

KURSSI- JA LOMATOIMINTAA AIVOVAMMAUTUNEILLE KUNTOUTUJILLE 2020



- SOPEUTUMISVALMENNUSKURSSIT
- TUETUT LOMAT



Tietoa kuntoutujille ja sosiaali-, terveys- sekä kuntoutusalan ammattilaisille

AIVOVAMMALIITON SOPEUTUMISVALMENNUSKURSSIT 2020

Aivovammaliiton sopeutumisvalmennuskursseilla saadaan tietoa aivovammoista, vaihdetaan kokemuksia ja käsitellään vamman aiheuttamia muutoksia. Sopeutumisvalmennuskurssien tavoitteena on auttaa aivovamman saanutta henkilöä sekä hänen läheisiään muuttuneessa elämäntilanteessa sekä antaa tukea oman elämäntilanteen jäsentämisessä ja omien tavoitteiden saavuttamisessa. Kurssilla tapaa toisia aivovamman saaneita ihmisiä ja heidän läheisiään. Kokemusten vaihtaminen mahdollistaa vertaistuen. Toinen samankaltaisessa tilanteessa oleva ihminen usein ymmärtää muita paremmin vammautumisen tuomat haasteet. Kurssit ovat ammattilaisten ohjaamaa ryhmämuotoista kuntoutusta, jossa vertaistuki on tärkeässä asemassa.

KENELLE KURSSIT ON TARKOITETTU?

Aivovammaliiton sopeutumisvalmennuskurssit ovat valtakunnallisia. Ne on tarkoitettu yli 18-vuotiaille Suomessa asuville aivovamman saaneille ihmisille, heidän läheisilleen ja perheilleen. Parikurssille ja perhekurssille osallistutaan puolison/perheen kanssa. Ainoastaan perhekurssille voivat lapset tulla mukaan.

Kurssille hakevista asetetaan etusijalle tapaturmaisen aivovamman saaneet henkilöt ja heidän läheisensä. Aivovamma eli traumaattinen aivovaurio syntyy tapaturmaisesti päähän kohdistuvan ulkoisen voiman aiheuttamana. Läheisiä ovat puoliset, vanhemmat ja huoltajat, lapset, isovanhemmat ja muut samassa taloudessa asuvat tai vammautuneen arjessa mukana olevat.

Mikäli vapaita paikkoja jää, voidaan kurssille harkinnan perusteella ottaa myös muunlaisen aivovaurion saaneita henkilöitä ja heidän läheisiään.

MILLOIN KURSSILLE

Sopeutumisvalmennukseen osallistuminen on ajankohtaista silloin, kun vammautumisen jälkeinen kuntoutus ei enää etene suurin harppauksin ja ollaan lähellä tilannetta, johon lopulta tulee sopeutua. Teemakurssit ovat ajankohtaisia myös myöhemmin, kun aivovamman aiheuttama oire (esimerkiksi väsyvyys) vaikuttaa arkea haittaavasti ja henkilö kaipaa uusia keinoja selviytymiseen. Voimavaroja arkeen -kurssi on tarkoitettu jo pitkään vamman kanssa eläneille kuntoutujille. Vammautumisesta kulunut aika on tälle kurssille valituilla yleensä noin 8-10 vuotta tai enemmän. Kurssilta voi saada tukea parisuhteeseen tai haastavaan perhetilanteeseen. Kriisiterapiaan ei ryhmämuotoisilla kursseilla kuitenkaan ole mahdollisuutta.

KUSTANNUKSET

Sopeutumisvalmennuskurssit ovat osallistujille maksuttomia ja toteutetaan täysihoidolla sisältäen ohjelman, majoituksen (yleensä kahden hengen huoneissa) ja ateriat.

Kurssille osallistumiseen voi hakea maksusitoumusta:

- oman kunnan vammaispalveluista (Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista 3.4.1987/380, 8 §)
- terveydenhuollosta (Terveydenhuoltolaki 30.12.2010/1326,29 §)
- vakuutusyhtiöstäsi (Työtapaturma- ja ammattitautilaki (24.4.2015/459 37 § tai Laki liikennevakuutuslain perusteella korvattavasta kuntoutuksesta 27.3.1991/626, 7 §).

Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus (STEA) on myöntänyt Veikkauksen tuotoista Aivovammaliitolle avustuksen sopeutumisvalmennukseen. Kurssin kustannusten maksamisesta yksittäisen hakijan kohdalla päättää Aivovammaliitto STEA:n linjausten mukaisesti.

Matkakulut haetaan maksusitoumuksen myöntäneeltä taholta. Jos kurssi maksetaan Aivovammaliiton STEA-avustuksesta, haetaan matkakulut KELA:lta (lomakkeet SV4 tai S67). Matkakulut korvataan Kelan korvauskäytännön mukaisesti kuntoutujille, joilla on lääkärin suositus kurssille. Omavastuu yhdensuuntaiselta matkalta on 25 €/henkilö. Työssäkäyvät kurssilaiset voivat hakea kurssin ajalta ansionmenetykskorvausta vakuutusyhtiöltä tai kuntoutusrahaa Kelalta.

KURSSEILLE HAKEMINEN

Aivovammaliiton kursseille haetaan ilmoitettuun hakupäivään mennessä. Hakulomakkeen voi tulostaa liiton verkkosivuilta (www.aivovammaliitto.fi → tuki ja palvelut → sopeutumisvalmennus). Hakemuslomake on myös tässä Sopeutumisvalmennuskurssit-esitteessä.

Kurssihakemuksen liitteeksi tarvitaan lääkärin suositus ja perustelut kurssille. Suositus voi olla esimerkiksi lääkärin lausunto, ote sairauskertomuksesta (epikriisi) tai kuntoutussuunnitelma. Suosituksessa pitää olla kuvaus hakijan nykytilanteesta ja toimintakyvystä sekä perustelut kurssin tarpeellisuudesta hakijalle. Hakemuksen ja sen liitteiden on oltava alle vuoden vanhoja. Jos kurssille hakee myös perheenjäsen, on lääkärin suosituksessa tärkeää olla maininta ja perustelut myös hänen osallistumisestaan kurssille.

HUOM! Lisäkursseja järjestetään, jos hakijoita on runsaasti ja rahoitus järjestyy. Lisäkursseista tiedotetaan erikseen.

Kurssihakemuksen postitusosoite:
Aivovammaliitto ry/Kurssit
Malminkaari 5b
00700 Helsinki

Lisätiedot ja yhteydenotot: Kuntoutussuunnittelija
Arja Kaasalainen, puh. 050 373 9076



Vammautuneille kuntoutujille tarkoitetut kurssit

NAISTEN KESKEN sopeutumisvalmennuskurssi aivovammautuneille naisille, joilla vammautumisesta on kulunut yli viisi vuotta

Aika: 27.-30.8.2020
Paikka: Backby, Espoo (<https://www.backby.fi/fi/>)
Haku: 27.5.2020 mennessä Aivovammaliiton kurssien hakulomakkeella

Naisten kesken -tapahtuman teemana on ”Rohkeana yhdessä kohti huomista”. Ohjelmassa on luvassa elämäniloa, yhdessä tekemisen meininkiä, innostavia keskusteluja ja vinkkejä hyvään elämään. Kurssilla on mukana aivovamman saaneita naisia kokemustoimijoina ja vertaisohjaajina.



ÄIJIEN sopeutumisvalmennuskurssi aivovammautuneille miehille, joilla vammautumisesta on kulunut yli viisi vuotta

Aika: 31.8.-4.9.2020
Paikka: Erytisoaamiskeskus Suvituuli, Turku (<https://www.suvituulitalo.fi/>)
Haku: 31.5.2020 mennessä Aivovammaliiton kurssien hakulomakkeella

Kurssilla keskitytään omaan itseen ja pyritään vahvistamaan omia selviytymiskeinoja. Tavoitteena on löytää keinoja vaikeisiin tilanteisiin toiminnallisien menetelmin ja jakaa kokemuksia, ajatuksia ja ratkaisuja elämäntilanteiden hallintaan. Kurssilla on

mukana aivovamman saaneita miehiä kokemustoimijoina ja vertaisohjaajina.



