

VOIMAVARAKURSSI, PARANTUMATONTA SYÖPÄÄ SAIRASTAVILLE JA HEIDÄN LÄHEISILLEEN

Ajankohta ja paikka:

5 päivää, 30.4.–4.5.2018 ja 26.–30.11.2018

Meri-Karinan hyvinvointikeskus, Seiskarinkatu 35, 20900 Turku

Kurssin kuvaus:

Kurssi toteutetaan viiden päivän internaattikuntoutuksena. Ryhmänohjaajina toimivat sairaanhoitajat. Kurssin sisältö painottuu voimavarojen ja arjessa selviytymisen tukemiseen, voimavaralähtöisiä toiminnallisia menetelmiä käyttäen.

Kurssin toteutus:

Kurssin tavoitteisiin kuuluu voimavarojen etsiminen ja löytäminen, lisätiedon saaminen sairaudesta, hoidoista ja ennusteesta, saada tukea tunteiden käsittelyyn (pelko, suru, ilo, toivo) musiikin ja taiteen keinoin (musiikki ja piirtäminen), rohkaistua puhumaan avoimesti sairaudesta ja kuolemasta puolison kanssa, omien rajojen ja voimavarojen tunnistamiseen ja hyväksymiseen (sekä fyysiset että henkiset), saada käsitystä miten sairaus vaikuttaa seksuaalisuuteen, kehon muutoksiin ja parisuhteeseen, saada konkreettisia jumppaohjeita ja rentoutumisharjoituksia/keinoja kotiin ja ennen kaikkea saada vertaistukea muilta kurssilaisilta. Tavoitteiden toteuttamiseen osallistuu työryhmä, johon kuuluu sairaanhoitajien lisäksi syöpälääkäri, psykologi, fysioterapeutti, ravitsemusterapeutti, seksuaaliterapeutti, toimintaterapeutti sekä mahd. musiikki/taideterapeutti.

Hakuohjeet:

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

Osallistujien määrä ja valinta:

Kurssille otetaan 10 parantumattomaan syöpään sairastunutta kuntoutujaa + 10 heidän läheistään. 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, 02 2657610

