

Aivovammaliiton kurssit 2023



Aivovammaliiton kurssit 2023

Aivovammaliiton kurssit on tarkoitettu aivovamman saaneille henkilöille, joilla on aivovamman jälkitilan oireita. Osalle kursseista voi osallistua myös vammautuneen henkilön läheinen. Kursseilla on erilaisia teemoja ja niitä järjestetään lähi-, verkko- ja avomuotoisesti. Kaikki kurssit ovat ammattilaisten ohjaamaa ryhmämuotoista ja tavoitteellista toimintaa, jossa vertaistuki on tärkeässä asemassa.

Kurssien tarkoituksena on vahvistaa osallistujien valmiuksia käyttää omia voimavarojaan hyvinvoinnin edistämiseksi.

Vuonna 2023 Aivovammaliitto järjestää kahdenlaisia kursseja:

- **STEA:n avustuksella järjestettävillä kursseilla** voivat hakea kaikki kohderyhmään kuuluvat henkilöt.
- **Sopeutumisvalmennuskurssi** -nimellä oleville kursseille tarvitset maksusitoumuksen. Maksusitoumusta voit hakea omasta vakuutusyhtiöstäsi tai hyvinvointialueesi vammaispalveluista. Nämä kurssit ovat laajempia kuin muut kurssimme.



STEAn (Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus) avustuksella järjestettävät kurssit

Aivovammaliiton kurssit ovat ammattilaisten ohjaamaa ryhmämuotoista ja tavoitteellista toimintaa, jossa vertaistuki on tärkeässä asemassa. Kurssien keskeinen työmenetelmä on ohjatut ryhmäkeskustelut.

Kenelle

Aivovammaliiton kurssit ovat valtakunnallisia. Ne on tarkoitettu yli 18-vuotiaille Suomessa asuville aivovammautuneille henkilöille. Osalle kursseista voi osallistua myös läheinen. Läheisiä ovat puoliset, vanhemmat ja huoltajat, aikuiset lapset, isovanhemmat tai muut samassa taloudessa asuvat. Perhekurssille voivat osallistua myös alaikäiset lapset. Kurssit on tarkoitettu ensisijaisesti tapaturmaisesti aivovammautuneille henkilöille. Kursseille voidaan valita harkinnan perusteella myös henkilöitä, jotka ovat saaneet aivovaurion muulla tavalla.

Milloin

Kursseille osallistuminen on ajankohtaista silloin, kun ollaan tottumassa uudenlaiseen elämään ja kaivataan vertaiskontakteja arjen hallinnan tueksi. Kurssilta voi saada tukea muuttuneeseen elämänvaiheeseen ammattilaisten ja vertaisten tuella. Kursseilla etsitään keinoja oman hyvinvoinnin lisäämiseksi ja pyritään löytämään voimavaroja arkeen. Ryhmämuotoisilla kursseilla ei ole mahdollisuutta kriisiterapiaan.

Kustannukset

Kurssit ovat osallistujille maksuttomia. Ne toteutetaan täysihoidolla sisältäen majoituksen kahden hengen huoneissa, ateriat ja ohjelman. Kursseja järjestetään STEAn myöntämällä avustuksella. Matkakulut tulee maksaa itse, eikä niitä korvata Kelan tai Aivovammaliiton toimesta. Kurssin ajalta ei voi hakea kuntoutusrahaa Kelasta.

Haku

Aivovammaliiton kursseille haetaan ilmoitettuun hakupäivään mennessä. Kursseille haettaessa käytetään ensisijaisesti sähköistä hakulomaketta, joka löytyy Aivovammaliiton verkkosivuilta osoitteesta:

www.aivovammaliitto.fi/tukea/kurssitoiminta/

Täytähän hakemuksen huolellisesti, sillä valinnat tehdään hakulomakkeen tietojen perusteella. Hakijoille lähetetään sähköpostilla tieto valinnoista noin kuukautta ennen kurssin alkua.

Paperinen hakulomake on tästä kurssiesitteestä. Sen voi myös tilata Aivovammaliiton kuntoutussuunnittelijalta.

