

Epilepsialiitto ry

KUNTOUTUMISKURSSIT 2020

Lapsille • Nuorille • Perheille





Kursseiltamme saat tietoa, voimavaroja ja rohkeutta

Lapsen tai nuoren epilepsia voi herättää epätietoisuutta, kysymyksiä ja puhumisen tarvetta. Kuntoutuksen ammattilaisten ohjaama, tietoa ja vertaistukea antava perhekurssi tai nuorten kurssi on näitä pohdintoja varten. Kurssimme ovat sopeutumisvalmennusta, joka tukee lapsen, nuoren ja koko perheen hyvinvointia ja pärjäämistä epilepsian kanssa.

Erilaisia kursseja – löydä omasi!

Kurssimme on tarkoitettu niille epilepsiaa sairastaville lapsille ja nuorille sekä heidän perheilleen, jotka eivät kuulu Kelan epilepsiakurssien kohderyhmään. Kela toteuttaa perhekursseja vaikeaa epilepsiaa sairastavien lasten perheille (s. 6).

Järjestämme perhekursseja (s. 3), lasten ja nuorten toiminnallisia kursseja (s. 4) sekä verkkokursseja (s. 5) vanhemmille. Tarjoamme yhdessä muiden järjestöjen kanssa myös perhekursseja yli diagnoosirajojen (Lasso- ja Etäsopeutumisvalmennus-hankkeen kurssit s. 7).

Kurssimme toteutetaan sosiaali- ja terveysministeriön (STM) avustuksella Veikkauksen tuotoista.

Tarkemmat kurssikuvaukset löydät osoitteesta www.epilepsia.fi. Ota meihin yhteyttä, kerromme mielellämme lisää ja autamme kurssille hakemisessa.

Kurssien hakuohjeet löydät tämän esitteen takasivulta

Kurssitiedot ovat alustavia ja varmistuvat alkuvuodesta 2020, kun sosiaali- ja terveysministeriö on vahvistanut avustusesitykset.

PERHEKURSSIMME

Kurssiemme tavoitteena on auttaa koko perhettä selviytymään tilanteessa, jossa lapsen sairastuminen epilepsiaan herättää epävarmuutta ja huolta. Kurssilla perhe saa tietoa epilepsiasta ja siitä, miten sen kanssa voi pärjätä. Lisäksi kurssin ohjelmassa on monipuolisesti liikuntaa, leikkejä ja yhteistä toimintaa. Voit hakea näille kursseille eri puolilta Suomea kurssihakemuksellamme, johon liitetään lääkärin suositus. Tarkemmat hakuohjeet löydät sivulta 8.

Familjekurs för barn med epilepsi 16.5. Härmän kylpylä

Kursen är avsedd för barn som är mellan 1–15 år samt deras föräldrar och syskon. Syftet med kursen är att stärka familjens kunskaper om epilepsi och hjälpa klara sig i vardagen. Kursprogrammet är avgiftsfritt, och ingår lunch och mellanmål. Kursen är finansierad av Veikkaus intäkter och verkställs av Epilepsiförbundet.

Ansökningstiden går ut 16.4. Skriv ut en pappesansökan eller ansökan på webbplatsen www.epilepsia.fi/kuntoutus. Till ansökan fogas läkarutlåtande som rekommenderar kursen.

Lasten perhekurssi 22.–26.6. Hotelli Nuukio, Espoo

Perhekurssi on tarkoitettu alle kouluikäisten ja alakouluikäisten lasten perheille. Kurssin tavoitteena on antaa kaikille perheenjäsenille heidän tarvitsemaansa tietoa, ohjausta ja vertaistukea. Kurssilla lapset miettivät myös omia vahvuuksiaan ja isoksi kasvamista. **Hae kurssille 22.4. mennessä.**

Lasten perhekurssi 27.–31.7. Kylpylä Rauhalampi, Kuopio

Perhekurssi on tarkoitettu alle kouluikäisten ja alakouluikäisten lasten perheille. Kurssin tavoitteena on antaa kaikille perheenjäsenille heidän tarvitsemaansa tietoa, ohjausta ja vertaistukea. Kurssilla lapset miettivät myös omia vahvuuksiaan ja isoksi kasvamista. **Hae kurssille 27.5. mennessä.**

Puhumme lasten kanssa epilepsiasta ja isoksi kasvamisesta

Lasten sopeutumisvalmennuksen tavoitteena on lisätä epilepsiaa sairastavan lapsen ja hänen sisarustensa tietoa epilepsiasta ja vahvistaa heidän itsenäisyytensä ilon ja leikin kautta.

