



Bocciaa pelaava Pirkanmaan neuroyhdistyksen jäsen Jorma Naroma on yksi Neuroliiton sponsorituen saajista. Naroma on ollut PM-kilpailuissa mitaleilla yli kymmenen vuoden ajan.

## Hae sponsoritukea lajiharjoitteluun

NYT ON AIKA HAKEA TUKEA LIIKUNTAAN. Neuroliitto myöntää sponsoritukea MS-tautia tai harvinaista neurologista sairautta sairastavien jäsentensä lajiharjoittelun tukemiseen.

Sponsoritukea voivat hakea Neuroliiton jäsenyhdistyksen potilasjäsenet, jotka osallistuvat SM-, PM-, EM- tai MM- ja Paralympia-tason kilpailuihin. Tuki myönnetään **tavoitteelliseen valmentautumiseen kansainvälisiin edustustehtäviin**. SM-tason kilpailuihin sponsoritukea saa, jos osallistuu kisoihin vuoden 2018 aikana ja tuki jaetaan osallistumisen jälkeen. Apuraha myönnetään urheilijan (ei seuran) varsinaisista harjoituksesta kilpailukuluista syntyneitä tositteita vastaan.

Sponsoritukea voi hakea sähköisellä lomakkeella 22.1.2018 asti. Hakemus löytyy osoitteesta: [www.neuroliitto.fi/sponsorituki](http://www.neuroliitto.fi/sponsorituki).

Lisätietoja erikoisuunnittelija Riitta Samsténilta, p. 0400 828 536 tai [riitta.samsten@neuroliitto.fi](mailto:riitta.samsten@neuroliitto.fi).

## Liitto jakaa tukea myös kulttuuriin

HALUAISITKO TUKEA KULTTUURIN TEKEMISEEN? Neuroliitto myöntää vuonna 2018 urheilun sponsorituen lisäksi myös kulttuuriapurahaa. Tukea voivat hakea kaikki Neuroliiton jäsenyhdistysten potilasjäsenet. Kulttuuriapuraha on kohdennettu **taiteeseen tai muuhun kulttuuritekoon**, jonka aihepiiri liittyy läheisesti vammaisuuden tai pitkäaikaissairaudesta kokemukseen tai jolla on erityistä merkitystä vammaisille ja pitkäaikaissairaille ihmisille.

Apuraha myönnetään taiteesta tai kulttuuriteosta hakijalle vuonna 2018 aiheutuneisiin tai aiheutuviin kustannuksiin tositteita vastaan. Tuen jakamisesta päättää liittohallitus.

Hakuaika päättyy 18.3.2018. Hakemuskäytännöt löytyvät Neuroliiton nettisivuilta [www.neuroliitto.fi/kulttuuriapuraha](http://www.neuroliitto.fi/kulttuuriapuraha).

Lisätietoja apurahaan liittyen voi kysyä Satu Hakamäki-Niskalalta: [satu.hakamaki-niskala@neuroliitto.fi](mailto:satu.hakamaki-niskala@neuroliitto.fi).



## Uusia videoita verkossa

NEUROLIITTO JULKAISI TOUKOKUUSSA kaksi videota: "Mikä on MS-tauti?" ja "MS-taudin oireet". Hyvän vastaanoton saaneet videot saavat nyt seurakseen kaksi uutta piirrosvideota. Aiheina ovat soveltava liikunta ja liiton toiminta. Löydät videot Youtubesta esimerkiksi kirjoittamalla hakukenttään Neuroliitto.

## Raportti MS-taudista ja työelämästä tilattavissa

NEUROLIITON TUTKIMUSRAPORTTISARJASSA on julkaistu Marianne Vahan Pro gradu -tutkielma "MS-tautia sairastavat työelämässä". Tutkimus selvitti MS-tautia sairastavien henkilöiden työelämään sijoittumista ja työssä suoriutumista. Voit tilata raportin Neuroliiton nettisivuilta osoitteesta [neuroliitto.fi/tieto-tuki/oppaat/](http://neuroliitto.fi/tieto-tuki/oppaat/). Sen voi ladata myös pdf-tiedostona.

## Tule mukaan Avaimen lukijaraatiin!

HALUATKO VAIKUTTAA AVAIN-LEHDEN SISÄLTÖÖN ja antaa lehdestä aktiivisesti palautetta? Kutsumme sinut mukaan Avaimen lukijaraatiin kehittämään lehteä yhdessä toimituksen kanssa. Kaikki risut ja ruusut ovat arvokkaita.

Raatilaiset arvioivat lehden sähköisellä Webropol-lomakkeella. Voit ilmoittautua raatiin sähköpostilla osoitteeseen [anni.teppo@neuroliitto.fi](mailto:anni.teppo@neuroliitto.fi).



## Tietopäivät Kittilässä

NEUROLIITTO JÄRJESTÄÄ YHDESSÄ Parkinson-liiton kanssa tietopäivät hotelli Kittilässä **perjantaina 2.2.2018 klo 11–17 ja lauantaina 3.2.2018 klo 9–14**. Päivät on suunnattu sinulle, joka sairastat MS- tai Parkinsonin tautia tai harvinaista neurologista sairautta. Myös läheiset ovat tervetulleita.