Paperisen kurssihakemuksen postitusosoite:
Aivovammaliitto ry/Kurssit,
Malminkaari 5 B,
00700 Helsinki

Lisätietoja saat
Aivovammaliiton kuntoutussuunnittelijalta,
puh. 050 373 9076, www.aivovammaliitto.fi

VAMMAUTUNEILLE HENKILÖILLE TARKOITETUT KURSSIT

MIESTEN KESKEN -KURSSI

Aika: 18.–21.4.2023
Paikka: Imatran kylpylä, Imatra. www.imatrankylpyla.fi
Haku: 10.3.2023 mennessä

Kurssi on tarkoitettu aivovammautuneille miehille, joiden vammautumisesta on kulunut ainakin viisi vuotta. Kurssilla käsitellään vammautumisen merkitystä oman identiteetin ja ihmissuhteiden kannalta sekä pyritään vahvistamaan omia voimavaroja. Tavoitteena on saada uusia näkökulmia

vamman kanssa elämiseen jakamalla kokemuksia, ajatuksia ja ratkaisuja muiden samassa tilanteessa olevien kanssa. Kurssi sisältää ohjattuja ryhmäkeskusteluja ja toiminnallisia osioita.

NAISTEN KESKEN -KURSSI

Aika: 23.–26.5.2023
Paikka: Imatran kylpylä, Imatra. www.imatrankylpyla.fi
Haku: 31.3.2023 mennessä

Kurssi on tarkoitettu aivovammautuneille naisille, joiden vammautumisesta on kulunut ainakin viisi vuotta. Kurssilla käsitellään vammautumisen merkitystä oman identiteetin ja ihmissuhteiden kannalta sekä pyritään vahvistamaan omia voimavaroja. Tavoitteena on saada uusia näkökulmia

vamman kanssa elämiseen jakamalla kokemuksia, ajatuksia ja ratkaisuja muiden samassa tilanteessa olevien kanssa. Kurssi sisältää ohjattuja ryhmäkeskusteluja ja toiminnallisia osioita.

LIIKUNTAKURSSI

Aika: Kaksiosainen kurssi, 8.–10.5. ja 12.–14.6.2023
Paikka: Liikuntakeskus Pajulahti, Nastola. www.pajulahti.com
Haku: 31.3.2023 mennessä

Kurssi on suunnattu aivovamman saaneille henkilöille, jotka liikkuvat arjessaan vähän ja haluavat saada uusia mielekkäitä kokemuksia toiminnan kautta. Kurssilla saadaan asiantuntija-tietoa aivovamman jälkitilaoireista ja liikunnan merkityksestä

kuntoutumisessa sekä kokeillaan yhdessä erilaisia lajeja. Tavoitteena on löytää liikunnan ja tekemisen ilo hyvinvoinnin tukena.

VERKKOKURSSI - UUPUMUS JA TOIMIVA ARKI

(yhteistyössä Neuroliiton kanssa)

Aika: Keskiviikkoisin 1.3.–3.5.2023 kello 15.00–17.00
Paikka: Verkossa
Haku: 27.1.2023 mennessä

Kurssi on tarkoitettu aivovamman saaneille, jotka haluavat osallistua verkossa tapahtuvaan ryhmämuotoiseen työskentelyyn. Kurssilla käsitellään monipuolisesti ratkaisuja tilanteisiin, joissa vamma ja sen aiheuttama uupumus vaikeuttavat arjen jaksamista. Kurssilla tunnistetaan omia jaksamisen

rajoja sekä vahvistetaan voimavaroja, jotka kantavat eteenpäin arjessa.

Kurssi järjestetään yhteistyössä Neuroliiton kanssa ja kursseille osallistuu myös heidän kohderyhmäänsä.