Vammautuneille kuntoutujille yksin tai yhdessä läheisen kanssa tarkoitetut kurssit

MITÄ NYT? -kurssi vastavammautuneille tai äskettäin diagnoosin saaneille kuntoutujille yksin tai yhdessä läheisen kanssa

Aika: 23.-27.3.2020
Paikka: Kruunupuisto, Punkaharju (<http://www.kruunupuisto.fi/hotelli/>)
Haku: 23.1.2020 mennessä Aivovammaliiton kurssien hakulomakkeella

Kurssi on tarkoitettu lähivuosina aivovamman saaneille, joilla on tarve saada lisätietoa aivovammoista sekä tukea ja valmiuksia muuttuneeseen elämäntilanteeseen. Se antaa mahdollisuuden vaihtaa kokemuksia aivovamman oireista. Kurssilla käsitellään vamman aiheuttamien muutosten tiedostamista, minäkuvan

vahvistumista, sosiaalisten suhteiden aktivoimista sekä omien voimavarojen hyödyntämistä. Kurssille voi osallistua myös vammautuneen läheinen.



PARIKURSSI aivovammautuneelle kuntoutujalle ja puolisolalle

Aika: 20.-24.4.2020
Paikka: Kylpylähotelli Rauhalampi, Kuopio (<https://www.rauhalampi.fi/>)
Haku: 20.2.2020 mennessä Aivovammaliiton kurssien hakulomakkeella

Kurssi on tarkoitettu pariskunnille, joissa toinen tai molemmat osapuolet ovat aivovammautuneita. Tavoitteena on antaa tietoa ja auttaa ymmärtämään aivovammasoireistoja, vahvistaa vammautuneen ja puolison voimavaroja sekä antaa tukea parisuhteen ylläpitämiseen. Kurssilla vaihdetaan kokemuksia aivovammoista sekä pohditaan yhdessä vammautumisen merkitystä

parisuhteen ja perheen kannalta.

Ohjelma sisältää ohjattuja ryhmäkeskusteluja, asiantuntijoiden alustuksia ja niihin liittyviä keskusteluja aivovammoista, parisuhteesta ja seksuaalisuudesta.



VOIMAVAROJA ARKEEN -kurssi jo pidempään vammaansa eläneille kuntoutujille yksin tai läheisen kanssa

Aika: 26.-30.10.2020

Paikka: Kylpylähotelli Rauhalampi, Kuopio (<https://www.rauhalampi.fi/>)

Haku: 26.7.2020 mennessä Aivovammaliiton kurssien hakulomakkeella



Kurssi on tarkoitettu jo pitkään aivovammaansa eläneille henkilöille yksin tai yhdessä läheisen kanssa. Vammautumisen kulunut aika on tälle kurssille valituilla yleensä noin 8-10 vuotta tai enemmän.

Kurssilla voi jakaa kokemuksia sekä löytää voimavaroja

aivovammaansa ja muiden elämänmuutosten arkeen aiheuttamiin haasteisiin. Kurssilla on tilaisuus tavata muita samankaltaisessa tilanteessa olevia. Kurssi tarjoaa myös mahdollisuuden virkistyä ja saada voimavaroja arkipäivän elämään.

VÄSYVYYSKURSSI vammautuneelle kuntoutujalle ja läheiselle

Aika: 16.-20.11.2020

Paikka: Kruunupuisto, Punkaharju (<http://www.kruunupuisto.fi/hotelli/>)

Haku: 16.8.2020 mennessä Aivovammaliiton kurssin hakulomakkeella



Kurssi on tarkoitettu aivovammaansa saaneille henkilöille, joilla väsyvyys on merkittävä oire.

Tavoitteena on oppia tunnistamaan oma väsyvyys ja löytää keinoja sen hallintaan, tunnistaa erikseen muut kuin aivovammaansa

aiheuttamat väsyvyyttä pahentavat tekijät ja löytää itsehoitomenetelmiä väsyvyyteen.

