



VARSINAIS-SUOMEN
SYDÄNPIIRI RY

ELÄMÄÄ SEPELVALTIMOTAUDIN KANSSA

Kurssi on tarkoitettu sepelvaltimotautiin sairastuneille.

Kurssi toteutetaan verkkokurssina.

Keskiviikkoisin 3.3. – 31.3.2021 klo 16.15,
tapaamisten kesto 2-3 h /kerta

Kurssi sisältää 5-6 kokoontumista Teams-sovelluksella terveydenhuollon ammattihenkilön ohjauksessa. Ohjelma sisältää alustuksia asiantuntijoilta ja keskustelua osallistujia askarruttavista asioista. Osallistujat saavat kurssilla järjestötietoa ja vertaistukea. Ohjelmaan kuuluvat kotitehtävät ja materiaalit, jotka tukevat ja syventävät käsiteltyjä teemoja.

Teemoja ovat:

- sepelvaltimotauti ja sen hoito
- omahoito
- ravitsemus
- liikunta
- arkielämän kysymykset
- sairauteen sopeutuminen ja omat voimavarat

Kurssille haetaan kuntoutumiskurssihakemuksella ja sinne valitaan 10 osallistujaa.

Kuntoutumiskurssihakemus:
sydan.fi/apua-ja-tukea/kuntoutuskalenteri

Hakemukset toimitetaan 17.2. mennessä
osoitteeseen:

Varsinais-Suomen Sydänpiiri
Eerikinkatu 27 A, 2.krs, 20100 Turku
TAI varsinais-suomi@sydan.fi

Lisätiedot: 02 279 0221, varsinais-suomi@sydan.fi.

Osallistuminen on maksutonta.
SYDÄMELLISESTI TERVETULOA

sydän
tekee hyvää

