkokemuksestasi ja koulutuksestasi. Siksi keinon sopivuus arvioidaan aina yksilöllisesti.

Kuntoutussuunnitelman tekeminen

Voit tehdä kuntoutussuunnitelman itse tai yhteistyössä työpaikan ja työterveyshuollon kanssa, jolloin otetaan parhaiten huomioon myös työnteon rajoitteet, työn vaatimukset ja työyhteisön tarpeet. Työhön paluusuunnitelman tulee aina tähdätä terveydentilaan sopivaan tehtävään tai ammattiin.

Jos suunnitelman laatiminen yksin tuntuu vaikealta, voimme tarvittaessa tarjota sinulle työvalmentajan apua kuntoutuksen suunnitteluun. Voit pyytää työvalmentajaa tuekseen verkkopalvelumme kuntoutussuunnitelman kautta osoitteessa www.elo.fi/verkossa.

Toimita kuntoutussuunnitelma Eloon

Toimita valmis kuntoutussuunnitelmasi Eloon. Helpoiten teet sen verkossa.

1. Kirjaudu verkkopalveluun osoitteessa www.elo.fi/verkossa
2. Mene verkkopalvelun Kuntoutus-välilehdelle
3. Täytä kuntoutussuunnitelma

Päätös kuntoutussuunnitelmasta

Kun olet toimittanut Eloon kuntoutussuunnitelmasi, saat suunnitelmastasi erillisen päätöksen.

Toimeentulo aktiivisten kuntoutustoimenpiteiden aikana

Saat Elostä hyväksytyn kuntoutussuunnitelman jälkeen kuntoutusetuuden maksupäätöksen. Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että sinulle myönnetään elämäntilanteestasi riippuen kuntoutusraha, osakuntoutusraha tai kuntoutuskorotus.

Lisäksi korvaamme ammatillisesta kuntoutuksesta aiheutuneita menoja, kuten matkustamisesta, asumisesta ja opiskeluvälineistä aiheutuneita uusia kustannuksia. Kustannusten korvaukset suoritetaan hakemuksestasi Tela ry:n suositusten mukaan.

**Hoida kuntoutus-
asiasi kätevästi
henkilöasiakkaan
verkkopalvelussa!**

elo.fi/verkossa