



Vessapassi – uusi etu Neuroliiton jäsenille

VESSAPASSIN TARKOITUKSENA on helpottaa mahdollisuutta päästä välittömästi lähimpään vessaan.

Vessapassilla pääsee esimerkiksi inva-WC:hen, henkilökunnan WC:hen tai maksulliseen yleisö-WC:hen, johon Vessapassin haltijan tulisi päästä ilmaiseksi.

Vessapassin avulla halutaan laajentaa sairastavan elinpiiriä ja parantaa heidän elämänlaatuaan. Vessapassi-tarra yleisessä vessassa voi toimia myös viestinä muille vessankäyttäjille siitä, että korttia näyttävällä henkilöllä on nopeaa WC:hen pääsyä edellyttävä sairaus.

Vessapassit postitetaan jäsenille huhtikuun jäsenmaksukirjeiden yhteydessä. Vessapassiin on yhdistetty Neuroliiton

diagnosikortti, joka löytyy kortin kääntöpuolelta.

Vessapassi on käytössä myös Crohn ja Colitis ry:n, Endometriosisyhdistys ry:n ja Colores ry:n jäsenillä, ja on Crohn ja Colitis ry:n rekisteröimä tavamerkki.

Järjestöjen tavoitteena on saada Vessapassi käyttöön yrityksissä ympäri maata. Yritykset kertovat osallisuudestaan "Meillä käy Vessapassi"-tarroilla, joka kertoo, että vessapassin haltija on tervetullut.

f Seuraa Facebookissa!
fb.com/vessapassi

Tarkista lähin Vessapassi-paikka:
www.erimeno.fi

Tietopäiviltä tukea pidempään sairastaneelle ja vastasairastuneelle

OLETKO SAIRASTANUT MS-TAUTIA TAI HARVINAISTA NEUROLOGISTA SAIRAUTTA JO PIDEMPÄÄN?

Neuroliitto järjestää pidempään sairastaneille tietopäivän Porissa Hotelli Scandicin tiloissa **14. huhtikuuta**.

Tietopäivä tarjoaa tietoa ja mahdollisuuksia löytää keinoja oman toimintakyvyn ylläpitämiseksi. Asiantuntijapuheenvuorot johdattavat päivän teemoihin ja keskustelujen kautta on mahdollisuus kokemusten jakamiseen. Tilaisuudessa on puhumassa mm. Neuroliiton kuntoutusjohtaja, neurologian dosentti **Juhani Ruutiainen**. Lisäksi tarjolla on tietoa ravitsemuksen merkityksestä, sosiaaliturvasta ja kuntoutuksesta.

Molempiin tietopäiviin voi ilmoittautua Neuroliiton tapahtumakalenterin kautta netissä, tapahtumat.neuroliitto.fi. Lisätietoja Neuroliiton sosionomi Anna Hokkaselta joko sähköpostilla anna.hokkanen@neuroliitto.fi tai puhelimitse puh. 040 500 1657. Tietopäiviin ovat tervetulleita myös läheiset ja avustajat. Tilaisuudet ovat maksuttomia ja niissä on tarjolla lounas sekä iltapäiväkahvi.

OLETKO SAANUT MS-DIAGNOOSIN ALLE VUOSI SITTEN?

Neuroliitto järjestää huhtikuussa tietopäivän sinulle. Tietopäivässä on mahdollisuus kuulla asiantuntijoiden puheenvuoroja sairautteen sopeutumiseen, ravitsemukseen ja itsehoitoon liittyen. Lisäksi kuulet kokemuspöytäpuheen ja voit jakaa kokemuksia toisten kanssa.

Vastasairastuneen tietopäivät järjestetään Helsingissä Avokuntoutus Aksonin tiloissa **28. huhtikuuta**. Tilaisuuden ilmoittautumiset 18.4 mennessä.

Hae tuetuille lomille

NEUROLIITON JÄSENISTÖLLE ON TARJOLLA täksi vuodeksi lomajaksoja eri puolilla Suomea.