MINÄ, MUUT JA AIVOVAMMA – NUORTEN AIKUISTEN KURSSI

(yhteistyössä Tatu ry:n kanssa)

Aika: Hybridimuotoinen kurssi, jossa etätapaamiset tiistaisin 5.9.–24.10.2023 kello 17.00–19.00 ja lähijakso 29.9.–1.10.2023.
Paikka: Verkossa ja lähijakso Nuorisokeskus Anjalassa, Kouvossa.
www.nuorisokeskusanjala.fi
Haku: 28.7.2023 mennessä

Kurssi on tarkoitettu aivovamman saaneille 18–29-vuotiaille henkilöille, jotka haluavat vahvistaa itsetuntoaan ja ymmärrystä, tunnetaitojaan ja voimavarojaan. Kurssin tavoitteena on oppia ymmärtämään itseään paremmin, tunnistaa omia

voimavaroja ja vahvistaa omia vuorovaikutustaitoja. Kurssin aikana työskennellään yksin ja ryhmässä erilaisten ohjattujen harjoitusten avulla.

AVOKURSSI – MIELEN VOIMAVARAT

(yhteistyössä Neuroliiton kanssa)

Aika: Kaksiosainen kurssi 1.–3.9. ja 27.–29.10.2023
Paikka: Aivovammaliiton toimisto, Helsinki.
Haku: 28.7.2023 mennessä

Kurssi on tarkoitettu aivovamman saaneille henkilöille, jotka haluavat perehtyä mielen hyvinvointiin. Kurssilla opetellaan tunnistamaan ja vahvistamaan omia voimavaroja, mietitään keinoja itsesäätelyn tueksi sekä otetaan käyttöön uusia keinoja tulla toimeen vammaan kanssa. Kurssi sisältää ammatill-

sesti ohjattuja ryhmäkeskusteluja, toiminnallista harjoittelua ja tietoisuusharjoitteita.

Kurssi järjestetään yhteistyössä Neuroliiton kanssa ja kursseille osallistuu myös heidän kohderyhmäänsä.

VAMMAUTUNEILLE HENKILÖILLE YKSIN TAI YHDESSÄ LÄHEISEN KANSSA TARKOITETUT KURSSIT

VÄSYVYYSKURSSI

Aika: 28.–31.3.2023
Paikka: Ruissalon kylpylä, Turku. www.ruissalospa.fi
Haku: 24.2.2023 mennessä

Kurssi on tarkoitettu aivovamman saaneille henkilöille, joilla väsyvyys on merkittävä oire ja joiden vammautumisesta on kulunut vähintään kolme vuotta. Kurssilla annetaan asiantuntijatietoa ja vaihdetaan kokemuksia aivovamman aiheuttamista

väsyvysoireista. Tavoitteena on oppia tunnistamaan oma väsyvyys ja löytää keinoja sen kanssa elämiseen sekä vahvistaa omia voimavaroja hyvinvoinnin tukena. Kurssille voi osallistua myös vammautuneen läheinen.

PERHEKURSSI

Aika: 5.–9.6.2023
Paikka: Ruissalon kylpylä, Turku, www.ruissalospa.fi
Haku: 21.4.2023 mennessä

Kurssi on tarkoitettu perheille, joissa vanhemmalla on aivovamma ja vammautumisesta on kulunut vähintään kaksi vuotta. Kurssilla annetaan tietoa aivovammoista ja keskustellaan vammautumisen merkityksestä perheen kannalta. Kurssilla on mahdollisuus tavata muita vastaavassa tilantees-

sa olevia perheitä, jakaa omia kokemuksia ja kuulla muiden vinkkejä perhe-elämään. Osa ohjelmasta on yhteistä kaikille perheenjäsenille, osa erikseen aikuisille ja lapsille. Kurssin tavoitteena on tukea perhettä sopeutumaan muuttuneeseen elämäntilanteeseen.

PARIKURSSI

Aika: 12.–15.9.2023
Paikka: Virkistysshotelli Yyteri, Pori. www.virkistysshotelli.fi
Haku: 28.7.2023 mennessä

Kurssi on tarkoitettu pariskunnille, joista toinen on aivovammutunut ja vammautumisesta on kulunut vähintään kolme vuotta. Kurssilla keskitytään erityisesti parisuhdeteemaan. Kurssin tavoitteena on käsitellä vammautumisen vaikutuksia

parisuhteeseen, saada uusia näkökulmia muilta samassa tilanteessa olevilta ja vahvistaa voimavaroja muuttuneessa elämäntilanteessa. Kurssi sisältää ryhmä- ja parikeskusteluja sekä toiminnallisia osuuksia.