Keskustelemme kursseilla lasten kanssa epilepsiasta ja isoksi kasvamisesta tarinoiden, satujen ja leikin avulla:

- **Minusta tulee isona -kerhossa Villen tarina** johdattelee keskustelemaan epilepsiasta.
- **Aapo ja Emma, ystävyttä ja avaruusoloa -satu** auttaa lasta käsittelemään epilepsiaa ja rohkaisee pohtimaan erilaisuutta ja samanlaisuutta.
- **Hyvien uutisten reissuviikoon** kirjoitetaan lapsen onnistumisia ja vahvuuksia.
- **Paperinukkien ja muiden leikkivälineiden** avulla leikitään lapsen sairaalakokemuksia.
- **Uimaretki-animaatiossa** epilepsiaa pohditaan kavereiden kanssa.

Materiaaleihin voit tutustua myös verkkosivuillamme www.epilepsia.fi.

”Kurssin jälkeen näin lapseni eri valossa. Ei vain epilepsiaa sairastavana lapsena, vaan tulevana peltotyömiehenä, jolla on unelmia ja haaveita.”
– Erään äidin palaute kurssin päätyttyä



LASTEN JA NUORTEN KURSSIMME

Lasten ja nuorten kursseilla elämää katsotaan osallistujien omasta näkökulmasta ja heidän itseluottamustaan vahvistaen. Tiedon ja kokemusten jakamisen lisäksi kursseilla on mukana vahva itsensä haastamisen ja yhdessä tekemisen meininki. Lapset ja nuoret voivat vaikuttaa kurssin sisältöön ja ohjaajat pitävät huolen kurssin ”punaisesta langasta” ja turvallisuudesta. Voit hakea näille kursseille eri puolilta Suomea kurssihakemuksellamme, johon liitetään lääkärin suositus. Tarkemmat hakuohjeet löydät sivulta 8.

Elämän eväät – nuorten toiminnallinen kurssi (1. jakso 22.–24.5. ja 2. jakso 20.–25.7.) Nuorisokeskus Piispala, Kannonkoski

Kurssi on tarkoitettu 15–25-vuotiaille epilepsiaa sairastaville nuorille. Kurssin tavoitteena on rohkaista nuorta tarttumaan epilepsiaan liittyviin haasteisiin, vahvistaa itseluottamusta ja mahdollistaa onnistumisen kokemukset yhdessä toisten osallistujien kanssa. Kurssi on kaksiosainen ja kurssille valitut osallistuvat molempiin jaksoihin.

Hae kurssille 22.3. mennessä.

Lasten seikkailukurssi 13.–18.7. ja perheiden jakso 17.–18.7. Nuorisokeskus Piispala, Kannonkoski

Kurssi on tarkoitettu 9–14-vuotiaille epilepsiaa sairastaville lapsille. Kurssin tavoitteena on antaa lapselle monipuolisen ohjelman ja ryhmätoiminnan avulla pärjäämisen ja kaveruuden kokemuksia. Vanhemmat ja sisarukset osallistuvat kurssin päättävään perheiden jaksoon.

Hae kurssille 13.5. mennessä.



VERKKOKURSSIMME

Pohditko, miten tukea epilepsiaa sairastavaa lastasi?

Kaipaatko tietoa epilepsian hoidosta ja lapsen kehityksen tukemisesta?

Haluatko jakaa kokemuksia muiden vanhempien kanssa?

Verkkokurssillamme pääset pohtimaan näitä asioita yhdessä asiantuntijoiden ja muiden vanhempien kanssa. Voit osallistua verkkokurssille kotoa käsin. Kurssilla on neljä verkkotapaamista, joihin saat osallistumislinkin sähköpostilla.