Lomat toteutetaan STEA:n tuella yhteistyössä Maa-seudun Terveys- ja Lomahuolto ry:n kanssa. Tuetut lomat tarjoavat virkistymämahdollisuuksia niille, jotka eivät voi sairauden, taloudellisten tai sosiaalisten syiden vuoksi käyttää palveluja sellaisenaan.

Sähköisen lomatukihakemuksen löydät osoitteista www.neuroliitto.fi/tuetut-lomat ja www.mtlh.fi. Voit myös tilata hakemuksen postitse Mtlh:n lomasihteeriltä, p. 010 2193 460 tai Neuroliitosta, Sirpa Vuorenmaa-Hiltonilta, p. 0400 976 742.

PAIKKA	AJAN-KOHTA 2018	MUUTA	HAKU PÄÄTTY
Hotelli Ylläsrinne	9.–14.9.	omatoimiset aikuiset	9.6.2018
Kruunupuisto, Punkaharju	17.–22.9.	apua tarvitsevat aikuiset	17.6.2018
Ruissalon kylpylä, Turku	30.9.–5.10.	omaishoitaja ja hoidettava	30.6.2018

Virtaa opiskeluun -verkkokurssi syksyllä

KURSSI ON TARKOITETTU ALLE 30-VUOTIAILLE

MS-tautia tai harvinaista neurologista sairautta sairastaville opiskelijoille, joilla on sairaudesta johtuvia haasteita opiskelujen suhteen. Kurssi alkaa yhteisellä tapaamisella Tampereella la 8.9. ja jatkuu verkossa tiistaisin 11.9., 18.9., 25.9., 2.10., 9.10, 23.10., 30.10. ja 6.11. klo 17–19. Loppu-tapaaminen la 17.11. Paikka sovitaan yhdessä!

Kurssilla käsitellään mm. fatiikkia ja jaksamista, ajan hallintaa, omia vahvuuksia, keinoja selvittää opinnoista sekä työllistymistä opintojen jälkeen. Kurssilla on mukana kuntoutussuunnittelija, työelämäasiantuntija ja psykologi.

Kurssi on maksuton. Tapaamisten matkakulut korvataan edullisimman matkustustavan mukaan. Mukaan mahtuu kahdeksan opiskelijaa.

Lisätietoja: Kuntoutussuunnittelija Sanna Marjamäki sanna.marjamaki@neuroliitto.fi p. 040 7342 782 ja työelämäasiantuntija Marju Teinikivi marju.teinikivi@neuroliitto.fi p. 0400 813 784

Haku: osoitteessa avokuntoutus.fi/hakeminen viimeistään 13.8.

Kiinnostaisiko vertaistukijana toimiminen?

PERUSKOULUTUS 5.–6.5. HELSINKI

Oletko sairastavan läheinen, nuori MS-tautiin sairastunut tai sairastava mies? Lisäksi tiettyihin harvinaisryhmiin kuuluvia vertaistukijoita kaivattaisiin, kysy lisätietoja! Mikäli koet, että sopisit vertaistukijaksi, hae vertaistukijan peruskoulutukseen. Vinkkaathan mahdollisuudesta myös eteenpäin! Vertaistuki toteutuu vapaaehtoistoimintana pääsääntöisesti puhelimitse ja sähköpostilla.

Lisätietoja ja hakulomakkeet:

Ismo Linnus, ismo.linnus@neuroliitto.fi, p. 0400 976 741

Tervetuloa Helsingin avoimiin oviin 17.5.

HELSINGIN NEUROKESKUKSEN AVOIMET OVET

järjestetään torstaina 17.5.2018 klo 13–17. Ohjelmassa on muun muassa Helsingin Uniklinikan tutkimusjohtajan, professori **Markku Partisen** luento Aivot ja uni (klo 14–15). Tule tutustumaan, tilaisuus on avoin kaikille. Tutustumiskierrokset järjestetään klo 13 ja 16.