MITÄ NYT? -KURSSI

Aika: 9.–13.10.2023
Paikka: Ruissalon kylpylä, Turku. www.ruissalospa.fi
Haku: 25.8.2023 mennessä

Kurssi on tarkoitettu aivovamman lähivuosina saaneille, joilla vammautumisesta on kulunut vähintään vuosi. Kurssilla annetaan asiantuntijatietoa aivovammoista ja käsitellään vammautumisen merkitystä omassa elämässä. Kurssilla keskitytään vamman aiheuttamien muutosten tiedostamiseen,

sosiaalisten suhteiden aktivoimiseen ja omien voimavarojen hyödyntämiseen kuntoutumisen tukena. Kurssi antaa mahdollisuuden vaihtaa kokemuksia aivovamman jälkitilaoireista samankaltaisessa tilanteessa olevien kanssa. Kurssille voi osallistua myös vammautuneen läheinen.

Maksusitoumuksilla järjestettävät sopeutumisvalmennuskurssit

Sopeutumisvalmennus on kuntoutusta ja sen tavoitteena on sosiaalisen toimintakyvyn edistäminen. Kurssit järjestetään ryhmämuotoisena kuntoutuksena. Näille kursseille tarvitaan maksusitoumuksen. Sopeutumisvalmennuskurssit ovat laajempia kuin muut kurssimme.

Kenelle

Aivovammaliiton sopeutumisvalmennuskurssit ovat valtakunnallisia. Ne on tarkoitettu yli 18-vuotiaille Suomessa asuville aivovammautuneille kuntoutujille ja heidän läheisilleen. Läheisiä ovat puoliset, vanhemmat ja huoltajat, aikuiset lapset, isovanhemmat tai muut samassa taloudessa asuvat. Sopeutumisvalmennuskurssit on tarkoitettu ensisijaisesti tapaturmaisesti aivovammautuneille henkilöille. Mukaan voidaan valita harkinnan perusteella myös henkilöitä, jotka ovat saaneet aivovaurion muulla tavalla.

Milloin

Sopeutumisvalmennuskursseille osallistuminen on ajankohtaista, kun vammautumisen jälkeinen kuntoutus ei enää etene suurin harppauksin ja uudenlaiseen elämään sopeutuminen on alkanut. Myös muuttunut elämäntilanne, johon kurssilta arvioidaan saavasi tukea, käy perusteeksi sopeutumisvalmennuskursseille osallistumiseen. Ryhmämuotoisilla kursseilla ei ole mahdollisuutta yksilö- tai kriisiterapiaan.

Kustannukset

Sopeutumisvalmennuskurssit kustannetaan maksusitoumuksilla. Maksusitoumuksen voit saada omasta vakuutusyhtiöstäsi, mikäli sinulla on lääkärinlausunto ja vakuutusyhtiösi on kustantanut muuta vammaasi liittyvää kuntoutusta. Voit myös hakea maksusitoumusta oman hyvinvointialueesi vammaispalveluista. Sopeutumisvalmennuskurssille osallistuaksesi sinulla tulee olla voimassa oleva maksusitoumus.

Sopeutumisvalmennuskurssit ovat osallistujille maksuttomia. Ne toteutetaan täysihoidolla sisältäen majoituksen kahden hengen huoneissa, ateriat ja ohjelman. Aivovammaliitto ei korvaa matkakuluja tai ansionmenetyksiä kurssin ajalta, mutta niitä voi hakea maksusitoumuksen myöntäneeltä taholta.

Haku

Aivovammaliiton kursseille haetaan ilmoitettuun hakupäivään mennessä. Kursseille haettaessa käytetään ensisijaisesti sähköistä hakulomaketta, joka on Aivovammaliiton nettisivuilla osoitteesta:

www.aivovammaliitto.fi/tukea/kurssitoiminta/

Täytähän hakemuksen huolellisesti, sillä valinnat tehdään hakulomakkeen tietojen perusteella. Hakijoille lähetetään sähköpostilla tieto valinnoista noin kuukautta ennen kurssin alkua.