Tietopäivien tavoitteena on antaa ajankohtaista tietoa sairauden hoitoon, kuntoutukseen ja arjen tukkein liittyen sekä mahdollistaa vertaiskeskusteluja.

Kauempaa tulevien on mahdollista majoittua 20€/hlö. Ilmoittautumiset 5.1.2018 mennessä Neuroliiton tapahtumakalenterin kautta: [tapahtumat.neuroliitto.fi](http://tapahtumat.neuroliitto.fi).

Lisätietoja sosionomi Anna Hokkaselta: [anna.hokkanen@neuroliitto.fi](mailto:anna.hokkanen@neuroliitto.fi) / p. 040 500 1657.

Ensi vuodeksi on suunnitteilla monia muitakin tietopäiviä eri kohderyhmille. Päivät järjestetään ainakin Riihimäellä, Sastamalassa, Porissa, Lohjalla, Helsingissä, Espoossa ja Kuusamossa. Teemoissa otetaan huomioon niin pidempään sairastaneet kuin hiljattain diagnoosin saaneet henkilöt.

Seuraa Neuroliiton ilmoittelua!

## Kiinnostaisiko paikka vaikuttajapaneelissa?

OLETKO KIINNOSTUNUT VAIKUTTAMISESTA? Toimitko esimerkiksi kuntasi vammaisneuvostossa tai oletko muuten kiinnostunut vaikuttamaan pitkäaikaissairaiden ja vammaisten henkilöiden puolesta?

Neuroliiton jäsenistön osallistumista vaikuttamistoimintaan tehostetaan vaikuttajapaneelilla, josta saatavaa tietoa voidaan hyödyntää muun muassa laadittaessa lausuntoja tai liiton muussa vaikuttamistoiminnassa.

Paneeliin osallistujien täytyy olla Neuroliiton jäseniä ja heillä on oltava toimiva sähköpostiosoite. Voit ilmoittautua osoitteesta <https://neuroliitto.fi/vaikuttajapaneeli>.

Keräisimme mielellämme talteen tiedon myös vammaisneuvostoissa toimivista jäsenistämme. Kutsumme heitä mukaan yhdistyksille järjestettäviin vaikuttamisaiheisiin työpajoihin. Vaikka et kiinnostuisi vaikuttajapaneelin työskentelystä, ilmoita meille tieto vammaisneuvoston jäsenyydestä.

Lähetä sähköpostia järjestösuunnittelija Ville Keski-selle: [ville.keskinen@neuroliitto.fi](mailto:ville.keskinen@neuroliitto.fi).



Yksilöllinen laituskuntoutus ei sulje pois mahdollisuutta verkostoitua ja saada vertaistukea.

## Yksilöllinen kuntoutusjakso on monipuolinen paketti

YKSILÖLLISELLÄ KUNTOUTUSJAKSOLLA tarkoitetaan laituskuntoutusta, jossa suunnitellaan ohjelma aina yksilöllisesti, asiakkaan tavoitteiden mukaisesti. Osa ohjelmasta toteutetaan asiantuntijan ja kuntoutujan kahdenkeskisessä vuorovaikutuksessa, mutta osassa on mukana myös muita samaan aikaan vastaavalla jaksolla olevia. Tämä mahdollistaa uusiin ihmisiin tutustumisen ja vertaistuen saannin.

Kelan vaativan lääkinnällisen kuntoutuksen hakemisessa on tiukemmat kriteerit kuin harkinnanvaraisen kuntoutuksen kohdalla. Harkinnanvaraista kuntoutusta voivat hakea kaikki neurologista sairautta sairastavat henkilöt,

ilman yläkäräjä. Tarkista, että hakemuksessa ja suosituksessa näkyy suositus neurologisen linjan mukaisesta kuntoutuksesta sekä maininta omaisen osuudesta, jos läheisen olisi hyvä olla mukana kuntoutusjaksolla.

Maksusitoumuksia saatetaan joskus myöntää loppuvuodesta enemmän. Kela on muun muassa ilmoittanut, että harkinnanvaraisen moniammatillisen yksilökuntoutuksen määrärahoja on vielä jäljellä tälle vuodelle.

Tarkemmat hakuohjeet ja -kriteerit löydät kuntoutuskeskuksen nettisivuilta sekä tämän Avaimen välissä ilmestyneestä Kunto-lehdestä. Kuntoon on koottu kaikki palvelumme vuodelle 2018, nappaathan sen talteen!



Olen työskennellyt Maskussa toimintaterapeuttina vuodesta 2013. Työhöni kuuluu arvioida, miten kuntoutuja suoriutuu jokapäiväisistä arjen tehtävistä kuten keittiötoimista, asioinneista ja harrastuksista. Tehtäväni on auttaa löytämään keinoja, joiden avulla kuntoutuja pärjää paremmin hänelle tärkeissä toiminnoissa. Etsin soveltuvia apuvälineitä, ohjaan kodin muutostöissä tai otan kantaa henkilökohtaisen avun tarpeeseen. On palkitsevaa, kun kuntoutujan kanssa löydämme ratkaisuja arjen sujumiseksi. Mieleen on painunut erään kuntoutujan kommentti käsien pintatuntoa aktivoivan harjoittelun jälkeen: "Tulin toimintaterapiaan ja sain uudet kädet".

