



Kela<sup>®</sup>

# Kuntoutus

Lyhyesti ja selkeästi | 2024

# Sisällys

Kelan kuntoutus	3
Mitä kuntoutus on?	4
Lasten ja nuorten kuntoutus	6
Työikäisen kuntoutus	10
Tukea sairauden kanssa elämiseen	16
Ikääntyneen kuntoutus	18
Toimeentulo kuntoutuksen aikana	20
Hakeminen	24
Näin Kela palvelee	27



SELKO

## Selkokieltä

Selkokeskus on antanut tälle esitteelle selkotunnuksen. Se on merkki siitä, että esite on helppo lukea.

Tässä esitteessä on tärkeimmät tiedot, mutta ei kaikkia yksityiskohtia. Tarkempaa tietoa Kelan tuista saat verkkosivuilta ja soittamalla Kelaan.

# Kelan kuntoutus

Jos sinulla on sairaus tai vamma, joka vaikeuttaa arkeasi tai töiden tekemistä, voit saada Kelasta kuntoutusta.

Tässä esitteessä kerrotaan, minkälaista kuntoutusta voit saada Kelasta ja miten Kela tukee sinua rahallisesti kuntoutuksen aikana.

Kelan kuntoutusta järjestävät esimerkiksi yritykset ja yksityiset terapeutit. Kelan lisäksi kuntoutusta voivat tarjota työeläkelaitokset, järjestöt ja hyvinvointialueet.

Kuntoutus on yleensä sinulle maksutonta.

Jos tarvitset vieraan kielen tulkkausta, voit saada sitä myös kuntoutukseen. Joitakin kuntoutuspalveluja järjestetään myös ruotsin ja saamen kielillä.

Esite kertoo vuoden 2024 tilanteesta.



## Lisätietoa verkosta ja puhelimitse

Kelan tuista kerrotaan selkokielellä osoitteessa [www.kela.fi/selkokieli](http://www.kela.fi/selkokieli)

Kuntoutuksesta kerrotaan tarkemmin Kelan yleissuomenkielisisillä sivuilla [www.kela.fi/kuntoutus](http://www.kela.fi/kuntoutus)



Jos sinulla on kysyttävää, voit soittaa palvelunumeroon **020 692 205**

# Mitä kuntoutus on?

Kuntoutuksella parannetaan työkykyä ja toimintakykyä, jos ne ovat heikentyneet.

Kuntoutuksessa sovitte kuntoutuksen tavoitteet yhdessä ammattilaisten kanssa.

Kuntoutuksen kautta voi saada myös apuvälineitä, jotka helpottavat koulunkäyntiä, opiskelua tai työn tekemistä.

Kuntoutuksen aikana voit saada kuntoutusrahaa, joka turvaa toimeentulosi.

## Miten kuntoutukseen pääsee?

Voit hakea Kelasta kuntoutusta, jos työkykysi tai toimintakykysi on heikentynyt.

Tarvitset yleensä myös lääkärinlausunnon. Lausunnossa sanotaan, mitä kuntoutusta lääkäri sinulle suosittelee. Vaativaa lääkinnällistä kuntoutusta varten tarvitset kuntoutussuunnitelman, joka on tehty julkisessa terveydenhuollossa.

Kun olet saanut lääkäriltä lausunnon, voit hakea kuntoutusta.

Jos olet 16–29-vuotias, voit saada nuoren ammatillista kuntoutusta. Sitä voi hakea ilman lääkärinlausuntoa.

Jos haluat tietää lisää Kelan kuntoutuksesta, voit soittaa palvelunumeroon 020 692 205.



# Lasten ja nuorten kuntoutus

Kela järjestää lapsille ja nuorille kuntoutusta, joka voi olla joko yksilökuntoutusta tai ryhmäkuntoutusta. Kuntoutus voidaan järjestää kuntoutuksen järjestäjän tiloissa, kotona, koulussa tai päiväkodissa.

## Lasten perhekurssit

Kela järjestää perhekurseja lapsille, joilla on jokin sairaus. Perhekurssit auttavat lasta ja perhettä sopeutumaan muutoksiin, joita sairaus tai vamma aiheuttaa. Kurssilla tapaatte muita perheitä, jotka ovat samassa tilanteessa. Voitte jakaa kokemuksia yhdessä.