Työelämä-asiantuntijalta ohjausta ja neuvontaa

Työllisyyspalvelujen erikoissuunnittelijan nimike muuttui maaliskuun alusta työelämäasiantuntijaksi, minkä toivotaan selkeyttävän tehtävää asiakkaiden suuntaan.

Neuroliiton työelämäasiantuntija antaa entiseen tapaan ohjausta ja neuvontaa erilaisiin työelämän tilanteisiin, joissa sairaus asettaa haasteita.

Parhaiten työelämäasiantuntijan tavoittaa maanantaisin ja perjantaisin p. 0400 813 784 tai marju.teinikivi@neuroliitto.fi



NEUROLIITON TULEVIA KURSSEJA MS-TAUTIA TAI HARVINAISTA NEUROLOGISTA SAIRAUTTA SAIRASTAVILLE.

Lue lisää kursseista ja hakutiedoista nettisivuilta www.avokuntoutus.fi/kurssit sekä www.kuntoutuskeskus.fi/ms-kurssit.

Avomuotoiset kuntoutuskurssit (Kela)		
Paikkakunta	Aika 2018	Paikka
Helsinki (65503)	9.8.–29.11.	Helsinki, Arabia
Lahti (65508)	8.8.–5.12.	Wanhaherra
Oulu (65509)	15.8.–19.12.	Kumppanuuskeskus
Masku (65507)	12.9.–28.11. ja 6.2.–6.3.19.	Maskun neurologian kuntoutuskeskus

Sopeutumisvalmennuskurssit (omavastuu)			
Kurssi	Paikka	Aika	Haku päättyy
Fatiikki	Mikkeli, Kyyhkylän kartano	14.–18.5.	13.4. 2018
Luonto ja voimavarat	Rokua Health & Spa Hotel	28.5.–1.6.	19.4. 2018
Puhumalla paras, perhekurssi (kouluikäiset)	Rokua Health & Spa Hotel	11.–15.6.	4.5. 2018
Luonto ja voimavarat avokurssi	Porvoo, Neuropoint	joka toinen keskiviikko 8.8.–3.10. klo 16–19	3.7. 2018
Luonto ja voimavarat, parikurssi	Suomussalmi, Hossa	27.–31.8.	20.6. 2018
Perhekurssi (pienet lapset)	Laukaa, Kylpylähotelli Peurunka	20.–23.9.	8.8. 2018
Parikurssi	Mikkeli, Kyyhkylän kartano	28.–30.9. ja 2.–5.11.	16.8. 2018
Tietoisena ja tarkkana	Maskun neurologinen kuntoutuskeskus	1.–5.10.	31.8. 2018
Kehon ja mielen voimavarat	Laukaa, Kylpylähotelli Peurunka	8.–12.10.	31.8. 2018

Avomuotoiset teemakurssit (maksuton)			
Kurssi	Paikka	Aika 2018	Haku päättyy
Kehon ja mielen voimavarat	Lappeenranta, Fysios	tiistaisin 8.–29.5. ja 15.8.–5.9.	8.4. 2018
Kehon ja mielen voimavarat	Kouvola, Käpylän palvelukeskus	tiistaisin 8.–29.5. ja 4.–25.9.	8.4. 2018
Aktiivisena arjessa	Turku, Lounatuulet yhteisötila	5/18–1/19 noin kerran kuussa	12.4. 2018
Otetta elämään -voimavarakurssi	Inari, Nuorisokeskus Vasatokka	15.–17.5.	13.4. 2018
Parikurssi	Turku, Lounais-Suomen neuroyhdistys	4.–6.6.	4.5. 2018
Otetta elämään -voimavarakurssi	Kurikka, Intola	joka toinen to 30.8.–22.11. + 13.12.	6.8. 2018
Parkurssen, Med stark vilja och färdighet	Turku, Lounais-Suomen neuroyhdistys	7.–9.9.	7.8. 2018
Tekevät kädet, toimiva mieli	Iisalmi, Ilvolanpirtti	20.9.–15.11. (joka toinen to klo 12–16)	10.8. 2018
Virtaa opiskeluun, verkkokurssi	Tampere	8.9.–17.11. sis. 2 lähipäivää	13.8. 2018
Aktiivisena arjessa	Tampere, Neuroliiton toimipiste	9/18–2/19 kerran kuussa	31.8. 2018

