

# AVOKURSSI, LEVINNYTTÄ RINTASYÖPÄÄ SAIRASTAVIEN VERTAISTUKIRYHMÄ

## Ajankohta ja paikka:

2 tuntia, torstai klo 18–20: 20.9., 11.10., 1.11., 22.11., 20.12.2018

Meri-Karinan hyvinvointikeskus, Seiskarinkatu 35, 20900 Turku

## Kurssin kuvaus:

Kurssi on tarkoitettu levinnyttä rintasyöpään sairastuneille, palliatiivisessa hoidossa oleville. Kurssi toteutetaan avomuotoisena ja siihen sisältyy 5 tapaamiskertaa. Ammattilaisten johdolla käydään läpi muuttunutta elämäntilannetta ja autetaan osallistujia jaksamaan ja löytämään voimavaroja elämään kroonisen sairauden kanssa. Kurssi toteutetaan yhteistyössä TYKS:n rintasyöpäsairaanhoitajien kanssa.

## Kurssin toteutus:

Kurssin tavoitteena on saada vertaistukea muilta samassa tilanteessa olevilta kurssilaisilta, omien voimavarojen ja selviytymiskeinojen tunnistaminen sekä vahvistaminen, uusien näkökulmien löytäminen ja hyvinvoinnin lisääntyminen sekä kroonistuneen sairauden kokemuksen aiheuttamien tunteiden tunnistaminen ja käsittely. Ohjelmassa on mm. ryhmätoimintoja, rentoutusharjoituksia ja yhteinen illanvietto sopimuksen mukaan. Ryhmänohjaajana toimii erikoissairaanhoitaja.

## Hakuohjeet:

Kurssille haetaan STEA:n hakulomakkeella, joka postitetaan Meri-Karinan kurssitoimistoon. Hakulomakkeen voit tulostaa [tästä](#) linkistä. Hakuaika kurssille päättyy kuukauden ennen kurssin alkamista. Ryhmä sulkeutuu ensimmäisen tapaamiskerran jälkeen.

## Osallistujien määrä ja valinta:

Kurssille otetaan 10 rintasyöpään sairastunutta, palliatiivisessa vaiheessa olevaa naista. Valinnat suoritetaan hakulomakkeiden perusteella. Lähetämme kurssille hyväksytyille kutsukirjeen postissa, jossa on tarkempaa tietoa kurssista. Hakijoita ei haastatella.

**Kurssi on täysin maksuton. Kurssi on tuettu Veikkauksen tuotoilla.**

## Lisätietoja:

Meri-Karinan kurssitoimisto, [kurssi@lssy.fi](mailto:kurssi@lssy.fi), 02 2657610

