**SEPELVALTIMOTAUTIPOTILAIDEN ENSITIETOPÄIVÄT (SINFO) 2024**

**AIKA**: **KEVÄT:** 22.01.2024 **SYKSY:** 19.08.2024

19.02.2024 16.09.2024

18.03.2024 18.11.2024

22.04.2024 16.12.2024

20.05.2024

**PAIKKA**: **OYS: Luentosali 6, sisäänkäynti N, 2. kerros**

**OYS:n kartta liitteenä**

Kaikista tilaisuuksista on etäyhteysmahdollisuus. Etäyhteydestä tulee sopia etukäteen.

**KOHDERYHMÄ:** Sydäninfarktin sairastaneet, potilaat joilla on todettu sepelvaltimotauti, pallolaajennus- ja ohitusleikkauspotilaat omaisineen.

Päivän aikana on mahdollisuus tavata muita samaa sairautta sairastavia henkilöitä. Mukana on myös sydänyhdistyksen vertaistukihenkilö.

**OHJELMA**: *09.00 – 09.45 Sepelvaltimotaudin riskitekijät, hoitomuodot ja kuntoutus*

*09.45 - 10.00 Vertaistuki*

***10.00 - 10.15 Tauko***

*10.15 – 11.00 Sepelvaltimotauti ja liikunta*

*11.00 – 11.45 Sydänystävällinen ruokavalio* ***11.45 – 12.30 Kahvit ja välipala***

*12.30 – 13.15 Sairauden vaikutus mielialaan*

***13.15 – 13.30 Tauko***

*13.30 – 14.30 Sepelvaltimotaudin lääkehoito*

*14.30 - 15.00 Arkielämän kysymyksiä, keskustelua*

**KUSTANNUKSET:** Osallistuminen on maksutonta. Puoliso/omainen voi myös osallistua ohjaukseen. Päivän aikana tarjotaan pieni välipala. Mahdollisuus ruokailla omakustanteisesti OYS:n ravintoloissa.

Matkakustannukset korvataan Kelan korvausperusteiden mukaisesti.

**ILMOITTAUTUMINEN:** Ilmoittautumiset viimeistään viikkoa ennen ensitietopäivää

vuodeosastojen tai poliklinikan osastosihteerille

Sydänpoliklinikan osastonsihteerille

puh. **(08) 315 3550** ma-pe klo 9.00-11.00 ja 13.00-15.00

mari.tulla@pohde.fi (sähköpostitse ei ilmoittautumista, vain tiedustelut)

Mikäli olet estynyt osallistumaan, muistathan perua ilmoittautumisesi.

