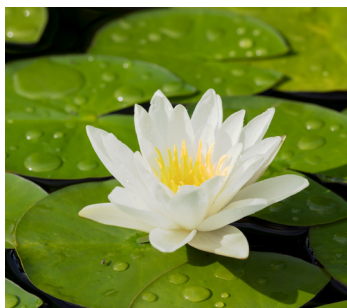
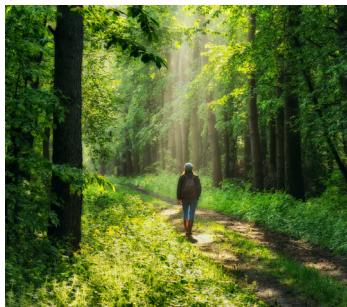




VUOSI 2021

**Tietoa, tukea ja toivoa
syöpää sairastaville
ja heidän läheisilleen**



Hae mukaan

KURSSILLE

Meri-Karinan hyvinvointikeskukseen

KURSSIT MERI-KARINASSA

MITÄ KURSSIT OVAT?

Lounais-Suomen Syöpäyhdistys järjestää kursseja kaikenikäisille syöpää sairastaville ja heidän läheisilleen. Kurssit tarjoavat vertaistukea, tietoa syöpäsairaudesta ja sen hoidosta sekä tukea työssä ja arjessa jaksamiseen. Kurssit on tarkoitettu joko tiettyä syöpää sairastaville tai kaikille syöpäsairaille syöpäsairaudesta riippumatta. Kurssuja järjestetään yksilö-, pari- ja perhekurssina. Osa perhekurssista on tarkoitettu perheille, joissa on syöpää sairastava aikuinen ja osa perheille, joissa on syöpää sairastava lapsi. Läheisensä syöpään menettäneille järjestetään oma kurssinsa. Kaikki kurssit ovat maksuttomia ja valtakunnallisia.

MITÄ KURSSEILLA TEHDÄÄN?

Kursseja ohjaavat terveydenhuollon ammattilaiset, kuten sosionomi, psykologi, sairaanhoitaja, fysio- ja ravitsemusterapeutti sekä syöpätauteihin erikoistuneet lääkärit. Kursseihin sisältyy muun muassa yksilö- ja ryhmäkeskusteluja, asiantuntijaluentoja, kyselytunteja sekä toiminnallisia menetelmiä. Kursseilla muun muassa annetaan terveysneuvontaa sekä syvennetään syöpäsairauteen ja sen hoidon vaikutuksiin liittyvää tietoa sekä tuetaan syöpäsairauden jälkeistä arkeen paluuta tarjoamalla fyysistä ja henkistä tukea. Kurssit tarjoavat myös vertaistukea. Lisäksi kurseilla on vapaa-ajan ohjelmaa. Kurssikohtaiset kuvaukset löydät osoitteesta www.lounais-suomensyopayhdistys.fi.

MISSÄ KURSSIT JÄRJESTETÄÄN?

Kurssit järjestetään Turun Hirvensalossa sijaitsevassa Meri-Karinan hyvinvointikeskuksessa. Suurin osa kursseista järjestetään pääsääntöisesti viiden vuorokauden mittaisina jaksoina. Kuntoutujat ja kursseille mahdollisesti osallistuva puoliso, läheinen tai koko perhe majoittuvat hyvinvointikeskuksessa täysiyläpidolla. Hyvinvointikeskus sijaitsee meren äärellä, kauniin luonnon keskellä. Turun keskusta sekä rautatie- ja linja-autoasema ovat hyvien kulkuyhteyksien päässä. Aivan keskuksen vieressä on runsaasti maksuttomia pysäköintipaikkoja.

KUINKA KURSSEILLE HAETAAN?

Kursseille voi hakea, kun syöpään sairastumisesta on kulunut aikaa vähintään puoli vuotta tai jos sairastut uuteen syöpään. Kursseille haetaan tietyillä hakulomakkeilla. Tarkemmat hakuohjeet kerrotaan jäljempänä tässä esitteessä. Muutokset kurssi- ja aikatauluun ovat mahdollisia. Seuraa päivittyviä tietoja osoitteessa www.lounais-suomensyopayhdistys.fi. Lisätietoja kursseista saat myös soittamalla numeroon 02 2657 610 tai lähettämällä viestiä osoitteeseen kurssi@lssy.fi.



KELAN KURSSIT

PARIKURSSIT AIKUISILLE

ETURAUHASSYÖPÄÄ SAIRASTAVAT

Parikurssi 8.-12.11. (Kela nro 82446)

RINTASYÖPÄÄ SAIRASTAVAT

Parikurssi alle 68-vuotiaille 23.-27.8. (Kela nro 82474)

Parikurssi alle 68-vuotiaille 6.-10.12. (Kela nro 82475)

Parikurssi yli 68-vuotiaille 25.-29.10. (Kela nro 82477)

HEMATOLOGISTA SYÖPÄÄ SAIRASTAVAT

Parikurssi 30.8.-3.9. (Kela nro 82459)

Parikurssi 1.-5.11. (Kela nro 82460)

RUOANSULATUSKANAVAN SYÖPÄÄ SAIRASTAVAT

Parikurssi 22.-26.11. (Kela nro 82469)

KAIKKI SYÖPÄÄ SAIRASTAVAT

Parikurssi yli 68-vuotiaille 13.-17.9. (Kela nro 82532)

Parikurssi alle 50-vuotiaille 29.11.-3.12. (Kela nro 82529)

HAKEMINEN KELAN KURSSILLE

Täytä Kelan hakemuslomake KU132. Liitä hakemukseen alle vuoden vanha B-lääkärintlausunto tai vastaavat tiedot sisältävä muu lääketieteellinen selvitys. Palauta hakemuslomake liitteineen Kelaan.

