

## Ansioituneita yhdistysaktiiveja palkittiin

**NEUROLIITON LIITTOHALLITUS PÄÄTTI** kokouksessaan 19.2. vuosittaisen Yhdistysaktiivipalkinnon saajista. Palkittavia liittohallitukselle esittivät jäsenyhdistykset sekä Neuroliiton järjestösuunnittelijat. Palkintona myönnettiin 5-ketjun lahjakortti.

Neuroliitto on palkinnut ansioituneita yhdistystoimijoita vuodesta 2011 alkaen. Palkinto myönnetään yksittäiselle henkilölle erityisen aktiivisesta toiminnasta liiton jäsenyhdistyksessä tai sen kerhossa. Lisäksi voidaan myöntää ryhmälle osoitettu Ryhmäaktiivisuuspalkinto.

Neuroliitto kiittää palkittuja heidän järjestötoiminnalle antamastaan arvokkaasta panoksesta.

### TÄNÄ VUONNA PALKINNON SAIVAT

**Tuija Aittakallio**, vuoden Kerho-aktiivi

**Eliina Sievänen**, vuoden Some-aktiivi

**Marja Juusola**, vuoden Vertaistukija

**Nina Merikanto**, vuoden Kokemuskouluttaja

**Henrik Luukkala**, vuoden Liikuntavastaava

**Tiina Logrén**, vuoden Vaikuttaja-aktiivi

**Auli Gröhn**, vuoden Kantava voima

**Riitta Kinnunen**, vuoden Kantava voima

**Jouko Juvani**, vuoden Kantava voima

Ryhmäaktiivipalkinnon sai vertaistukiryhmä

**Ihanat Naiset** Lounais-Suomen neuroyhdistyksestä.



## Neuroliiton tietopäivät

**MS-tautia tai harvinaista neurologista sairautta sairastaville ja läheisille**

**Helsinki** lauantai 13.4.

*Hiljattain MS-diagnoosin saaneille*

**Jyväskylä** lauantai 11.5.

**Kajaani** pe-la 17.-18.5.

*Yhteistyössä Parkinsonliiton kanssa*

**Kotka** torstai 23.5.

*+60-tietopäivä*

**Lisätiedot ja ilmoittautuminen:**

tapahtumat.neuroliitto.fi tai

Anna Hokkanen, Neuroliiton sosionomi,

anna.hokkanen@neuroliitto.fi, p. 040 500 1657

## Liikunnan sponsorituet jaettu vuodelle 2019

### NEUROLIITON LIIKUNNAN SPONSORITUKIEN

**SAAJAT** edustavat monipuolista lajikirjoa: saajien lajeja ovat roller derby, boccia, paintball, pyörätuolitanssi, petanque, keilailu, triathlon, jääkiekko ja ratsastus. Tukea myönnetään MS-tautia tai harvinaista neurologista sairautta sairastavien lajiharjoittelun tukemiseen. Sponsoritukea voivat hakea Neuroliiton jäsenyhdistyksen potilasjäsenet, jotka osallistuvat SM-, PM-, EM- tai MM- ja Paralympia-tason kilpailuihin. Tukea jaettiin yhteensä 2 500 euroa. Katso tuen saajat: neuroliitto.fi/sponsorituki.

### TEEMALUENTO: UUPUMUS

**Aika:** Ke 15.5. klo 17.30–19

**Paikka:** Kulttuuritalo, kokoustila Aino (Sturenkatu 4, Hki) sekä verkossa

**Luennoitsija:** psykologi Elna Okker

**Lisätiedot ja ilmoittautuminen:**

tapahtumat.neuroliitto.fi tai

Anna Hokkanen, Neuroliiton sosionomi,

anna.hokkanen@neuroliitto.fi, p. 040 500 1657

## Sovellettu pesispäivä

**Aika:** Su 9.6. klo 13–17

**Paikka:** Eurajoen liikuntakeskus

Neuroyhdistysten jäsenille ja heidän läheisilleen. Pelataan pesäpalloa leikkimielellä kaikille sopivassa muodossa. Kipsa on avoinna, lapsille pomppulinna. Vapaa pääsy. Pelissä mukana Lounais-Suomen, Rauman seudun ja Satakunnan neuroyhdistykset.