Vammautuneelle kuntoutujalle yhdessä perheen kanssa

PERHEKURSSI 1, alle kouluikäisiä ja/tai kouluikäisiä lapsia

Aika: 8.-12.6.2020

Paikka: Erityisosaamiskeskus Suvituuli, Turku (<https://www.suvituulitalo.fi/>)

Haku: 8.3.2020 mennessä Aivovammaliiton kurssien hakulomakkeella



Kurssilla on mahdollisuus tavata muita vastaavassa tilanteessa olevia perheitä. Tavoitteena on saada tietoa aivovammoista, keskustella vammautumisen merkityksestä perheen kannalta ja jakaa arjen kokemuksia. Lapset ja nuoret saavat toimia oman ikätasonsa mukaisesti. Perheen vuorovaikutusta tuetaan perheteroiminnassa.

Osa ohjelmasta on yhteistä kaikille perheenjäsenille, osa erikseen

aiheuttamat väsyvyyttä pahentavat tekijät ja löytää itsehoitomenetelmiä väsyvyyteen. Toiminnalliset ryhmät sisältävät käden taitoja, liikuntaa ja ulkoilua.

PERHEKURSSI 2, teini-ikäisiä nuoria tai nuoria aikuisia

Aika: 22.-26.6.2020

Paikka: Erityisosaamiskeskus Suvituuli, Turku (<https://www.suvituulitalo.fi/>)

Haku: 22.3.2020 mennessä Aivovammaliiton kurssien hakulomakkeella



Kurssilla on mahdollisuus tavata muita vastaavassa tilanteessa olevia perheitä. Tavoitteena on saada tietoa aivovammoista, keskustella vammautumisen merkityksestä perheen kannalta ja jakaa arjen kokemuksia. Lapset ja nuoret saavat toimia oman ikätasonsa mukaisesti. Perheen vuorovaikutusta tuetaan perheteroiminnassa. Osa ohjelmasta on yhteistä kaikille perheenjäsenille, osa erikseen

aiheuttamat väsyvyyttä pahentavat tekijät ja löytää itsehoitomenetelmiä väsyvyyteen. Toiminnalliset ryhmät sisältävät käden taitoja, liikuntaa ja ulkoilua.

Jatkokurssi

AIVOMYRSKY-TAPAHTUMA

Aika: 25.-27.9.2020

Paikka: Verve, Lahti

Haku: 25.6.2020 mennessä Aivovammaliiton kurssien hakulomakkeella

Kustannukset: Omavastuu 50€/henkilö



Tapahtuman teemana on vertaistuki ja yhdessä toimiminen, jossa punaisena lankana on "Hyviä hetkiä ja onnen oivalluksia!" Tapahtuma on suunnattu lähivuosina sopeutumisvalmennuskurssin käyneille täysi-ikäisille aivovammautuneille henkilöille ja

heidän aikuisille läheisilleen. Etusijalla ovat ensikertalaiset. Lisätietoja: Kuntoutussuunnittelija Arja Kaasalainen, arja.kaasalainen@aivovammaliitto.fi tai 050 373 9076.

Hakemus Aivovammaliiton kurssille 2020

Hakijan tiedot

Nimi _____

Henkilötunnus _____ Nainen Mies Muu

Lähiosoite _____

Postinumero _____ Postitoimipaikka _____ Puh. _____

Sähköposti (osa viesteistä lähetetään sähköpostilla) _____

Siviilisäätty Naimaton Avo/avioliitossa Leski Eronnut

Asuminen Asun yksin Asun perheeni kanssa Vanhempien luona Muu, mikä?

Äidinkieli suomi ruotsi muu, mikä? _____

Parisuhteen kestoikä: _____

Kurssille hakevan/hakevien puolison/perheenjäsenen/läheisten tiedot

Nimi _____

Henkilötunnus _____ Nainen Mies Muu

Lähiosoite _____

Postinumero _____ Postitoimipaikka _____ Puh. _____

Sähköposti _____

Lapset:

Nimi _____ Henkilötunnus _____

Nimi _____ Henkilötunnus _____

Nimi _____ Henkilötunnus _____

Kurssi, jolle haetaan

Kurssin nimi _____ Kurssin ajankohta _____

Kurssipaikka _____

Oletko ollut aiemmin Aivovammaliiton sopeutumisvalmennuskurssilla: Kyllä Ei

Kurssin nimi: _____ Milloin? (vuosi) _____

Aivovammaa koskevat tiedot

Vammautumivuosi _____

Miten vammautuminen on tapahtunut? (liikenneonnettomuus, työtaturma, vapaa-ajan taturma, väkivaltatilanne tms.)