Paperinen hakulomake löytyy tästä kurssiesitteestä. Sen voi myös tilata Aivovammaliiton kuntoutussuunnittelijalta.

Paperisen kurssihakemuksen postitusosoite:
Aivovammaliitto ry/Kurssit,
Malminkaari 5 B, 00700 Helsinki.

Lisätietoja saat Aivovammaliiton kuntoutussuunnittelijalta, puh. 050 373 9076, www.aivovammaliitto.fi

SOPEUTUMISVALMENNUSKURSSI – LIIKUNTA KUNTOUTUMISEN TUKENA

Aika: Kaksiosainen kurssi 28.–30.8. ja 2.–4.10.2023
Paikka: Liikuntakeskus Pajulahti, Nastola. www.pajulahti.com
Haku: 9.6.2023 mennessä

Kurssi on tarkoitettu aivovamman saaneille henkilöille, jotka haluavat lisätä liikuntaa arjessaan. Kurssilla annetaan asiantuntijätietoa aivovamman jälkitilaoireista ja vaikutuksista liikunta- ja toimintakykyyn sekä kokeillaan ohjatusti erilaisia liikuntamuotoja. Tavoitteena on saada uusia näkökulmia ja kokemuksia,

joita voi hyödyntää arjessaan osana muuta kuntoutusta ja hyvinvoinnin edistämistä.

Tälle kurssille tarvitset maksusitoumuksen.

SOPEUTUMISVALMENNUSKURSSI PARISKUNNILLE

Aika: 18.–22.9.2023
Paikka: Virkistysshotelli Yyteri, Pori. www.virkistysshotelli.fi
Haku: 28.7.2023 mennessä

Kurssi on tarkoitettu pariskunnille, joissa toisella on aivovamma. Kurssilla annetaan asiantuntijätietoa aivovamman jälkitilaoireista, käsitellään muuttuneeseen parisuhdetilanteeseen liittyviä asioita ja pyritään vahvistamaan osallistujien voimavaroja. Kurssilla vaihdetaan kokemuksia arjessa toimimisesta ja

pohditaan yhdessä vammautumisen merkitystä parisuhteen kannalta. Ohjelma sisältää ohjattuja ryhmäkeskusteluja, asiantuntijoiden alustuksia ja yhteistä toimintaa.

Tälle kurssille tarvitset maksusitoumuksen.

SOPEUTUMISVALMENNUSKURSSI VASTAVAMMAUTUNEILLE

Aika: 6.–10.11.2023
Paikka: Ruissalon kylpylä, Turku. www.ruissalospa.fi
Haku: 15.9.2023 mennessä

Kurssi on tarkoitettu aivovamman saaneille henkilöille, joilla vammautumisesta on kulunut vähintään vuosi. Kurssilla annetaan asiantuntijätietoa aivovammoista, käsitellään vamman aiheuttamien muutosten tiedostamista ja omien voimavarojen hyödyntämistä kuntoutumisen tukena. Kurssi antaa mahdollisuuden vaihtaa kokemuksia toisten samankaltaisessa

tilanteessa olevien kanssa, jakaa omia kokemuksia ja oppia muilta. Kurssille voi osallistua myös yhdessä läheisen kanssa.

Tälle kurssille tarvitset maksusitoumuksen.

SOPEUTUMISVALMENNUSKURSSI – VÄSYVYYS, VOIMAVARAT JA HYVINVOINTI

Aika: 20.–24.11.2023
Paikka: Imatran kylpylä, Imatra. www.imatrankylpyla.fi
Haku: 29.9.2023 mennessä

Kurssi on tarkoitettu aivovamman saaneille henkilöille, joiden vammautumisesta on vähintään kolme vuotta ja jotka haluavat saada uusia keinoja vamman kanssa elämiseen. Kurssilla annetaan asiantuntijätietoa väsyvysoireista ja etsitään yhdessä keinoja vahvistaa toimintakykyä ja hyvinvointia. Tavoitteena on oppia tunnistamaan oma väsyvyys, löytää

keinoja tulla paremmin toimeen oireiden kanssa ja vahvistaa omia voimavaroja. Kurssille voi osallistua yhdessä läheisen kanssa.