**"KEVÄT ON JO SAAPUNUT POHJOLAAN, JA MINÄ LÄHDIN MUUTTAMAAN KOHTI PESIMIS-SEUTUJANI.**

Mitä reittiä veikkaat minun lentävän pesimäpaikalleni? Muuttoreittiäni voit veikata omilla Facebook-sivuillani. Ja itse lentoa voit seurata ja jännittää kartalta, osoitteesta: luomus.fi/fi/satakunnan-satelliittisaakset. Lentoni piirtyy kartalle muutamana päivänä viiveellä."

Lähikuvan minusta otti **Pihlasalon Hannu** viime vuoden heinäkuussa.



## Helsingin neurokeskuksessa avoimet ovet ti 7.5.

Palvelutalo Merenpisaran ja Neuropisteen avoimissa ovissa kuullaan tiistaina 7.5. terveystieteiden tohtorin Anders Rombergin luento "Viisi näkökulmaa liikuntaan" sekä tutustutaan Helsingin neurokeskukseen. Myös tankotanssin maailmanmestari Oona Kivelä esittelee lajiaan paikan päällä. Tilaisuus on avoin kaikille, tervetuloa!

**Lisätiedot ja ennakoilmoittautuminen:**

tapahtumat.neuroliitto.fi

## Hae syksyn 2019 tuetuille lomille!

**NYT ON VIELÄ HAKUAIKAA JÄLELLÄ** MTLH:n (Maa-seudun Terveys- ja Lomahuolto) ja Neuroliiton yhteistyössä toteutettaville tuetuille lomille, jotka on suunnattu aikuisille.

Lomat rahoitetaan STEA:n tuella, ja ne myönnetään taloudellisiin, terveydellisiin ja/tai sosiaalisiin perusteisiin. Päätöksen tuetun loman myöntämisestä tekee MTLH. Loman omavastuuosuus on 20 euroa/vrk/hlö (alle 17-vuotialta ei veloiteta omavastuuosuutta). Lomilla on täysihoidto.

Hakemuksen löydät osoitteista **neuroliitto.fi/tuetut\_lomat** ja **mtlh.fi**. Hakemuksen voi tilata myös postitse Mtlh:n lomasihteeriltä, puh. 010 2193 460 tai Neuroliitosta, Sirpa Vuorenmäe-Hiltonilta, puh. 0400 976 742, jolta

voit pyytää tarvittaessa apua lomakkeen täyttämässä. Molemmista numeroista saat myös lisätietoja lomien sisällöstä.

**Huom!** Puutteellisesti täytettyjä hakemuksia ei käsitellä.

PAIKKA	AIKA	KENELLE	HAKU PÄÄTTY
Rokua kylpylä-hotelli	8.-13.9.19	omatoimiset aikuiset	8.6.19
Härmän kylpylä	22.-27.9.19	apua tarvitsevat aikuiset	22.6.19

## Katso Youtubessa

Luento henkilökohtaisen budjetin mahdollisuuksista järjestettiin maaliskuussa ja on nyt katsottavissa tallenteena.

Videon löydät osoitteesta [youtube.com/c/neuroliittory](https://www.youtube.com/c/neuroliittory)



## Kevät ja kesä täynnä kursseja!

Katso lisää kurssivaihtoehtoja: [kuntoutukseen.fi](http://kuntoutukseen.fi).

**NEUROLIITON TULEVIA KURSSEJA** MS-tautia tai harvinaista neurologista sairautta sairastaville. Lisätietoa kursseista sekä hakuohjeet löydät osoitteesta [kuntoutukseen.fi/kuntoutuskurssit](http://kuntoutukseen.fi/kuntoutuskurssit). Meidät löydät myös Instagramista, @neuroliitto!

