

Reumaliitto järjestää raha-automaattiyhdistyksen rahoittamia sopeutumisvalmennuskursseja reumaa sairastaville henkilöille tänäkin vuonna. Kurssit ovat osallistujille maksuttomia.

Kurssien tarkoituksena on antaa tietoa, vertaistukea ja tarjota mahdollisuus keskustelulle sairauteen liittyvissä kysymyksissä. Kurssilla mm. etsitään ratkaisuja osallistujien ajankohtaisiin elämänhaasteisiin, saadaan tietoa kivun ja uupumuksen hallintakeinoista sekä sosiaaliturvasta. Tavoitteena on myös vahvistaa kurssilaisten itsetuntemusta ja auttaa löytämään ja tunnistamaan omia vahvuuksia.

Kurssilla työskennellään joustavasti alustuksin, niihin pohjaavin keskusteluin sekä ryhmätyöskentelyn keinoin. Kurssilaisilta odotetaan aktiivista osallistumista. Ohjelmassa on myös yhteistä liikuntaa.

Kursseja järjestetään seuraavasti:

- 26.–30.3.2012., Kun kipu ei näy -parikurssi, Yyterin kylpylässä, Porissa.
- 16.–20.4., Kun kipu ei näy -yksilökurssi, Hopeaniemi, Vihti
- 23.–27.4., Nivel- ja selkärankareuma sairastavien yksilökurssi, Kuntoutumiskeskus Apilassa, Kangasalla.

Tarkemmat tiedot kurseista ja hakulomakkeet löytyvät:

<http://www.reumaliitto.fi/jarjestopalvelut/palvelut/kuntoutus/sopeutumisvalmennus/>

Lisätietoja:

Leena Lopenen, kurssisihteeri
Suomen Reumaliitto ry
puh. (09) 4761 5603