**Satu Marttila, toimintaterapeutti**

## Avokuntoutus Aksoni

AVOKUNTOUTUS AKSONIN KURSSIT ON tarkoitettu MS-tautia tai harvinaista neurologista sairautta sairastaville. Lue lisää kursseista ja hakutiedoista Aksonin nettisivuilta [www.avokuntoutus.fi/kurssit](http://www.avokuntoutus.fi/kurssit).

Avomuotoiset kuntoutuskurssit (Kela)		
Paikkakunta	Aika 2018	Paikka
Hyvinkää (65504)	8.2.–7.6.	Hyvinkään Veteraanitalo
Kouvola (65505)	7.2.–6.6.	Käpylän palvelutalo
Helsinki (65503)	9.8.–29.11.	Helsinki, Arabia
Lahti (65508)	8.8.–5.12	Wanhaherra
Oulu (65509)	15.8.–19.12	Kumppanuuskeskus

Sopeutumisvalmennuskurssit (omavastuu)			
Kurssi	Paikka	Aika	Haku päättyy
Parikurssi	Laukaa-Peurunka	1. jakso 2.–4.2.2018 2. jakso 19.–22.4.2018	15.12.
KokoNainen	Turku, Ruissalo	12.–16.2.2018	11.1.2018
Parikurssi, alle 35-v.	Imatra	22.–25.3.2018	16.2.2018
Nuoruuden voimalla	Peurunka, Laukaa	22.–25.3.2018	16.2.2018
Taitavaksi tunteiden kanssa	Rokua Health&Spa	9.4.–13.4.2018	28.2.2018

AVOMUOTOISET KUNTOUTUSKURSSIT on tarkoitettu MS-tautia sairastaville ja niille haetaan Kelan lomakkeella KU132 tai KU102. Lisäksi tarvitset lääkärin B-lausunnon kuntoutustarpeesta. Lisätietoja: [annika.ingves@neuroliitto.fi](mailto:annika.ingves@neuroliitto.fi) tai p. 0400 231 898.

TEEMA- JA SOPEUTUMISVALMENNUSKURSSEILLE haetaan sähköisellä lomakkeella [www.avokuntoutus.fi/hakeminen](http://www.avokuntoutus.fi/hakeminen) tai pyytämällä paperinen hakemus: [tarja.toivanen@neuroliitto.fi](mailto:tarja.toivanen@neuroliitto.fi) tai Sanna Marjamäeltä p. 040 734 2782. Sopeutumisvalmennuskursseilla on yli 18-vuotiailta omavastuu 12€/vrk/hlö.

Avomuotoiset teemakurssit (maksuton)			
Kurssi	Paikka	Aika 2018	Haku päättyy
Avomuotoinen parikurssi	Lappeenranta, Marjola	22.–24.1.	11.12.2017
Kehon ja mielen voimavarat	Kuusamon Fysioterapia	ke 17.1.–7.3. klo 15–17	18.12.2017
Aktiivisena arjessa (+läheinen)	Oulu, Kumppanuuskeskus	25.1., 14.2., 28.2., 15.3., 4.4., 24.5.	21.12.2017
Kehon ja mielen voimavarat	Savonlinna, Spahotel Casino	(la-su) 3.–4.2. ja la 3.3.	3.1.
Keinoja omaan hyvinvointiin	Kalajoki, Hotel Sani	to 8.2., ma19.3., to 5.4., to 3.5. ja to 7.6. klo12–15.	3.1.
Keinoja omaan hyvinvointiin	Kristiinankaupunki, Kulttuuritalo Dux	16.–18.2., 7.5.	8.1.
Hyvän elämän eväät	Inkoo, Wilhelmsdal	20.2., 20.3., 17.4., 22.5., 19.6.	12.1.
Aktiivisena arjessa (+läheinen)	Helsinki, +Aksoni	26.2., 26.3., 28.5., 20.8., 17.9.	12.1.
Kehon ja mielen voimavarat	Kuhmo Hyvinvointi Sampo	1. jakso ke 21–22.2 ja 2. jakso to 20.–21.9.	26.1.
Kehon ja mielen voimavarat	Forssa, Kutomon Fysioterapia	ti 6.3.–24.4. klo 17–19	31.1.
Kehon ja mielen voimavarat	Seinäjoki, keskussairaala Y-talo	8.3.–17.5. klo 17.30–19	31.1.
Liike lääkkeenä kipuun	Huittinen, Fysikaalinen hoitolaitos Ella Tuori	keskiviikkoisin 7.3.–25.4. klo 17–19	31.1.
Parikurssi	Siilinjärvi, Kylpylähotelli Kunnanpaikka	pe-su 16.3.–18.3.	3.2.
Pitkää ikää, hyviä vuosia	Vantaa, Myyrinki	13.3., 27.3., 10.4., 24.4. ja 29.5.	12.12.