Verkkokurssi kouluikäisten lasten vanhemmille tiistaisin 7.–28.4. klo 17–19

Jos kouluikäisen lapsesi epilepsia mietityttää ja haastaa perheesi arkea, tämä kurssi on sinua varten. Kurssilla pysähdytään perheesi huolen aiheisiin ja etsitään niihin ratkaisuja asiantuntijatiedon ja kokemusten jakamisen avulla. Hae verkkokurssille kurssihakemuksellamme. Tarkemmat hakuohjeet löydät sivulta 8.

Hae kurssille 29.3. mennessä.

Verkkokurssi alle kouluikäisten lasten vanhemmille keskiviikkoisin 14.10–4.11. klo 17–19

Jos alle kouluikäisen lapsesi epilepsia mietityttää ja tuo haasteita perheesi arkeen, tule mukaan verkkokurssille. Kurssilla saat tietoa asiantuntijoilta ja voit vaihtaa kokemuksia muiden vanhempien kanssa. Hae verkkokurssille kurssihakemuksellamme. Tarkemmat hakuohjeet löydät sivulta 8.

Hae kurssille 5.10. mennessä.



KELAN PERHEKURSSIT



Kela tuottaa perhekurssia vaikeaa epilepsiaa sairastavien yli 1-vuotiaiden lasten perheille. Kurssit auttavat perhettä sopeutumaan sairauden tuomiin elämänmuutoksiin. Kuntoutuslaitos toteuttaa kurssit yhteistyössä Epilepsialiiton kanssa.

10.–14.2. Rokuan Kuntoutus Oy (75622)

18.–22.5. Rokuan Kuntoutus Oy (75623)

18.–22.5. Verve Lahti (75625)

18.–22.5. Kuntoutuskeskus Kankaanpää
(75628)

29.6.–3.7. Kuntoutuskeskus Kankaanpää
(75629)

17.–21.8. Verve Lahti (75626)

21.–25.9. Rokuan Kuntoutus Oy (75624)

19.–23.10. Verve Lahti (75627)

NÄIN HAET KELAN KURSSILLE:

- Arvioi yhdessä lääkärin kanssa perhekurssin tarpeellisuus. Tarvittaessa lääkäri suosittelee kurssia ja kirjoittaa lausunnon (lääkärinlausunto B), jotta voit hakea kuntoutusta.
 - Täytä ja tulosta hakemuslomake ”Harkinnanvarainen kuntoutus (KU 132)”.
 - Liitä hakemukseesi lääkärinlausunto B.
 - Postita hakemus liitteineen Kelaan. Liitteet voi toimittaa myös verkkoasiointipalvelussa.
 - Asiointipalvelussa näet, onko hakemuksesi ratkaistu.
- Kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseja voidaan myöntää myös vaativana lääkinnällisenä kuntoutuksena. Tarkemmat tiedot löydät osoitteesta www.kela.fi/kuntoutus.

KURSSIT YLI DIAGNOOSIRAJOJEN

ETÄSOPEUTUMISVALMENNUS -HANKKEEN KURSSIT

Etäsopeutusvalmennus-hankkeen kursseille osallistuminen ei ole diagnoosistasi kiinni. Kurssit on suunniteltu eri tavoin sairastuneille tai vammautuneille. Kurseissa on joko alkutapaaminen ja kuusi tai kahdeksan verkkotapaamista.

Meidän perhe – missä mennään? -perhekurssi lapsiperheille

Jos kouluikäisen lapsen sairaus tai vamma koskettaa perhettäsi ja tuo haasteita arkeesi, osallistu tälle verkkokurssille. Kurssilla pysähdytään tunnistamaan perheellesi merkityksellisiä asioita toiminnallisina menetelmin ja verkkotehtävien avulla.

Kurssin aloitustapaaminen järjestetään 28.–29.3.2020 Rovaniemen Santasportissa. Muut tapaamiset ovat verkossa tiistaisin 7.4., 14.4., 21.4., 28.4., 5.5. ja 12.5. klo 17–19.

Hae kurssille 28.2. mennessä: [etasope.fi/hakulomake](https://www.etasope.fi/hakulomake)



Rohkeasti mä! – nuorten verkkokurssi

Kuka mä tahdon olla? Millaista on mun näköinen elämä? Tule nuorten kurssille pohtimaan elämäsi tärkeitä asioita samanlaisessa tilanteessa olevien nuorten kanssa. Kurssin aloitustapaaminen on Oulussa 7.–8.2.2020. Muut tapaamiset verkossa keskiviikkoisin 12.2.–18.3.