Perhekurssit on tarkoitettu lapsille, joilla on esimerkiksi jokin seuraavista:

- ADHD
- autismikirjon häiriö
- kehityksellinen kielihäiriö
- Downin oireyhtymä
- diabetes
- epilepsia
- kehitysvamma
- näkö- tai kuulovamma
- CP-vamma
- syöpä
- jokin harvinainen sairaus.

Saat lisätietoa kursseista osoitteesta

[www.kela.fi/kuntoutus-ja-sopeutumismennuskurssit](http://www.kela.fi/kuntoutus-ja-sopeutumismennuskurssit).

## LAKU-perhekuntoutus

LAKU-perhekuntoutus on tarkoitettu 7–15-vuotiaille lapsille, joilla on ADHD, ADD, Touretten oireyhtymä tai autismikirjon diagnoosi. Kuntoutus auttaa perhettä ymmärtämään paremmin lapsen neuropsykiatrista häiriötä. Kuntoutuksessa saatte tietoa lapsen kasvusta ja kehityksestä. Samalla opitte keinoja, jotka auttavat arjessa ja vaikeissa tilanteissa.

Kuntoutuksessa tapaatte myös muita perheitä, jotka ovat samassa tilanteessa. Voitte jakaa kokemuksia yhdessä.

Tapaamiset voidaan järjestää kuntoutuskeskuksessa, perheen kotona tai muussa tutussa paikassa.

## Oma väylä -kuntoutus

Oma väylä -kuntoutus on tarkoitettu 16–29-vuotiaille nuorille, joilla on ADHD, ADD tai autismikirjon diagnoosi. Kuntoutuksessa opit taitoja, joita tarvitset opiskelussa, työelämässä ja arjessa.

Kuntoutukseen kuuluu yksilötapaamisia ja ryhmätapaamisia. Yksilötapaamiset järjestetään sinulle tutuissa paikoissa, kuten kotona, oppilaitoksessa tai työpaikalla. Ryhmätapaamisissa saat vertaistukea ja voit jakaa kokemuksia muiden nuorten kanssa.

## Nuoren ammatillinen kuntoutus

Nuoren ammatillinen kuntoutus on tarkoitettu 16–29-vuotiaille, joilla ei ole opiskelupaikkaa tai työpaikkaa. Voit saada sitä myös, jos opintosi ovat keskeytyneet tai vaarassa keskeytyä.

Nuoren ammatillista kuntoutusta ovat

- työllistymistä edistävä ammatillinen kuntoutus
- kuntoutus selvitys
- koulutus
- Nuotti-valmennus.

Voit hakea nuoren ammatillista kuntoutusta soittamalla palvelunumeroon 020 692 205. Hakemuslomaketta tai lääkärinlausuntoa ei tarvita.

**Lue työllistymistä edistävästä ammatillisesta kuntoutuksesta sivulta 13.**

**Lue kuntoutus selvityksestä sivulta 12.**

**Lue koulutuksesta sivulta 12.**

### Nuotti-valmennus

Nuotti-valmennus on tarkoitettu nuorille, jotka tarvitsevat henkilökohtaista tukea arjessa ja tulevaisuuden suunnittelemisessa.

Saat Nuotti-valmennuksessa oman valmentajan, jota tapaavat säännöllisesti. Valmentaja auttaa sinua tunnistamaan, mitä vahvuuksia ja voimavaroja sinulla on. Valmentaja voi auttaa sinua myös pääsemään opiskelemaan tai työelämään.

## Muu kuntoutus lapsille ja nuorille

Edellä on kerrottu lasten ja nuorten omista kuntoutuspalveluista. Niiden lisäksi lapsella tai nuorella voi olla oikeus myös Kelan muihin kuntoutuspalveluihin. Niitä ovat esimerkiksi vaativa lääkinällinen kuntoutus ja moniammatillinen yksilökuntoutus.

**Lue vaativasta lääkinällisestä kuntoutuksesta sivulta 17.**

**Lue moniammatillisesta yksilökuntoutuksesta sivulta 16.**

Jos olet vähintään 16-vuotias, sinulla voi olla oikeus myös

- nuoren ammatilliseen kuntoutukseen
- muihin ammatillisen kuntoutuksen palveluihin
- psykoterapiaan
- neuropsykologiseen kuntoutukseen.

