

IHOTAUTIA SAIRASTAVIEN AIKUISTEN, joilla on jo perustiedot omasta sairaudestaan, KURSSI (Kela 31453)

Aika: 14.-18.9.2009

Paikka: Kylpylähotelli Summassaari, Saarijärvi

Kurssin kohderyhmänä on pitkäaikaista ihosairautta sairastavat työikäiset aikuiset, joilla on jo perustiedot omasta sairaudestaan ja joille sairaus aiheuttaa fyysisiä, psyykkisiä tai sosiaalisia rajoituksia arjessa. Kurssilla on mahdollisuus ohjatusti jakaa kokemuksia samanlaisessa elämäntilanteessa olevien kanssa ja saada vertaistukea. Kurssi tarjoaa myös mahdollisuuden virkistäytyä ja saada voimavaroja arkipäivän elämään.

Kurssin ohjelmassa on ryhmäkeskusteluja, yhteistä liikuntaa, rentoutumista ja virkistytymistä. Kurssilla on tarpeen mukaan mahdollisuus myös yksilölliseen ohjaukseen.

HAKU

Kurssille haetaan täyttämällä Kelan kuntoutushakemus (KU 102) ja kuntoutushakemuksen liite (KU 104). Hakemukseen liitetään hoitavan lääkärin kirjoittama B-lausunto tai epikriisi, josta ilmenee perusteltu kuntoutustarve. Hakemuksia saa Iholiitosta, Kelan toimistoista tai Kelan verkkosivuilta (www.kela.fi). Hakemukset postitetaan Iholiittoon. Kurssin hakuaika päättyy **12.6.2009**. Myös hakuajan päätyttyä voi tiedustella vapaita kurssipaikkoja.

KUSTANNUKSET

Sopeutumisvalmennuskurssit ovat maksuttomia. Siihen sisältyy kurssin ohjelma, majoitus kahden hengen huoneissa ja ruokailut. Matkat korvataan Kelan korvauskäytännön mukaan. Kelalta voi jälkikäteen hakea kurssiajan ansionmenetykseen kuntoutusrahaa.

Lisätiedot: koulutussuunnittelija Teija Launis (09) 7562 0131, teija.launis(at)iholiitto.fi ja kuntoutussuunnittelija Risto Heikkinen (09) 7562 0134, risto.heikkinen(at)iholiitto.fi



*Eteläisen Suomen
Atopiayhdistys*

Jäsenkirje 1/2009

ETELÄISEN SUOMEN ATOPIAYHDISTYS RY

Jäsenmäärä 31.12.2008 736 henkilöä

Yhdistyksen puhelin: 040 7788 702
etelainen@atopialiitto.fi

Yhdistyksen hallitus vuonna 2008:

puheenjohtaja Matti Jäntti, Helsinki
varapuheenjohtaja Heikki Vihanto, Tuusula
sihteeri Mare Poikela, Porvoo (vertaistukivastaava p. 040 7788 702)

rahastonhoitaja Tomi Silander, Helsinki
tiedotus Nina Kareinen, Helsinki

muut hallituksen jäsenet:

Urpo Ponsimaa, Helsinki
Pia Saari, Helsinki

varajäsenet: Mika Rönnemaa, Helsinki
Nina Pulli, Helsinki

lapsiperhevastaavat:

Mare Poikela, p. 040 584 5951
Kalevi Poikela, p. 040 534 9751
www.atopialiitto.fi/lapsiperhevastaavat

Jäsenasiat/osoitteenmuutokset:

Iholiitto (09) 756 2010
jasenpalvelu@atopialiitto.fi

<http://www.atopialiitto.fi>
<http://www.atopialiitto.fi/esa>

ATOPIALAPSIPERHEKURSSI

Aika: 9.-13.6.2009

Paikka: Ruissalon kylpylä, Turku

Kurssi on tarkoitettu perheille, joissa lapsella on atooppinen ihottuma. Kurssi tarjoaa mahdollisuuden tietojen päivittämiseen ja kokemusten jakamiseen muiden perheiden kanssa. Kurssin ohjelmassa on vanhemmille päivittäisiä keskusteluryhmiä sekä luentoja ihon hoitoon ja palveluihin liittyvistä aiheista. Kurssilla on mahdollisuus myös perhekohtaiseen hoidonohjaukseen. Lapsille on vanhempien ohjelman ajaksi järjestetty omaa lastenohjaajien vetämää ohjelmaa. Perheille on yhteistä liikunnallista ohjelmaa ja lapsille oman ikätason mukaista toimintaa. Kurssille pääsevät mukaan myös alle 16-vuotiaat sisarukset.

