

## KUNTOUTUKSEEN HAKEUTUMINEN

Avo-Tyk-kuntoutukseen hakeudutaan oman työterveys-  
huollon tai hoitavan lääkärin kautta. Kuntoutujan täyttä-  
mä kuntoutushakemus (ETK/Kela7009), työterveyshuol-  
lon (KU108) ja työnantajan (KU109) -lomakkeet sekä  
lääkärin B-lausunto toimitetaan Kelan toimistoon.

## TIEDUSTELUT

### ODL KUNTOUTUS OY

Työ- ja toimintakyvyn edistäminen  
Ammatillinen kuntoutus  
Isokatu 63, 90120 Oulu

Puh. 050 312 6175 palvelusihteri  
050 312 6173 palveluesimies

Kelan toimistot ja työterveyshuolto



ISO 9001  
ISO 14001



10.11.2011

# Avo-Tyk-kuntoutus kuntoutusta muutokseen



## AVO-TYK-KUNTOUTUS

---

ODL Kuntoutus järjestää avo-Tyk-kuntoutusta (päiväkuntoutus) yhteistyössä Kelan ja kuntoutujien työterveyshuollon kanssa. Avo-Tyk eli työkykyä ylläpitävä ja parantava valmennus on ammatillista kuntoutusta. Kuntoutusprosessi kestää vähintään vuoden jakautuen kuuteen viikon mittaiseen jaksoon.



## KENELLE

---

Avo-Tyk-kuntoutus on tarkoitettu oululaisille ja Oulun lähiympäristössä asuville työelämässä oleville työntekijöille, joiden työkyky on heikentynyt pidempään jatkuneiden mieliala- ja jaksamisongelmien sekä uupumuksen takia. Kuntoutus tukee työssä jaksamista. Tärkeää on kuntoutujan myönteinen asenne oman työ- ja elämäntilanteensa arvioimiseen ja muutokseen.

## TAVOITTEET

---

Työkykyä ylläpitävän valmennuksen tavoitteena on tukea kuntoutujan työ- ja toimintakykyä niin, että entisessä työssä jatkaminen on mahdollista. Kuntoutuksessa etsitään keinoja sekä työn- että elämänhallinnan parantamiseen.

## SISÄLTÖ

---

Kuntoutuksessa syvennyttään työ- ja toimintakyvyn parantamiseen, psyykkisiin voimavaroihin sekä työolosuhteisiin. Lähestymistapa on voimavaralähtöinen.

Yhdessä kuntoutujan kanssa ideoidaan myönteistä muutosta ja etsitään ratkaisuja kuntoutustavoitteiden saavuttamiseksi.

Kuntoutuksen väliajoiksi kuntoutujat saavat hyvinvointia kehittäviä välitehtäviä. Ryhmä-Tyk kuntoutuksen aikana on yhteistyötilaisuus, johon kutsutaan kuntoutujien esimiehiä, työterveyshuollon ja Kelan edustajia.

Kuntoutuslaitoksessa työryhmään kuuluvat lääkäri, työfysioterapeutti, psykologi, kuntoutussosiaalityöntekijä ja työterveyshoitaja sekä tarvittaessa puheterapeutti. Työryhmä tekee työpaikkakäynnin jokaisen kuntoutujan työpaikalle.