



KIILA-REHABILITERING FÖR SJÖFARARE

94031 – Härmä Rehab

Kiila-rehabiliteringens mål är att främja och stödja din arbetsförmåga och hjälpa dig att hålla dig kvar i arbetslivet. När rehabiliteringen sätts in tillräckligt tidigt, så ger det dig de bästa förutsättningarna att kunna fortsätta arbeta.

För vem?

- Du har fast anställning.
- Sjukdom försvårar ditt arbete.
- Du har redan fått stöd från företagshälsovården och arbetsplatsen, men det verkar som att ytterligare insatser behövs för att du ska få det stöd du behöver.
- Du behöver experthjälp i yrkes- och arbetshälsorelaterade frågor som rör din hälsa och personligt välbefinnande.

Till Kiila-rehabiliteringen väljs personer

- Vars arbetsförmåga har försämrats på grund av sjukdom och sjukdomen bedöms kunna försämra arbetsförmågan och förvärvsmöjligheter ytterligare inom de närmaste åren
- Rehabilitering är för dem som man har sett behöver stöd, och där hjälpen från arbetsplatsen och företagshälsovården inte längre räcker.
- När man bedömer hur mycket arbetsförmågan har försämrats ser man till hela situationen – sjukdomen är en del av den bedömningen.

Hur identifierar man behovet av KIILA-rehabilitering:

- Fysisk och psykisk belastning har orsakat förändringar i hälsotillståndet och svårigheter att klara av arbetsuppgifterna.
- Symtomen förvärras i arbetet, användningen av företagshälsovårdstjänster är omfattande och sjukfrånvaron är frekvent.
- Ändringar i arbetsuppgifter och arbetsarrangemang har genomförts.
- Möjligheterna till stöd från arbetsplatsen och/eller företagshälsovården har utretts, men vidtagna åtgärder har inte tillräckligt förbättrat arbetsförmågan.



KIILA-REHABILITERING FÖR SJÖFARARE

Längd: Rehabiliteringskursen innehåller 1 öppenvårdsdag (kan ske på distans) och 3 grupperioder (totalt 13 dygn) på plats vid Härmä Rehab & Spa. Mellan grupperioderna hålls 5 individuella samtal samt digital rehabilitering och ett avslutande samtal inom 2 månader efter den sista grupperioden. Rehabiliteringen genomförs under en tidsperiod på 1–1,5 år.

Tidpunkterna för svenskspråkig Kiila-kurs nummer 94031

Inledande samtal samt öppenvårdsdag under perioden 24.11.2025 – 18.1.2026

1. Grupperioden 5 dygn 19 – 23.1.2026
2. Grupperioden 5 dygn 11 – 15.5.2026
3. Grupperioden 3 dygn 2 – 4.11.2026

Plats: Härmä Rehab & Spa, Vaasantie 22, 62375 Ylihärmä

Så här ansöker du om Kiila-rehabilitering:

Ta kontakt med din företagshälsovård och diskutera din situation med läkare. Läkaren skriver ett B-läkarutlåtande för din ansökan. Skicka rehabiliteringsansökan KU 101r, en yrkesinriktad utredningsblankett KU 200r (som du fyller i tillsammans med din närmaste chef) och läkarens B-utlåtande till Folkpensionsanstalten på adressen FPA, PB 10, 00056 FPA eller via FPA:s e-tjänst senast 24.9.2025. Meddela även Eva Westerbacka via e-post när du har lämnat in ansökan!

När du fått ett positivt beslut från FPA kommer serviceproducenten att kontakta dig per telefon för att boka en tid för den första kartläggningen.

Information:

Jessica Havulehto, sakkunnig inom rehabilitering och arbetshälsa
jessica.havulehto@harmankuntoutus.fi, +358 (0) 50 5160360

Eva Westerbacka, pensionsspecialist och arbetshälsoexpert vid Sjömanspensionskassan
eva.westerbacka@sjomanspensionskassan.fi, +358 (0)10 633 9972