Lomakkeita on saatavilla Kelan verkkosivulta, Kelan toimipisteistä, syöpäyhdistyksen toimipisteestä sekä osoitteesta www.lounais-suomensyopayhdistys.fi.

Haku Kelan kursseille on käynnissä niin kauan kuin paikkoja on jäljellä. Voit katsoa Kelan kurssinumeron perusteella Kelan verkkosivulta, onko kurssilla tilaa. Mahdollisia peruutuspaikkoja voi tiedustella Kelalta.

VEIKKAUKSEN TUKEMAT KURSSIT

YKSILÖ- JA PARIKURSSIT AIKUISILLE

GYNEKOLOGISTA SYÖPÄÄ SAIRASTAVAT

Yksilökurssi 4.-8.10.

KAIKKI SYÖPÄÄ SAIRASTAVAT

Voimavarakurssi

Parikurssi parantumaton syöpä sairastaville 6.-10.12.

KURSSI NUORILLE AIKUISILLE

Yksilökurssi 18-40-vuotiaille 13.-17.9.
Lisäksi verkkotapaaminen 1.9. ja 7.10.

KURSSI LÄHEISENSÄ MENETTÄNEILLE

Vertaistuesta voimaa suruun

Perhekurssi läheisensä syöpäkuoleman kokeneille leskille ja lapsille 19.-21.11.

HAKEMINEN VEIKKAUKSEN TUKEMALLE KURSSILLE

Täytä hakemuslomake nimeltä "Hakemus syöpään sairastuneiden kurssille". Palauta lomake postitse osoitteella Meri-Karinan hyvinvointikeskus / kurssitoimisto, Seiskarinkatu 35, 20900 Turku. Läheisensä menettäneille tarkoitetulle kurssille haettaessa käytetään lomaketta nimeltä "Hakemus surukurssille".

Hakemuslomakkeita on saatavilla syöpäyhdistyksen toimipisteestä sekä osoitteesta www.lounais-suomensyopayhdistys.fi. Hakuaika kurssille päättyy kuukautta ennen kurssin alkamista.



LASTEN TUNNETAITORYHMÄ

Lounais-Suomen Syöpäyhdistys järjestää maksuttoman tunnetaitoryhmän, jossa harjoitellaan erilaisia tunnetaitoja kivojen harjoitusten avulla. Ryhmässä muun muassa opetellaan tunnistamaan erilaisia tunteita sekä harjoitellaan, kuinka niitä voi säädellä, käsitellä ja ilmaista.

Tunnetaitoryhmä on tarkoitettu lapsille, joiden perhettä on kohdannut syöpä. Tavoitteena on, että lapsi oppii ymmärtämään tunteitaan ja hänen taitonsa vaikuttaa omaan oloonsa kehittyvät. Tavoitteena myös on, että lapsi uskaltaa ilmaista tunteitaan aikaisempaa rohkeammin ja hän huomioi muiden tunteet aikaisempaa paremmin.

Ryhmässä lapset harjoittelevat tunteiden tunnistamista, säätelemistä, käsittelemistä, sietämistä, ilmaisemista ja omaa voimaantumista erilaisten harjoitusten avulla yhdessä koulutetun tunnetaito-ohjaajan kanssa.

LISÄTIETOJA TUNNETAITORYHMÄSTÄ

Lasten ja nuorten tunnetaito-ohjaaja Pia Ilves
044 451 5655, pia.ilves@lssy.fi

RYHMÄ 4-6-VUOTIAILLE LAPSILLE

**Lasten vanhempi sairastaa syöpää
tai on sairastanut syövän**

Kokoontuminen torstaisin 28.10.-16.12. klo 17.30-19.00.

Hakuaika päättyy 28.9.

Ryhmä kokoontuu Meri-Karinan hyvinvointikeskuksessa kahdeksan kertaa. Ryhmä on Veikkauksen tukema.

HAKEMINEN TUNNETAITORYHMÄÄN

Täytä sähköinen lomake osoitteessa
www.lounais-suomensyopayhdistys.fi.

LOUNAIS-SUOMEN SYÖPÄYHDISTYS

Meri-Karinan hyvinvointikeskus
Seiskarinkatu 35, 20900 Turku
www.lounais-suomensyopayhdistys.fi

Kurssitoimisto

02 2657 610, kurssi@lssy.fi

Perhetyön asiantuntija ja
lasten tunnetaito-ohjaaja Pia Ilves
044 451 5655, pia.ilves@lssy.fi

Twitter: [@lssyopajarjesto](https://twitter.com/lssyopajarjesto)

Instagram: [@lssyopajarjestot](https://www.instagram.com/lssyopajarjestot)

Facebook: Lounaissuomalaiset Syöpäjärjestöt

Kuvat: Adobe Stock