



# Muusikkona Kelan kuntoutukseen LÄHES TERVEILLE, FREELANCEREILLEKIN JA MAKSUTTA

Päivi Kukko

**Kuntoutus on musikkoleikin tarkoitettua Kelan tukemaa toimintaa. Sinne ei pääse, jos ei itse hakeudu. Hakemisen esteenä voivat olla myös väärät luulot, joilta katkaisutakoon siivet tässä kirjoituksessa.**

Moni luulee olevansa liian terve kuntoutukseen, mutta juttu onkin niin, ettei sinne enää kovin sairaana pääse. Toisaalta täysin tervekkään ei pääse kuntoutukseen – kuka sitten pääsee?

Kuntoutus on tarkoitettu oireiden alkuvaiheeseen, jolloin sairauksiin voidaan kuntoutuksella vaikuttaa. Siis silloin kun kolottaa ja jomottaa tai kypsyttää, mutta esimerkiksi lääkkeiden tai vapaapäivien voimalla joten kuten työstään selviytyy. Kuntoutuksen paikka on silloin, kun työstään on muutamia viikkoja tai kuukausia joutunut olemaan sairauslomilla (tai olisi pitänyt olla; musikoilla sairauslomakynnys tuntuu olevan erityisen korkealla). Kuntoutukseen ei pääse enää siinä vaiheessa, kun pysyvä työkyvyt-

tömyyseläke on myönnetty.

Freelancerilla ei ole vakituista työnantajaa, ei työsuhdetta eikä työterveyshuoltoa. Nämä faktat eivät ole kuntoutukseen hakemisen esteenä. Siksipä muusikon on itse itsestään ja kuntoutukseen hakemisestaan huolehdittava, koska ei työterveyshoitaja eikä työnantaja ole sinne patistamassa.

Usein ajatellaan kuntoutuksen olevan kallista. Onhan se kallista, ja siksikin vakavasti otettava juttu, mutta lasku lankeaa Kelalle. Osallistujalle kuntoutus ei maksa mitään, vaan sekä täysihoito että ohjelma kokonaisuudessaan on maksuton. Lisäksi Kela korvaa matkat kuntoutuspaikkaan (paitsi omavastuun 9,25 euroa/suunta). Ja koska kesken kuntoutuksen ei keikalle saa karata, maksetaan moיסetta ansionmenetyksestä kuntoutusrahaa, eli kuntoutuksessa olosta saa tavallaan palkkaa.

## Muusikon Aslak® ja muut mahdollisuudet

Aslak® on lääketieteellisesti syvennettyä ammatillista kuntoutusta; se tarkoittaa kymmenen samankaltaista työtä tekevän kuntoutuskurssia. Muusikkojen Aslak® -kursseilla ruoditaan siis

hyvinvointiteemojen lisäksi muusikon työtä valo- ja varjo- puoliseen. Herttuassa Kerimäellä, Savonlinnan liepeillä on toteutettu neljä muusikkokurssia, ja viidennelle on haku käynnissä. Kelan kurssi numero 16668 toteutetaan kolmessa osassa: 9.–13.10.2006; 15.–26.1.2007 ja 1.–5.10.2007. Aslak® on varhaiskuntoutusta, eivätkä sille hakeutuvat voi olla ”liian sairaita”. Ikärajoja ei ole, mutta muusikon uraa on oltava useita vuosia sekä edessä- että takanapäin.

Myös muut Kelan kuntoutusmuodot ovat musikoille tarkoitettuja siinä missä muillekin veronmaksajille. Vähän varttuneemille ja enemmän sairauksia poteville on tarjolla TYK eli Työkykyä Ylläpitävä Kuntoutus, joka Aslakin tavoin pitää sisällään työhön liittyviä asioita. TYK-kuntoutukseen pääsee yksilöllisesti, eli kukin silloin kun tarvetta on, ja aikataulut sovitetaan henkilökohtaisesti. Myös muita yksilöllisiä kuntoutusmuotoja on olemassa.

Muusikko voi olla diabeetikko, selkäsairas, uupunut, reumaatikko, astmaatikko tai minikä vain sairauden kantaja. Kelan kautta voi hakea myös sairausrhymäkohtaisiin kuntoutuksiin. Tällöin pääsee ryhmäkuntoutukseen, mutta yhdessä

muiden samaa sairautta potevien, eri ammateissa toimivien kanssa. Näitä kuntoutuksia toteuttavat kymmenet eri kuntoutuslaitokset ympäri maan.

## Lääkärintodistus ja hakemus Kelalle

Kuntoutuspäätökset tekee musikoiden Aslak®- ja TYK-kuntoutuksiin oma Kelan paikallistoimisto. Muilla kuntoutuskursseilla voi olla muita käytäntöjä. Kelalle toimitetaan lääkärintodistus, jossa kuntoutusta suositellaan. Yleensä työterveyslääkäri kirjoittaa todistuksen, mutta jos työterveyshuoltoa ei ole, muidenkin lääkäreiden todistus kelpaa. Lisäksi tarvitaan omat hakemukset, KU 102 ja KU 104, jotka löytyvät netistä tai Kelan toimistosta. Usein Kelan kuntoutuspäätöksiä tekevä virkailija myös haastattelee hakijan. Yksi tärkeä valintaperuste on oma motivaatio eli tahto ja halu osallistua kuntoutukseen ja saada työssä jaksaminen ja elämänhallinta paremmalle tolalle.

Kaikenlaisiin isoihin ja pieniin kuntoutuskysymyksiin vastaa mielellään jutun kirjoittaja Herttuan Kuntoutuskeskuksesta, paivi.kukko@herttua.fi tai 015-769 9102.