Hae kurssille 2.1. mennessä: [etasope.fi/hakulomake](https://www.etasope.fi/hakulomake)

Lisätiedot www.etasope.fi

www.epilepsia.fi



LASSO-HANKKEEN KURSSIT

Lasso-hankkeessa mukana olevat kahdeksan järjestöä, kuten Epilepsialiitto, kehittävät avomuotoisia perhekursseja yhdessä perheiden, ammattilaisten ja järjestöjen kanssa. Näillä kursseilla ei keskitytä sairauteen tai vammaan, vaan elämäniloon, itsetunnon tukemiseen, voimavaroihin ja perheen vuorovaikutukseen.

Vuonna 2020 Lasso-hanke järjestää seuraavat perhekurssit:

Voimavaroja arjen haasteisiin -perhekurssi

Alakouluikäisten lasten vanhemmille maaliskuussa Tampereella.

Sisarusseikkailu-perhekurssi

Alle 16-vuotiaiden lasten perheille keväällä Oulun seudulla.

Yksinhoitajuus perheessä -perhekurssi

Alle 10-vuotiaiden lasten perheille keväällä pääkaupunkiseudulla.

Seuraa kurssitietoja osoitteessa www.perhesope.fi.

Lisätiedot hankekoordinaattori Timo Rautiainen, timo.rautiainen@muma.fi, p. 050 342 7140.

Hae perhekurssille: www.perhesope.fi
Lääkärin suositusta ei tarvita.

NÄIN HAET KURSSEILLEMME

Huomioithan, että seuraavat hakuohjeet koskevat Epilepsialiiton kursseja. Kelan ja Etäsopeutumismennushankkeen kurssien hakuohjeet löydät ko. sivuilta.

- Täytä kurssihakemuksemme, jonka löydät verkkosivuiltamme www.epilepsia.fi tai voit tilata Epilepsialiitosta.
- Liitä hakemukseen lääkärin suositus, jos haet valtakunnalliselle perhekursseille tai lasten tai nuorten kursseille. Suositus voi olla B-lausunto tai muu lääketieteellinen selvitys.
- Verkkokurssille hakiessasi et tarvitse lääkärin suositusta.
- Huomioithan, että kurssihakemus ja sen liitteet eivät saa olla vuotta vanhempia.
- Lähetä hakemus sähköisesti tai osoitteella: Epilepsialiitto/Kurssit, Malmin kauppatie 26, 00700 Helsinki

Kurssilaisten valinta

Valitsemme osallistujat kursseille ottamalla huomioon hakijan aiemman osallistumisen sopeutumismennuskurssille, tiedon ja tuen tarpeen, elämäntilanteen kuormittavuuden, hakijan soveltavuuden ryhmämuotoiseen kuntoutukseen sekä suosituksessa esille tuodut asiat.

Ilmoitamme valinnasta kaikille hakijoille noin viikon kuluessa hakuajan päättymisestä.

Annamme mielellämme lisätietoja kuntoutumiskursseista ja autamme kurssille hakemisessa. Soita tai lähetä meille sähköpostia.

Ota yhteyttä!



Kuntoutuspäällikkö
Marja Nylén
p. 040 516 0022



Sosiaaliturva-asiantuntija
Paula Salminen
p. 050 574 2488



Yhteisövalmentaja
Anu Hämäläinen
p. 040 511 0092



Yhteisövalmentaja
Jani Takkunen
p. 050 512 6617



Yhteisövalmentaja
Tanja Vihriälä-Määttä
p. 0400 954 830

Sähköposti: etunimi.sukunimi@epilepsia.fi



Epilepsialiitto ry, Malmin kauppatie 26, 00700 Helsinki
p. 09 350 8230 (keskus), www.epilepsia.fi

Toimistomme on avoinna ma-to klo 9-15
Asiakaschattimme palvelee ma-to klo 9-15

PAINOSMÄÄRÄ: Epilepsialehden 5/2018 liitteenä 9 000 kpl, erillispainoksena 2 000 kpl
ULKOASU: Roihu Inc. PAINOPAIKKA: PunaMusta Oy
KUVAAJAT: Marja Haapio, Mikko Lahikainen, Sarija Kuokkanen, Marja Nylén

www.epilepsia.fi