AVOMUOTOISET KUNTOUTUSKURSSIT on tarkoitettu vain MS-tautia sairastaville ja niille haetaan Kelan lomakkeella KU132 tai KU102. Lisäksi tarvitset lääkärin B-lausunnon kuntoutustarpeesta. Lisätietoja: annika.ingves@neuroliitto.fi tai p. 0400 231 898. Kysy Maskussa toteutettavasta kurssista: mnk-kuntoutustoimisto@neuroliitto.fi tai p. 040 133 7010.

TEEMA- JA SOPEUTUMISVALMENNUSKURSSEILLE haetaan sähköisellä lomakkeella www.avokuntoutus.fi/hakeminen tai pyytämällä paperinen hakemus: tarja.toivanen@neuroliitto.fi tai Sanna Marjamäeltä p. 040 734 2782. Omavastuu sopeutumisvalmennuskursseilta on yli 18-vuotiailta 12€/vrk/hlö, avomuotoiset teemakurssit ovat maksuttomia.

Maskun neurologinen kuntoutuskeskus



Käy tutustumassa uudistettuihin nettisivuihin!

KUNTOUTUSKESKUS ON SAANUT UUDET NYKYAIKAISTETUT NETTISIVUT. Uusilla sivuilla on panostettu ennen kaikkea käyttäjäystävällisyyteen yksinkertaistetulla valikkorakenteella. Ne myös mukautuvat nyt automaattisesti käytettävän laitteen mukaan.

Sivuilla esitellään moniammatillisen osaamisen ja kuntoutuspalvelujemme lisäksi henkilökuntaamme ja vapaaajan mahdollisuuksia sekä kerrotaan asiakaskokemuksia. Tutustu osoitteessa: **kuntoutuskeskus.fi**

Lisäksi olemme keränneet oleellista tietoa sopivasta kuntoutusmuodosta, hakuohjeista, kuntoutukseen val-

mistautumisesta ja kuntoutusjaksolla olemisesta kätevästi yhteen paikkaan. Löydät kootut tiedot täältä: **kuntoutuskeskus.fi/tietoa-pahkinankuoressa**

VARSINAIS-SUOMEN, SATAKUNNAN TAI VAASAN SAIRAAHOITOPIIRISSÄ ASUVA MS-tautia sairastava, hae avomuotoiselle kuntoutuskurssille! Kurssi toteutetaan kuntoutuskeskuksessa keskiviikkoinen (6–7 h/pv) välillä 12.9.–28.11.2018 ja 6.2.–6.3.2019. Kurssiin sisältyy myös kotikäynti. Toimita hakemus yhdessä lääkärin suosituksen kanssa Kelaan.



Olen työskennellyt Maskun neurokeskuksessa fysioterapeuttina kevästä 2001. Työviikkoni koostuvat yksilöllisestä fysioterapiasta, ryhmien ohjaamisesta, keskusteluryhmistä sekä moniammatillisesta yhteistyöstä mukavien työkavereiden kanssa. Olen koulutautunut mm. Bobath-terapeutiksi, mikä antaa hyviä työkaluja halvausoireiston kuntouttamiseen.

Työssäni parasta on moniammatillisuus ja kuntoutujalähtöisyys. Saan tavata erilaisia ihmisiä, auttaa heitä ja oppia uutta. Onnistunut työpäivä koostuu sopivassa suhteessa työntöistä ja mahdollisuudesta vaihtaa ajatuksia kollegojen kanssa – kruununa tietysti keittiöväen maittavat sapuskat. Ilahdun positiivisesta palautteesta ja kun huomaan onnistuneeni auttamaan kuntoutujaa eteenpäin jossakin asiassa.

Mia Kilkki, fysioterapeutti