



NEUROLIIITTO



TIETOPÄIVÄ JYVÄSKYLÄSSÄ

lauantaina 11.5.2019 klo 10 - 16

Tietopäivä on suunnattu henkilöille, jotka sairastavat MS- tautia tai jotain harvinaista neurologista sairautta. Myös läheiset ovat tervetulleita. Tilaisuus on maksuton.

Tietopäivän aikana asiantuntijat johdattavat puheenvuoroillaan tärkeiden asioiden äärelle. Tarjolla on tietoa mm. sairauden aiheuttamista kognitiivisista haasteista ja uupumuksesta, kuntoutuksesta sekä tunteiden vaikutuksesta hyvinvointiimme. Tilaisuuden tavoitteena on auttaa löytämään keinoja oman hyvinvoinnin tukemiseksi.

Aika lauantai 11.5.2019 klo 10–16

Paikka Sokos Hotel Alexandra
Hannikaisenkatu 35, 40100 Jyväskylä

Päivän ohjelma

- 10.00–10.30 **Päivän aloitus**
sosionomi Anna Hokkanen ja kuntoutussuunnittelija Pirkko Hämäläinen, Neuroliitto
- 10.30–12.00 **Ottaa päähän, ei näy päälle – sairauden aiheuttamat kognitiiviset haasteet ja uupumus** (luento verkkovälitteisesti)
Päivi Hämäläinen, neuropsykologi, Maskun kuntoutuskeskuksen johtaja
- 12.00–13.00 **Lounas**
- 13.00–14.00 **Tiedosta, tunnista ja säätele - tunteet osana sopeutumista ja hyvinvointia**
Sari Kuitunen työterveyspsykologi, kognitiivis-analyttinen psykoterapeutti YET
- 14.00–14.15 **Kahvi- ja teetauko**
- 14.15–15.30 **Kuntoutus: mitä, missä, milloin?** *Pirkko Hämäläinen kuntoutussuunnittelija*
- 15.30–15.45 **Miten tästä eteenpäin? Millaista apua ja tukea on tarjolla?**
Neuroliiton palvelut, Anna Hokkanen sosionomi
- 15.45–16.00 **Palautteet ja päivän päätös**

Ilmoittaudu viimeistään 25.4. osoitteessa tapahtumat.neuroliitto.fi.

Lisätiedot: Anna Hokkanen, anna.hokkanen@neuroliitto.fi, 040 500 1657.

