



## Oletko saanut hiljattain MS-diagnoosin? Tervetuloa tietopäivään la 13.4. Helsinkiin

Onko sinulla diagnosoitu MS-tauti hiljattain? Tietopäivässä tarjoamme sinulle ja läheisillesi mahdollisuuden kuulla asiantuntijoiden puheenvuoroja sairauteen sopeutumiseen, ravitsemukseen ja itsehoitoon liittyen. Päivän aikana sinulla on myös mahdollisuus jakaa kokemuksia muiden kanssa. Tilaisuus on suunnattu henkilöille joiden diagnoosin saamisesta on max 1-2 vuotta

Tilaisuudessa tarjoillaan kevyt lounas. Tilaisuus on maksuton.

**Aika** lauantai 13.4.2019 klo 10–16.15

**Paikka** Nordic Light ravintolan kokoustila,  
Arabiankatu 12, 00560 Helsinki

### Päivän ohjelma

10.00–10.15 **Päivän aloitus**, *sosionomi Anna Hokkanen*

10.15–11.45 **MS ja ravinto**, *ravitsemusterapeutti Anette Palssa*

11.45–12.30 **Kevyt lounas**

12.30–13.30 **MS-tauti – näkymättömiäkin haittoja. Kuinka sopeutua uuteen tilanteeseen?**  
*neuropsykologi*

13.30–13.45 **Kahvi- ja teetauko**

13.45–14.45 **Kokempupeheenvuoro**, *Outi Lehtosuo*

14.45–15.15 **Elämää MS-taudin kanssa?** *Kysymyksiä ja keskustelua*

15.15–15.30 **Tauko**

15.30–16.00 **Neuroliiton kuntoutus- ja kurssipalvelut**, *kuntoutussuunnittelija Annika Ingves*

16.00–16.15 **Palautteet ja päivän päätös**, *Anna Hokkanen*

**Ilmoittaudu viimeistään 25.3.** osoitteessa [tapahtumat.neuroliitto.fi](https://tapahtumat.neuroliitto.fi).

**Lisätiedot:** Anna Hokkanen, [anna.hokkanen@neuroliitto.fi](mailto:anna.hokkanen@neuroliitto.fi), 040 500 1657.