**Lue nuoren ammatillisesta kuntoutuksesta sivulta 8.**

**Lue psykoterapiasta sivulta 10.**

**Lue neuropsykologisesta kuntoutuksesta sivulta 15.**

### Apuvälineet

Jos lapsi tai nuori tarvitsee apuvälineitä koulussa tai opinnoissa, Kela voi hankkia apuvälineet. Kela voi myös neuvoa, miten apuvälineitä käytetään. Apuvälineitä voi saada aikaisintaan peruskoulun 7. luokalla.

# Työikäisen kuntoutus

Kela järjestää kuntoutusta työikäisille, joiden työkykyä tai opiskelukykyä sairaus on heikentänyt tai heikentää lähivuosina.

Kuntoutuksen tavoitteena on parantaa jaksamista töissä tai auttaa töihin palaamista. Kuntoutus voi myös auttaa nuorta pääsemään töihin.

Jos sairautesi on vaikea ja vaikuttaa paljon elämääsi, voit hakea vaativaa lääkinällistä kuntoutusta tai moniammatillista yksilökuntoutusta.

## Kuntouttava psykoterapia

Voit hakea Kelasta kuntoutuspsykoterapiaa, jos olet 16–67-vuotias ja sinulla on mielenterveyden häiriö, joka vaikeuttaa opiskeluasi tai töiden tekemistä.

Voit saada kuntoutuspsykoterapiaa, jos kaikki seuraavat ehdot täyttyvät:

- Mielenterveyden häiriö on psykiatrin toteama.
- Psykiatri on kirjoittanut sinulle lausunnon, miksi tarvitset terapiaa.
- Olet jo saanut mielenterveyden häiriön takia hoitoa vähintään 3 kuukautta.

Jos Kela myöntää sinulle kuntoutuspsykoterapian, saat korvausta psykoterapeutin maksuista.



## Ammatillinen kuntoutus

Voit hakea Kelan ammatilliseen kuntoutukseen, jos et vielä ole päässyt työelämään tai olet ollut siellä vasta vähän aikaa. Jos olet ollut pitkään työelämässä, voit hakea kuntoutusta työeläkelaitoksesta.

Lisäksi Kela järjestää työelämässä oleville ja yrittäjille Kiila-kuntoutusta.

**Lue Kiila-kuntoutuksesta sivulta 13.**

Kuntoutuksen tavoitteena on parantaa jaksamista töissä tai auttaa töihin palaamista. Kuntoutus voi myös auttaa saamaan työpaikan.

## Ammatillinen kuntoutus selvitys

Voit hakea ammatilliseen kuntoutus selvitykseen, jos työ- tai opiskelukykysi on heikentynyt sairauden tai vamman vuoksi.

Kuntoutus selvityksessä asiantuntijat arvioivat, minkälainen työ- ja toimintakykysi on ja minkälaista osaamista ja valmiuksia sinulla on työelämää varten. Saat myös tietoa erilaisista opiskelumahdollisuuksista ja siitä, mitä eri ammatteihin vaaditaan.

Kuntoutuksessa laadit ammattilaisten kanssa suunnitelman, joka auttaa sinua pääsemään opiskelemaan tai töihin.

## Koulutus

Jos sinulla on sairaus tai vamma, voit saada Kelasta tukea koulutukseen, joka auttaa sinua pääsemään työelämään.

Tätä tukea voi yleensä saada toisen asteen opintoihin, korkeakouluopintoihin sekä uudelleen koulutukseen. Sinulle voidaan korvata

- opiskelukustannuksia, kuten lukukausimaksuja ja koulutarvikkeita
- matkakustannuksia kodin ja opiskelupaikkakunnan välillä.

## Työllistymistä edistävä ammatillinen kuntoutus

Joskus sairaus tai vaikea elämäntilanne voi tehdä koulutuksen tai ammatin valinnan vaikeaksi. Työllistymistä edistävissä ammatillisissa kuntoutuksissa saat tukea valmentajalta. Valmentaja voi auttaa sinua löytämään työpaikan tai perustamaan yrityksen.