HAKU

Kurssille haetaan täyttämällä Kelan kuntoutushakemus (KU 102) ja kuntoutushakemuksen liite (KU 104). Hakemukseen liitetään hoitavan lääkärin kirjoittama B-lausunto tai epikriisi, josta ilmenee perusteltu kuntoutustarve. Hakemuksia saa Iholiitosta, Kelan toimistoista tai Kelan verkkosivuilta (www.kela.fi). Hakemukset postitetaan Iholiittoon. Kurssin hakuaika päättyy **15.4.2009**. Myös hakuajan päätyttyä voi tiedustella vapaita kurssipaikkoja.

KUSTANNUKSET

Perhekurssi on maksuton. Siihen sisältyy kurssin ohjelma, majoitus ja ruokailut. Matkat korvataan Kelan korvauskäytännön mukaan. Kelalta voi jälkikäteen hakea kurssiajan ansionmenetykseen kuntoutusrahaa.

Lisätiedot: koulutussuunnittelija Teija Launis (09) 7562 0131, teija.launis(at)iholiitto.fi, ja kuntoutussuunnittelija Risto Heikkinen (09) 7562 0134, risto.heikkinen(at)iholiitto.fi

PARIKURSSI, ATOOPPISTA IHOTTUMAA SAIRASTAVAT

Aika: 3.-5.4.2009

Paikka: Kylpylä Kivitippu, Lappajärvi

Kurssi on tarkoitettu atooppista ihottumaa sairastavalle ja hänen kumppanilleen. Kurssi tarjoaa pariskunnille mahdollisuuden tavata muita pareja ja jakaa kokemuksia heidän kanssaan. Lisäksi kurssilla voidaan irtautua arjesta ja virkistäytyä hyödyntäen kylpylän vapaa-ajan ohjelmaa (mm. uinti, kuntosali, tanssi). Kurssilla on ohjattuja ryhmäkeskusteluja ja ihonhoitoon liittyvä luento.

HAKU KURSSILLE

Kurssille haetaan Iholiiton omalla [hakulomakkeella](#), jonka voi myös tilata Iholiitosta. Hakuaika kurssille päättyy maanantaina 2.3.2009. Myös hakuajan päätyttyä voi tiedustella vapaita kurssipaikkoja.

KUSTANNUKSET

Kurssi on maksuton. Iholiitto korvaa matkakustannukset soveltaen Kelan matkakorvausperusteita. Omavastuu matkoista on 9,25 €/suunta.

LISÄTIETOA

Koulutussuunnittelija Teija Launis, (09) 7562 0131, teija.launis(at)iholiitto.fi ja kuntoutussuunnittelija Risto Heikkinen, (09) 7562 0134, risto.heikkinen(at)iholiitto.fi

Hyvää vuotta 2009 atoopikot !

Syksyn aikana järjestetyissä lapsiperheiden viikonlopussa Pellingissä ja parissuhdeviikonlopussa Kaisankodissa Espoossa oli täysi osanotto. Kiitos kaikille aktiivisesta osallistumisesta yhdistyksen toimintaan!

Tilaisuuksissa käytiin hyviä vertaistukikeskusteluja. Näissä ilmeni, että atoopikon perheenjäsenillä on usein taakkaa ja huolta sairaudesta. Puoliso tai muu perheenjäsen joutuu sopeutumaan toisen hilsestä aiheutuviin haittoihin, raapimiseen ja harrastusten rajoituksiin.