Merkittävimmät päivittäistä toimintaa ja/tai ihmissuhteita haittaavat aivovamman oireet

Millaisia apuvälineitä tai apua käytät tai tarvitset? _____

Onko sinulla voimassaolevaa palvelu-/kuntoutussuunnitelmaa? Kyllä Ei

Terveystilaa koskevat tiedot

Muut sairaudet _____

Lääkitys _____

Allergiat, erityisruokavalio _____

Ammatti- ja työtilannetta koskevat tiedot

Ammatti (myös entinen) _____

Opiskelen Olen työtön Olen vanhuuseläkkeellä _____

Olen työssä Olen työkyvyttömyyseläkkeellä Muu, mikä?

Olen sairauslomalla, ajalla _____

Odotukset ja toiveet kurssilta

Kerro, miksi haet/haette kurssille ja mitä odotat/odotatte saavanne sieltä.
Kirjoita myös ne kuntoutusperusteet, joihin haluat viitata.

Suostumus ja allekirjoitus

Suostun, että tarpeellisia tietojani voidaan antaa viranomaisille kuntoutusasiani käsittelyssä sekä pyytää näiltä kuntoutusasiani hoitamisessa tarvittavia tietoja. Kurssia koskevissa asioissa noudatetaan henkilötietolakia ja vaitiolovelvollisuutta.

Kyllä Ei

Maksaja

Minulla on jo maksusitoumus:

Terveystilahuollosta

Vammaispalvelusta

Vakuutusyhtiöstä. Vahinkonumero _____

Asiaani vakuutusyhtiössä hoitava henkilö ja yhteystiedot:

Kurssille suositelleen lääkärin nimi: _____

Paikka ja aika _____ / ____ 20____

Hakijan/hoitajan allekirjoitus: _____

Minulle saa lähettää tiedotepostia Aivovammaliitosta Kyllä Ei

**Liitteeksi tarvitaan alle vuoden vanha
lääkärinlausunto ja kuntoutussuunnitelma,
jossa on suositus ja perustelut kurssille.**

Palauta hakemus LIITTEINEEN:
Aivovammaliitto ry
Malminkaari 5, 00700 Helsinki
Kuoreen merkintä "Kurssit"

TATU ry on vuonna 2001 perustettu tapaturmaisesti loukkaantuneiden tai vammautuneiden lasten ja nuorten sekä heidän perheidensä valtakunnallinen tukiyhdistys. TATU ry järjestää sopeutumisvalmennuskursseja eri-ikäisten lasten ja nuorten perheille seuraavissa kohderyhmissä:

- liikenteessä vammautuneet lapset tai nuoret
- traumaattisen aivovamman saaneet lapset



OMA SUUNTA -kurssi

tapaturmaisesti loukkaantuneille ja vammautuneille 16 – 29 -vuotiailla nuorille

1. jakso 6 – 9.8. nuorelle ja läheiselle ja

2. jakso 7. – 11.12. nuorelle

verkostokäynti jaksojen välissä

Haku 31.5.2020 mennessä TATU ry:n lomakkeella osoitteessa www.tatury.fi/kurssit

TUETTU LOMATOIMINTA

Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto ry

Tavoitteena on, että lomalainen tapaa toisia samassa tilanteessa olevia sekä saa vertaistuen ja lomaohjelman kautta voimavaroja arkeen.

Lomille haetaan kolme kuukautta ennen loman alkua Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto ry:n lomatumihakemuksella, jonka voi täyttää myös sähköisesti osoitteessa www.mtlh.fi. Lomalle valittu maksaa omavastuuosuuden. Lomat

ovat täysihoidtolomia. Majointus on perhelomalla perheeseen mukaisessa huoneessa.

Lomajärjestö käsittelee hakemukset ja lähettää valituille kutsun noin kaksi kuukautta ennen loman alkua. Kutsun mukana on lasku omavastuuosuudesta. Jos omavastuuosuutta ei ole maksettu eräpäivään mennessä, loma katsotaan peruutetuksi.

Huom! Sopeutumisvalmennuskurssit ja tuetut lomat ovat erillisiä, eivätkä sulje toisiaan pois. On siis mahdollista hakea ja päästä molempiin.