Kuntoutuksessa on 3 erilaista vaihtoehtoa:

- 1. Työkokeilu:**  
Päset kokeilemaan erilaisia työtehtäviä ja työpaikkoja, jotta voit selvittää, mikä ammatti tai työ sopii sinulle parhaiten.
- 2. Työhönvalmennus:**  
Saat tukea ja ohjausta niiden taitojen kehittämiseen, joita tarvitset työelämässä.
- 3. Työkokeilun ja työhönvalmennuksen yhdistelmä.**

Kela auttaa sinua valitsemaan sinulle sopivan vaihtoehdon.

## Kiila-kuntoutus työelämässä oleville

Kiila-kuntoutus on kurssi, joka auttaa sinua parantamaan työkykyäsi ja pysymään työelämässä. Kela järjestää Kiila-kuntoutuksen yhdessä työterveyshuollon ja työpaikkasi kanssa.

Työnantaja voi hakea Kiila-kurssia työntekijöilleen.  
Myös ammattiliitot voivat hakea Kiila-kurssia jäsenilleen.  
Voit etsiä kursseja osoitteesta

[www.kela.fi/kuntoutuskurssihaku](http://www.kela.fi/kuntoutuskurssihaku).

Jos et löydä sopivaa kurssia,  
voit hakea Kiila-yksilökuntoutusta.  
Yksilökuntoutuksessa kuntoutuksen palveluntuottajat  
kokoavat yksittäisistä asiakkaista ryhmän.

### **Ammatillinen Taito-kuntoutus**

Voit hakea Taito-kuntoutusta,  
jos työnteko tai opiskelu on vaikeaa  
sairauden tai vamman takia.  
Kuntoutuksessa saat yksilöllistä ohjausta,  
osallistut ryhmäkuntoutukseen  
ja pääset työharjoitteluun.  
Saat oman ohjaajan,  
joka tukee sinua koko kuntoutuksen ajan.

Kun kuntoutus päättyy,  
sinulle tehdään oma ammatillinen suunnitelma.

### **Apuvälineet**

Jos tarvitset apuvälineitä töissä tai opinnoissa  
sairauden tai vamman takia,  
Kela voi hankkia apuvälineet sinulle.  
Voit saada esimerkiksi lukutelevision,  
pistenäytön tai isonäytön tai tietokoneen.

Voit saada apuvälineen  
aikaisintaan peruskoulun 7. luokalla.  
Jos tarvitset muita apuvälineitä esimerkiksi liikkumiseen,

voit pyytää niitä julkisesta terveydenhuollosta,  
kuten terveysasemalta.

### **Elinkeinotuki**

Elinkeinotuki on tarkoitettu  
yrittäjille ja ammatinharjoittajille,  
joilla on jokin sairaus tai vamma.  
Voit saada elinkeinotukea,  
jos yrityksen perustamisesta tai muutostöistä tulee kuluja.

Tukea voi saada

- työvälineiden, kalusteiden ja tarvikkeiden hankkimiseen
- toimitilojen kunnostamiseen.

Voit myös hakea elinkeinotukea,  
jos sinulla on jo yritys  
ja tarvitset sairauden tai vamman takia työvälineitä.  
Elinkeinotuesta ei mene veroa.

### **Neuropsykologinen kuntoutus**

Neuropsykologinen kuntoutus on tarkoitettu 16–67-vuotiaille,  
joilla on esimerkiksi luki- tai hahmotushäiriö tai ADHD.  
Neuropsykologista kuntoutusta voi saada  
myös esimerkiksi aivoverenkiertohäiriön  
tai aivovamman jälkeen.

Kuntoutusta varten tarvitaan  
neuropsykologin ja lääkärin lausunto.

Neuropsykologinen kuntoutus on yleensä yksilökuntoutusta.

Jos Kela myöntää sinulle neuropsykologista kuntoutusta,  
saat Kelasta korvausta terapeutin maksuista.



# Tukea sairauden kanssa elämiseen

Kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskurssit auttavat sinua elämään hyvää elämää sairaudesta huolimatta.

Jos sairautesi tai vammasi on hyvin vaikea, sinulle voi sopia vaativa lääkinällinen kuntoutus tai moniammatillinen yksilökuntoutus.

## Kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskurssit

Kela järjestää kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseja lapsille, nuorille ja aikuisille, joilla on sairaus tai vamma.

Kursseilta saat tietoa sairaudestasi, vertaistukea ja tukea arjessa pärjäämiseen.

Kun osallistut kurssille, voit yöpyä kuntoutuskeskuksessa.

Saat lisätietoja kursseista osoitteesta

[www.kela.fi/kuntoutus-ja-sopeutumisvalmennuskurssit](http://www.kela.fi/kuntoutus-ja-sopeutumisvalmennuskurssit).

## Moniammatillinen yksilökuntoutus

Jos sairautesi vaikeuttaa paljon elämääsi, sinulla voi olla oikeus moniammatilliseen yksilökuntoutukseen. Moniammatillisessa yksilökuntoutuksessa saat apua usealta asiantuntijalta.

Kuntoutuksen tavoitteena on auttaa sinua pärjäämään arjessa, töissä ja opinnoissa. Osa kuntoutuksesta voidaan järjestää ryhmässä.

## Vaativa lääkinällinen kuntoutus

Voit hakea vaativaa lääkinällistä kuntoutusta, jos kaikki seuraavat ehdot täyttyvät:

- Olet alle 65-vuotias.
- Sinulla on sairauden tai vamman vuoksi suuria vaikeuksia pärjätä arjessa.
- Sinulla on kuntoutussuunnitelma, joka on tehty julkisessa terveydenhuollossa.

Vaativa lääkinällinen kuntoutus voi olla esimerkiksi

- psykoterapiaa
- fysioterapiaa
- toimintaterapiaa
- puheterapiaa.

Kuntoutus voi olla yksilöterapiaa tai ryhmäterapiaa. Terapiaa voi saada kerralla 1–3 vuotta.

Vaativa lääkinällinen kuntoutus voi olla myös kuntoutus- tai sopeutumisvalmennuskurssi tai moniammatillista yksilökuntoutusta.

**Lue kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseista sivulta 16.**

**Lue moniammatillisesta yksilökuntoutuksesta sivulta 16.**

# Ikääntyneen kuntoutus

Jos olet täyttänyt 65 vuotta, voit hakea Kelasta kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseja sekä moniammatillista yksilökuntoutusta.

Kursseja järjestetään esimerkiksi henkilöille, joilla on

- aivoverenkiertohäiriö
- liikehäiriösairaus, kuten Parkinsonin tauti
- sydänsairaus
- hengityssairaus.

Myös omaishoitajille on kuntoutuskursseja.

Lisäksi voit saada kuntoutuspsykoterapiaa ja neuropsykologista kuntoutusta 67-vuotiaaksi asti.

Muu Kelan kuntoutus on tarkoitettu työikäisille eli alle 65-vuotiaille.

**Lue kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseista sivulta 16.**

**Lue moniammatillisesta yksilökuntoutuksesta sivulta 16.**



# Toimeentulo kuntoutuksen aikana

Kela voi tukea sinua taloudellisesti kuntoutuksen aikana.

Näitä tukia ovat

- kuntoutusraha
- nuoren kuntoutusraha
- ylläpitokorvaus.

## Kuntoutusraha

Voit saada kuntoutusrahaa, kun kuntoutuksesi järjestää

- Kela
- sairaala
- sosiaali- ja terveyskeskus
- työterveyshuolto.

Vuositulosi vaikuttavat kuntoutusrahan määrään. Vuositulot tarkoittavat tulojasi 12 kuukauden ajalta. Jos sinulle myönnetään kuntoutus esimerkiksi toukokuusta 2024 eteenpäin, Kela maksaa sinulle kuntoutusrahan niiden tulojen mukaan, jotka olet saanut 1.4.2023–31.3.2024.

Kuntoutusraha on aina vähintään 31,99 euroa päivässä eli noin 800 euroa kuukaudessa.

Kuntoutusrahasta menee veroa.



Jos työpäivääsi lyhennetään kuntoutukseen osallistumisen vuoksi, voit saada osakuntoutusrahaa.

