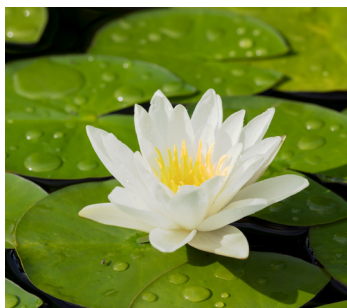
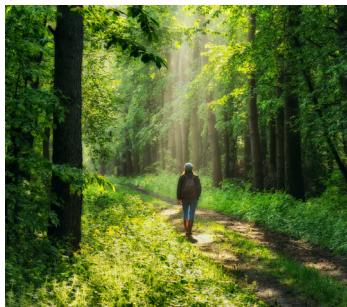




VUOSI 2022

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



Hae mukaan

KURSSILLE

Meri-Karinan hyvinvointikeskukseen

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. Kursseja 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. Kurssiin 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 kursseilla 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 kurssille mahdollisesti osallistuva puoliso, läheinen tai koko perhe majoittuvat hyvinvointikeskuksessa täysiyölläpidolla. 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 kurssiaikatauluun 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 21.-25.2. (Kela nro 83404)

Parikurssi 9.-13.5. (Kela nro 83405)

Parikurssi 24.-28.10. (Kela nro 83406)

RINTASYÖPÄÄ SAIRASTAVAT

Parikurssi alle 68-vuotiaille 14.-18.2. (Kela nro 83430)

Parikurssi alle 68-vuotiaille 23.-27.5. (Kela nro 83431)

Parikurssi alle 68-vuotiaille 12.-16.12. (Kela nro 83432)

Parikurssi yli 68-vuotiaille 29.8.-2.9. (Kela nro 83433)

HEMATOLOGISTA SYÖPÄÄ SAIRASTAVAT

Parikurssi 14.-18.3. (Kela nro 83418)

Parikurssi 30.5.-3.6. (Kela nro 83419)

Parikurssi 10.-14.10. (Kela nro nro 83420)

RUOANSULATUSKANAVAN SYÖPÄÄ SAIRASTAVAT

Parikurssi 21.-25.3. (Kela nro 83424)

Parikurssi 27.6.-1.7. (Kela nro 83425)

Parikurssi 7.-11.11. (Kela nro 83426)

KAIKKI SYÖPÄÄ SAIRASTAVAT

Parikurssi alle 68-vuotiaille 28.2.-4.3. (Kela nro 83455)

Parikurssi yli 68-vuotiaille 2.-6.5. (Kela nro 83456)

Parikurssi alle 50-vuotiaille 12.-16.9. (Kela nro 83454)



Kelan kursseja on lisää seuraavalla sivulla.



KELAN KURSSIT

PERHEKURSSIT PERHEILLE, JOISSA LAPSI SAIRASTAA

KAIKKI SYÖPÄÄ SAIRASTAVAT

Perhekurssi alle 16-vuotiaille 19.-23.6. (Kela nro 83503)

Perhekurssi alle 16-vuotiaille 4.-8.7. (Kela nro 83501)

Perhekurssi alle 16-vuotiaille 11.-15.7. (Kela nro 83502)

HAKEMINEN KELAN KURSSILLE

Täytä Kelan lomake KU132. Liitä hakemukseen alle vuoden vanha lääkärinlausunto B tai vastaavat tiedot sisältävä muu lääketieteellinen selvitys. Lähetä hakemus liitteineen Kelaan postitse tai verkon asiointipalvelu OmaKelassa. Perhekursseille voi hakea myös lomakkeella KU104.

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

Alustava suunnitelma, ajankohdat ja toteutumat ehdolliset



YKSILÖ- JA PARIKURSSIT AIKUISILLE

GYNEKOLOGISTA SYÖPÄÄ SAIRASTAVAT

Yksilökurssi 31.1.-4.2.

KAIKKI SYÖPÄÄ SAIRASTAVAT

Kuvataidepainotteinen kurssi

Yksilökurssi 11.-14.4.

Meren aalloilla - melonnan alkeet tutuiksi ja voimavaraksi

Yksilökurssi 18.-22.7.

Meren aalloilla - melonnan alkeet tutuiksi ja voimavaraksi

Yksilökurssi 1.-5.8.

Liikuntapainotteinen kurssi

Parikurssi 17.-21.1.

Parikurssi 15.-19.8.

Parikurssi 21.-25.11.

Voimavarakurssi

Parikurssi parantumatonta syöpää sairastaville 19.-23.9.

Veikkauksen tukemia kursseja on lisää seuraavalla sivulla.

VEIKKAUKSEN TUKEMAT KURSSIT

Alustava suunnitelma, ajankohdat ja toteutumat ehdolliset



KURSSI NUORILLE AIKUISILLE

Yksilökurssi 18-40-vuotiaille 20.-22.5.
Lisäksi verkkotapaaminen 4.5. ja 29.6.

PERHEKURSSIT PERHEILLE, JOISSA AIKUINEN SAIRASTAA

Perhekurssi kaikille syöpää sairastaville
sekä heidän puolisoilleen ja lapsilleen 13.-17.6.

Perhekurssi levinnyttä rintasyöpää sairastaville
sekä heidän puolisoilleen ja lapsilleen 6.-10.6.

Kurssi järjestetään yhteistyössä Rintasyöpäyhdistys Europa Donnan kanssa

KURSSI LÄHEISENSÄ MENETTÄNEILLE

Vertaistuesta voimaa suruun
Perhekurssi läheisensä syöpäkuoleman
kokeneille leskille ja lapsille 2.-4.12.

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 haettassa käytetään lomaketta nimeltä "Hakemus surukurssille".

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

LASTEN TUNNETAITORYHMÄT

Alustava suunnitelma, ajankohdat ja toteutumat ehdolliset

Lounais-Suomen Syöpäyhdistys järjestää maksuttomia tunnetaitoryhmiä, joissa harjoitellaan erilaisia tunnetaitoja kivojen harjoitusten avulla. Ryhmissä muun muassa opetellaan tunnistamaan erilaisia tunteita sekä harjoitellaan, kuinka niitä voi säädellä, käsitellä ja ilmaista.

Ryhmiä ohjaa Lounais-Suomen Syöpäyhdistyksen koulutettu lasten ja nuorten tunnetaito-ohjaaja Pia Ilves.

Ryhmät kokoontuvat Meri-Karinan hyvinvointikeskukseen. Molemmat ryhmät kokoontuvat kahdeksan kertaa. Ryhmät ovat Veikkauksen tukemia.

Ryhmä alakouluikäisille lapsille, joiden vanhempi sairastaa syöpää

Ryhmään voivat hakea 7-12-vuotiaat lapset. Ryhmään voi osallistua enintään 8 lasta, ja ryhmä muodostetaan sopivan ikäjakauman mukaan.

Kokoontuminen torstaisin 31.3.-19.5.2022 klo 17.30-19.00
Haku aika päättyy 31.2.2022

Ryhmä alakouluikäisille lapsille, joiden sisarus sairastaa syöpää

Ryhmään voivat hakea 7-12-vuotiaat lapset. Ryhmään voi osallistua enintään 8 lasta, ja ryhmä muodostetaan sopivan ikäjakauman mukaan.

Kokoontuminen torstaisin 8.9.-27.10.2022 klo 17.30-19.00
Haku aika päättyy 8.8.2022

HAKEMINEN TUNNETAITORYHMÄÄN

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

LISÄTIETOJA TUNNETAITORYHMISTÄ

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