

nationella  
**Parkinson**  
**skolan**

Intro-  
duktion

Oro & ned-  
stämdhet

Stress

Själv-  
styrning

Kommu-  
nikation

Berikande  
aktiviteter

Mitt liv med  
Parkinson

Träff 7

# Utbildningens upplägg



1. Introduktion

2. Själstyrning

3. Stress

4. Oro & nedstämdhet

5. Kommunikation

## Vad tyckte du om utbildningen?

Vilken träff tyckte du var mest intressant? Varför?

Vad har du haft mest nytta av i din vardag?

Har du med hjälp av hemuppgifterna upptäckt något nytt?

Har du kunnat förändra något så att du mår bättre?