## **Nuoren kuntoutusraha**

Voit saada nuoren kuntoutusrahaa, jos kaikki seuraavat ehdot täyttyvät:

- Olet 16–19-vuotias.
- Sairaus tai vamma heikentää työkykyäsi tai opiskelukykyäsi.
- Tarvitset erityistä tukea kuntoutumiseen.
- Sinulle on laadittu hyvinvointialueellasi henkilökohtainen opiskelu- ja kuntoutussuunnitelma (KHOPS).

Voit saada nuoren kuntoutusrahaa, kun opiskelet tai kun olet kuntoutuksessa, joka tähtää työelämään.

## **Ylläpitokorvaus**

Jos kuntoutuksesta aiheutuu lisäkustannuksia, saatat saada ylläpitokorvausta.

Voit saada ylläpitokorvausta vain, jos saat kaikkein pienintä kuntoutusrahaa.

Yleensä ylläpitokorvausta maksetaan silloin, kun kuntoutuksesi kestää vain lyhyen aikaa. Ylläpitokorvaus on 9 euroa päivässä. Ylläpitokorvauksesta ei mene veroa.

## **Kuntoutusavustus**

Kuntoutusavustus on tuki, jota voi saada Kelan kuntoutuksen jälkeen.

Kuntoutusavustuksen tarkoitus on auttaa sinua työllistymään. Voit saada avustusta, jos menet töihin kuntoutuksen jälkeen ja saat paljon pienempää palkkaa kuin aiemmassa työssäsi. Voit saada kuntoutusavustusta myös, jos menet työharjoitteluun.

Kuntoutusavustuksen määrä on enintään saman verran kuin kuntoutusraha. Kuntoutusavustuksesta menee veroa.

# Hakeminen

Hae kuntoutusta lomakkeella, jonka saat Kelan toimistoista ja verkkosivuilta:

[www.kela.fi/lomakkeet](http://www.kela.fi/lomakkeet)

Tarkista hakemuksesta, mitä liitteitä siinä täytyy olla.

Lähetä hakemus ja liitteet verkossa:

[www.kela.fi/omakela](http://www.kela.fi/omakela)

Verkossa voit myös hakea kuntoutusrahaa.

Voit myös postittaa hakemuksen Kelaan.

Kelan postiosoite on

**Kela**

**PL 10**

**00056 KELA**

Voit hoitaa melkein kaikki Kela-asiasi myös puhelimessa.

Kun Kela on käsitellyt hakemuksesi, saat kotiin päätöksen.

Päätöksessä kerrotaan tarkemmin kuntoutuksen alkamisesta.

Saat päätöksen myös silloin,

jos sinulle ei ole myönnetty kuntoutusta tai kuntoutusrahaa.

## Ilmoita, jos tilanteesi muuttuu

Jos elämäsi muuttuu,

se voi vaikuttaa Kelasta saamiisi tukiin.

Muutos voi koskea esimerkiksi asumista, tuloja, työskentelyä tai perhettä.

Muista ilmoittaa muutoksista Kelaan.

Voit tehdä sen verkossa, puhelimitse tai toimistossa.

Sinun vastuullasi on omalta osaltasi varmistaa, että Kelalla on oikeat tiedot.

Silloin tuki maksetaan sinulle oikean suuruisena.

## Jos päätöksessä on virhe

Jos Kelan päätös on mielestäsi virheellinen

tai sinulla on kysyttävää,

ota yhteyttä Kelaan.



## Verkossa voit

- hakea tukia
- lähettää liitteitä
- tarkistaa hakemuksesi tilanteen
- lähettää viestejä
- ilmoittaa muutoksista
- lopettaa tuen.



# Kela selkokielellä

Selkokieliset verkkosivut:

[www.kela.fi/selkokieli](http://www.kela.fi/selkokieli)

## Selkokieliset esitteet:

Eläkkeet ja muut eläkkeensaajan tuet

### ■ Kuntoutus

Lapsiperheet

Opiskelijat ja asevelvolliset

Sairastaminen ja vammaistuet

Toimeentulotuki

Työttömyys

Ulkomailta Suomeen tai Suomesta ulkomaille

Yleinen asumistuki

Esitteitä saa Kelan toimistoista.

Esitteet muilla kielillä verkossa:

[www.kela.fi/muut-kielet](http://www.kela.fi/muut-kielet)