Tälle kurssille tarvitset maksusitoumuksen.

Hakemus Aivovammaliiton kursseille 2023

Täytä hakemus huolellisesti. Valinnat tehdään saatavilla olevien tietojen perusteella. Voit halutessasi liittää hakemukseen muita dokumentteja (esimerkiksi lääkärin B-lausunto tai hoitavan työntekijän suositus), joista tulee esiin tarpeesi kyseiselle kurssille. Tämä on kuitenkin vapaaehtoista.

Hakijan tiedot

Nimi: _____
Henkilötunnus: _____ Sukupuoli: Nainen Mies Muu En halua kertoa
Lähiosoite: _____
Postinumero: _____ Postitoimipaikka: _____ Puhelinnumero: _____
Sähköposti (osa viesteistä lähetetään sähköpostilla): _____
Äidinkieli: _____

Kurssille hakevan läheisen tiedot (jos hakee myös)

Nimi: _____
Syntymäaika: _____ Sukupuoli: Nainen Mies Muu En halua kertoa
Lähiosoite: _____
Postinumero: _____ Postitoimipaikka: _____ Puhelinnumero: _____
Sähköposti (osa viesteistä lähetetään sähköpostilla): _____

Lapset (HUOM! vain Perhekursseille hakevat)

Nimi ja syntymäaika: _____
Nimi ja syntymäaika: _____
Nimi ja syntymäaika: _____

Kurssi, jolle haetaan

Kurssin nimi: _____
Kurssin ajankohta: _____
Oletko ollut aiemmin Aivovammaliiton kurssilla: Kyllä Ei
Kurssin nimi: _____
Vuosi: _____

Tavoitteesi

Millaista muutosta tavoittelet kurssin avulla?

Odotukset ja toiveet kurssilta

Kerro mitä odotat ja toivot kyseiseltä kurssilta. Miksi haluat osallistua kyseiselle kurssille?

Aivovammaa koskevat tiedot

Vammautumivuosi: _____

Merkittävimmät päivittäistä toimintaa ja/tai ihmissuhteita haittaavat aivovamman oireet:

Saatko tällä hetkellä kuntoutusta? Jos saat, minkälaista?

Toimintakyky

Kurssien keskeinen työmenetelmä on ohjatut ryhmäkeskustelut. Pystytkö seuraamaan ja osallistumaan ryhmäkeskusteluihin? Kyllä En En ole varma

Jos vastasit En tai En ole varma, tarkenna tähän vastaustasi:

Onko sinulla haasteita vuorovaikutustilanteissa, puheen tuottamisessa tai ymmärtämisessä?

Kyllä Ei

Jos vastasit Kyllä, millaisia haasteita ja missä osa-alueessa?

Selviydytkö itsenäisesti arkipäivän toiminnoista ilman apua? Kyllä En

Jos vastasit En, millaista apua tarvitset: _____

Käytätkö arjessasi apuvälineitä? Kyllä En

Jos käytät, niin millaisia? _____

Terveydentilaa koskevat tiedot

Muut sairaudet: _____

Lääkitys: _____

Erytysruokavalio: _____

Ammatti- ja työtilannetta koskevat tiedot

Työssä Työtön Opiskelija Työkyvyttömyyseläkkeellä Kuntoutustuella

Työkyvytön (sairauspäivärahalla) Eläkkeellä (muu kuin työkyvyttömyyseläke)

Muu mikä? _____

HUOM! Täytä tämä kohta vain, jos haet maksusitoumuksilla järjestettävälle sopeutumisvalmennuskurssille. Ilman maksusitoumusta et voi osallistua sopeutumisvalmennuskurssille.