Avomuotoiset kuntoutuskurssit (Kela)		
Paikkakunta	Aika	Paikka
Helsinki (70195)	8.8.–5.12.19	Neuropiste Helsinki
Tampere (70227)	8.8.–5.12.19	Neuroliiton toimipiste

**KELAN KUNTOUTUSKURSSIT** on tarkoitettu vain MS-tautia sairastaville. Haku Kelan lomakkeella KU132 tai KU102. Liitteeksi tarvitset lääkärin B-lausunnon tai kuntoutussuunnitelman. Lisätietoja avomuotoisista kuntoutuskursseista: [annika.ingves@neuroliitto.fi](mailto:annika.ingves@neuroliitto.fi) tai p. 0400 231 898.

### Sopeutumisvalmennuskurssit, joilla yövytään (omavastuu)

Kurssi	Aika	Paikka	Haku päätty
Tahdolla ja taidolla -parikurssi	pe-su 17.–19.5. & to-su 5.–8.9.19	Rovaniemi, Santasport Lapin Urheiluo- piste	12.4.19
Uskalla, kokeile – löydä uusi luonto-harrastus	ma-pe 3.–7.6.19	Masku, Maskun neurologinen kuntoutus- keskus	3.5.19
Perhekurssi luonnon keskellä	ma-pe 10.–14.6.19	Tammela, Urheiluo- piste Eerikkilä	10.5.19
Pitkää ikää, hyviä vuosia	ma-pe 24.–28.6.19	Masku, Maskun neurologinen kuntoutus- keskus	16.5.19
KokoNainen	ma-pe 29.7.–2.8.19	Masku, Maskun neurologinen kuntoutus- keskus	17.6.19
Luonto ja voimavarat	ma-pe 26.–30.8.19	Tammela, Urheiluo- piste Eerikkilä	26.6.19
Miesten kurssi	ma-pe 26.–30.8.19	Masku, Maskun neurologinen kuntoutus- keskus	26.6.19
Perhekurssi, pienten lasten perheille	ma-pe 9.–13.9.19	Kauhava, Härmän Kylpylä	9.8.19

Avomuotoiset sopeutumisvalmennuskurssit (maksuton)			
Kurssi	Aika	Paikka	Haku päätty
Kehon ja mie- len voimavarat	ma-ti 20.–21.5. & ti-ke 20.–21.8.19	Kotka, paikka tarkentuu myöh.	12.4.19
Voimavaroja hyvinvointiin	pe-su 16.–18.8.19	Kokkola, Ori- ginal Sokos Hotel Kaarle	18.6.19
Luonto ja voimavarat	joka toinen ke 14.8.–9.10. klo 16–19	Imatra, Fysios	26.6.19
Fatiikki ja toimiva arki	tiistaisin 3.9.–22.10.19 klo 17–19	Helsinki, Aivovamma- liiton toimisto	4.8.19
Luonto ja voimavarat	ma 19.8., 2.9., 16.9., 30.9., 7.10. klo 16–19	Lohja, Lohjan pääkirjaston kokoushuone	4.8.19
Työn ja opiskelun pyörteisissä	ti 27.8., 24.9., 29.10., 19.11., 3.12.19 klo 16–18	verkko	6.8.19
Pitkää ikää, hyviä vuosia	to 12.9., 10.10., 7.11., 28.11., 12.12.19 klo 12–15	Pudasjärvi, paikka tarkentuu myöh.	9.8.19
Kehon ja mie- len voimavarat	keskiviikkoisin 11.9.–30.10.19 klo 14–16	Uusikaupunki, Liikunta ja hyvinvointi Oy Elleni, Sorvakan jumppasali	11.8.19
Keinoja omaan hyvinvointiin	keskiviikkoisin 11.9.–30.10.19 klo 17–19	Kankaanpää, Kuntoutus- keskus Kankaanpää	11.8.19
Kehon ja mie- len voimavarat	ke-to 25.–26.9. & ke 4.12.19	Liekka, Yrjöläinen Kotiseutu- talo	21.8.19

**SOPEUTUMISVALMENNUSKURSSEILLE** haetaan osoitteessa [kuntoutukseen.fi/haku](http://kuntoutukseen.fi/haku) tai pyytämällä paperinen hakemus [tarja.toivanen@neuroliitto.fi](mailto:tarja.toivanen@neuroliitto.fi) tai p. 040 734 2782 / Sanna Marjamäki. Kurssilla, jossa yövytään, on omavastuu hinta 12 €/vrk/hlö (alle 18 v. maksutta). Avomuotoiset kurssit ovat maksuttomia.