Voimaa vertaisuudesta loma lapsiperheille

1.-6.7.2020 Kylpylähotelli Rauhalampi

| | |
|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Henkilömäärä | Perhelomalla 10 perhettä |
| Omvastuuosuudet | Loman omavastuuosuus on kaikissa lomissa 20 €/vrk/aikuiset, alle 17-vuotiailta ei peritä omavastuuta. |
| Loman sisältö | Lomaan sisältyy täysihoidto, majoitus perhelomilla tarkoituksenmukaisissa huoneissa, yleinen vapaa-ajan ohjelma ja ryhmän ohjelma. |
| Haku aika | 1.4.2020 mennessä Mtlh:n lomakkeella osoitteessa www.mtlh.fi |



Lomatukihakemukset ja päätökset

- Lomille haetaan sähköisesti Maaseudun Terveys- ja Lomahuollon nettisivuilla www.mtlh.fi tai hakukaavakkeella, joita saa tulostamalla Mtlh:n nettisivuilta, tilaamalla Mtlh:sta puhelimitse tai sähköpostitse tai hakemalla liittojen toimistosta.
- Lomatukihakemukseen tulee merkitä sille varattuun kohtaan tieto järjestöstä/ yhdistyksestä, jonka varaamaa lomajaksoa anotaan.
- Hakemus täytetään huolellisesti. Esimerkiksi lomatarpeen perusteluun on syytä kiinnittää huomiota, koska tämä usein ratkaisee lomatuen myöntämisen. Puutteellisesti täytettyjä hakemuksia ei käsitellä.
- Pariskuntaa ja heidän alaikäisiä lapsiaan kohden riittää yksi hakemus, jos lomaa anotaan yhdessä samalle loma-ajankohdalle.
- Lomajärjestö tekee lomatukipäätökset ja ilmoittaa ryhmään valituille viimeistään 2 kk ennen loman alkamista.
- Lomatuen saaja tekee tarvittaessa peruutuksen suoraan lomajärjestöön numeroon 010 2193 460. Puhelinalveluaika on 9.00 - 13.00.

Lähetä hakukaavake seuraavaan osoitteeseen tai tee sähköinen hakemus netissä.

Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto
Ruoholahdenkatu 8, 4. krs, 00180 HELSINKI
www.mtlh.fi



Suuren suosion saanut tietokiertue saa jatkoa!

Aivovamma 2020 -tietokiertue saapuu Joensuuhun Aivoviikolla 11.3.2020 ja Rovaniemelle 16.9.2020. Joensuun tilaisuudesta lähetetään livestriimaus.

Ohjelmassa ajankohtaista tietoa aivovammoista, sen aiheuttamista neuropsykologisista oireista ja aivovammautuneen ihmisen sosiaaliturvasta.

Mukana myös kokemustoimijan luento sekä tietopaketti Aivovammaliitosta ja paikallisesta aivovammayhdistyksestä.

Kohderyhmänä ovat ensisijaisesti lyhyen aikaa aivovamman kanssa eläneet ihmiset ja heidän läheisensä. Luennot sopivat myös ammattilaisille, jotka kohtaavat työssään aivovamman saaneita ihmisiä, ja ihan kaikille aivovammoista ja aivoterveystä kiinnostuneille.

Seuraa ilmoittelua aivovammaliitto.fi sekä



Facebook.com/Aivovammaliitto,



Twitter: @Aivovammaliitto,



@aivovammaliitto

Tilaa Aivoitus-lehti!

Tilaa neljästi vuodessa ilmestyvä Aivoitus-lehti, niin pysyt kärryillä aivovammakentän kuulumisista. Vuosikerta maksaa vain 40 euroa.

Lehden voit tilata osoitteesta aivovammaliitto.fi/tiedotus →

Tilaa Aivoitus-lehti.



Tilaa Aivovammaliiton uutiskirje, niin saat ajankohtaista aivovammamatietautta ja tärkeää tietoa toiminnastamme.

Uutiskirje ilmestyy neljästi vuodessa.

Voit tilata kirjeen osoitteesta aivovammaliitto.fi/tiedotus → Uutiskirje