Sairastava ei jaksa aina kuulla hyvää tarkoittavia neuvoja ja kehotuksia ja saattaa tuntea syyllisyyttä. Kun vointi on pitkään huono, voi puolisoista/perheenjäsenestä tuntua, ettei sairass edes oikein yritä hoitaa itseään, vaan jopa nauttii raapimisestaan ym. Tällaisiin tuntemuksiin on hyvä, kun tapaa toisiakin atoopikkoja ja heidän perheitään ja huomaa, että samanlaista se on muillakin.

Toivottavasti tätä myötä kykenemme paremmin huomioimaan toisemme ja toistemme tuntemukset.

Atopialiiton Atomi-projekti päättyy. Atopialiitto ei saanut RAYltä avustusta toiminnan jatkolle tällä kertaa. Atomi-projektin työntekijänä toiminut Aino Ovaskainen siirtyy Iholiiton järjestösuunnittelijaksi ja jatkaa näin työtä yhdistysten ja lapsiperheidenkin parissa, mutta aiempaa pienimuotoisemmin.

ESAn hallitus
Matti Jäntti, pj

Miten Sinun ihosi voi nyt? Toivottavasti hyvin! Jos kuitenkin ihosi voi huonosti, miten me voisimme auttaa Sinua ihosi kanssa? Ota yhteyttä: etelainen@atopialiitto.fi.

Käsien hoito - jäsenilta

Aika: **Tiistai 10.2.** klo 17:30
Paikka: **Ihopiste**, Töölönkatu 11, Helsinki

Keskellä talvea monella atoopikolla on ongelmia käsien kanssa. Ihopisteen johtava hoitaja Sirpa Pajunen luennoi käsien hoidosta. Luennon jäkeen jokaisella osallistujalla on mahdollisuus henkilökohtaiseen hoidonohjaukseen. Jäsenillassa on myös tarjoilu.

Ilmoittautumiset maanantaihin 9.2. mennessä puh 040 563 9609 tai matti.jantti@netsonic.fi

Kevään kylmähoitoretket Haikon Kartanoon

Kylmähoidon avusta atoopikoille on nyt saatu tieteellistäkin näyttöä (syksyn 2008 Ihon Aika – lehdessä oli juttu Taras Klimenkon väitöskirjasta) Nyt kylmähoitokokeilu järjestetään kahdesti, jotta halukkaat voivat osallistua molempiin ja paremmin arvioida, onko hoidosta henkilökohtaisesti hyötyä.

Aika: **Lauantai 28.2. ja lauantai 14.3** klo 10-16
Paikka: **Haikon Kartano ja Kylpylä**, Haikkoontie 114, Porvoo

Osallistumismaksu jäseniltä 20€/kerta (lapset 4-12 v. 5 €/kerta) maksetaan etukäteen yhdistyksen tilille 129930-103327. Maksu sisältää kylmähoitokokeilun kylmähuoneessa, kylpylän vapaan käytön ja aterian. Ilmoittautumiset ja tiedustelut esim kuljetuksista viimeistään 20.2. p 040 77 88 702.

Yhdistyksen kevätkokous

Aika: **Tiistai 4.3.** klo 17
Paikka: **Iholiiton toimitilat**, Karjalankatu 2B, 3, krs, Helsinki

Käsiteltävinä sääntömääräisinä asioina kokouksessa ovat vuoden 2008 toimintakertomus ja tilinpäätös sekä jäsenaloitteet, jotka voi toimittaa 2 viikkoa etukäteen osoitteeseen etelainen@atopialiitto.fi

Tilaisuus on avoin kaikille jäsenille, tarjoiluineen , tervetuloa!

Perinteinen meikki-ilta

Tervetuloa mukaan viettämään hemmotteluhetkiä meikki-illan parissa.

Aika: **Perjantai 15.4.** klo 17.30-21
Paikka: **Kosmetologiliike Sari Säily**, Runeberginkatu 69, Helsinki

Tarjolla on pientä purtavaa sekä oiva tilaisuus vaihtaa kokemuksia ja vinkkejä atooppisen ihon hoidosta/meikkien käytöstä. Meikit tehdään atooppiselle iholle soveltuvilla, hajusteettomilla tuotteilla.

Mukaan mahtuu ensimmäiset 6 ilmoittautunutta. Kyselyt ja ilmoittautumiset sähköpostitse etelainen@atopialiitto.fi