Katso myös kymmenen järjestön yhteistyössä kehittämät verkkokurssit, joille osallistuu ihmisiä yli järjestö- ja diagnoosirajojen: [etasope.fi/kurssit](http://etasope.fi/kurssit)

## Maskun neurologinen kuntoutuskeskus



IKÄ EI OLE ESTE KUNTOUTUKSELLE

### Voiko kuntoutusta saada 65-vuotta täytettyään?

**MONI LUULEE, ETTÄ KUNTOUTUSTA EI SAA ENÄÄ YLI 65-VUOTIAANA**, jonka vuoksi kuntoutukseen hakeminen jää, vaikka siihen olisi mahdollisuuksia. Kela myöntää harkinnanvaraista kuntoutusta, mikäli kuntoutus on tarpeen toimintakyvyn kannalta ja kuntoutusjakson tavoite, tarve ja hyödyt ovat perusteltavissa.

Harkinnanvaraisen kuntoutuksen myöntämiselle ei ole ikärajaa. Kuntoutusta voi saada yli 65-vuotias siinä missä nuorempikin. Yksilökuntoutusjakso tarjoaa ainutlaatuisen mahdollisuuden keskittyä omaan itseensä sekä omiin tarpeisiinsa. Kysy kuntoutusmahdollisuuksistasi kuntoutus-  
sihteereiltä: 040 133 7010 tai [mnk-kuntoutustoimisto@neuroliitto.fi](mailto:mnk-kuntoutustoimisto@neuroliitto.fi)

”En tiennyt, että kuntoutus olisi niin kokonaisvaltaista. Osaajia oli todella monelta osa-alueelta.”

– palaute harkinnanvaraiselta yksilökuntoutusjaksolta

Maailman MS-päivänä tehdään näkymättömiä oireita näkyviksi. Neuroliiton oma kuntoutuskeskus on erikoistunut MS-tautiin ja muihin neurologisiin sairauksiin liittyviin näkymättömiin haittoihin. Siksi järjestämme Maailman MS-päivän hengessä luennon näkymättömien haittojen kuntoutuksesta. Luentoa voi seurata myös kotikoneelta. Lisätiedot: [kuntoutuskeskus.fi/ms-paiva2019](http://kuntoutuskeskus.fi/ms-paiva2019)

SEURAA LUENTOA MS-PÄIVÄNÄ!



Olen työskennellyt kuntoutusosiaalityöntekijänä Maskun neurologisessa kuntoutuskeskuksessa vuodesta 2013 alkaen. Työnkuvaani kuuluu kuntoutujien yksilöllisiä tapaamisia, ryhmien vetämistä, luentoja sekä moniammatillinen yhteistyö kuntoutuskeskuksessa sekä kuntoutujan verkoston kanssa. Työssäni ohjaan kuntoutujia sosiaaliturvaan ja palveluihin liittyvissä ajankohtaisissa kysymyksissä.

On innostavaa olla avuksi kuntoutujille ja etsiä työ- ja toimintakykyä tukevia ratkaisuja yhdessä sekä oppia uutta. Hyvä päivä pitää sisällään antoisia kohtaamisia kuntoutujien sekä kollegojen kanssa. Työ on erittäin monipuolista ja pidän siitä. Ilahdun tietysti palautteesta, jossa kuntoutuja kuvaa saaneensa avun yhdessä pohittamalla kysymykseen.

Tuulia Barck, kuntoutusosiaalityöntekijä