Minulla on voimassa oleva maksusitoumus vakuutusyhtiöstä Kyllä Ei vielä haettu

Vakuutusyhtiön nimi ja vahinkonumero **tai** maksusitoumuksen tiedot: _____

Suostumus ja allekirjoitus

Suostun, että tarpeellisia tietojani voidaan antaa viranomaisille kurssiasiani käsittelyssä sekä pyytää näiltä kurssiasiani hoitamisessa tarvittavia tietoja. Kurssia koskevissa asioissa noudatetaan tietosuojalakia (1050/2018) ja vaitiolovelvollisuutta. Kyllä

Paikka ja aika: _____ Hakijan/huoltajan allekirjoitus: _____

Minulle saa lähettää tiedotepostia Aivovammaliitosta Kyllä Ei

VALINTAKRITEERIT VUODEN 2023 KURSSEILLE:

1. Kursseille voivat hakea tapaturmaisen aivovamman saaneet aikuiset ja heidän läheisensä.
2. Vammautumisesta on kulunut riittävästi aikaa.
3. Ensimmäistä kertaa Aivovammaliiton kursseille hakevat ovat ensisijaisia hakijoita.
4. Hakemuksesta ilmenee hakijan psykososiaalinen tarve ja motivaatio hakeutua kurssille.
5. Hakijan tavoitteet ja odotukset vastaavat kyseisen kurssin sisältöä.
6. Hakija pystyy osallistumaan ryhmämuotoiseen toimintaan ja kurssin ohjelmaan.
7. Ryhmän kokoonpano tarjoaa mahdollisuuden vertaistuen toteutumiseen.

TUETTU LOMATOIMINTA

Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto ry (MTLH) tarjoaa aivo-
vamman saaneille henkilöille ja heidän perheilleen mahdolli-
suuden tuettuun ryhmälomaan kesäkuussa 2023. Tuetulla lomalla voit
tavata toisia samankaltaisessa elämäntilanteessa olevia, jakaa koke-
muksia sekä saada vertaistukea ja voimavaroja arjen tueksi. Perhelo-
milla lapsilla ja vanhemmilla on mahdollisuus kiireettömään yhdessä-
oloon ja mukavaan yhdessä tekemiseen.



Voit hakea lomaa, jos asut Suomessa vakituisesti, eikä sinulla muuten olisi mahdollisuutta lomailuun.
Loma myönnetään taloudellisin, terveydellisin ja sosiaalisin perustein. Lomatuen hakeminen ei edellytä järjestön tai
yhdistyksen jäsenyyttä, mutta hakemuksessa tulee käydä ilmi, että kuulut järjestön kohderyhmään.

Lomateema: Vertaisloma lapsiperheille – Vertaisuudesta voimavaroja arkeen!

Kenelle: Perheille, joissa lapsella tai aikuisella on aivovamma. Myös pariskunnat voivat hakea.

Aika: 25.–30.6.2023

Paikka: Liikuntakeskus Pajulahti, Nastola

Ostavastuuosuudet: Loman omavastuuosuus on 25 €/vrk aikuisilta ja 17 vuotta täyttäneiltä.

Alle 17-vuotiailta ei peritä omavastuuta.

Loman sisältö: Lomaan sisältyy täysihito, majoitus kahden hengen huoneessa tai perhelomilla perhekoon mukaisissa huoneissa/huoneistoissa, ryhmäkohtainen ohjelma, yleinen vapaa-ajanohjelma, lomapaikan allasosaston ja kuntosalin käyttö. Perhelomilla 1–4-vuotiaiden lastenhoito (4 x 2 h).

Haku: 25.3.2023 mennessä. Lomahakemuksen voi täyttää MTLH:n verkkosivuilla osoitteessa www.mtlh.fi

Lisätietoja: Osoitteesta www.mtlh.fi sekä Sirpa Otava, sirpa.otava@mtlh.fi tai puh. 040 567 0628.

HUOM!

Tuetun loman järjestää Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto ry.

Hakemukset ja kaikki lomaan liittyvät kysymykset tulee osoittaa heille.

Aivovammaliiton kurssitoiminta ja MTLH:n tuettu loma ovat erillisiä, eivätkä sulje toisiaan pois.

Voit siis hakea molempiin samana vuonna.