

PARKINSONS SJUKDOM

DYSTONI

HUNTINGTONS SJUKDOM

ESSENTIELL TREMOR

ÖVRIGA RÖRELSESTÖRNINGAR

STYRKOR I VARDAGEN

kurs för personer med rörelsestörningssjukdomar



Vill du ha mera välbefinnande i vardagen?
Vill du träffa andra personer med
rörelsestörningssjukdomar?

På kursen diskuteras bl.a. hurdana krafter du
behöver, hur du kan ta hand om dig själv och
hurdan din relation till din omgivning är. Målet
är att hjälpa dig att förstärka dina egna resurser
och hitta sätt att stimulera din livsglädje.

Kursarbetet sker i form av handledda
gruppdiskussioner, aktiviteter i små grupper
och övningar i kroppskännedom. Kursen riktar
sig till personer som kan fungera självständigt
i sin vardag, alltså vars sjukdom inte är
svårgradig.

Kursen är kostnadsfri för deltagarna.
Kaffeservering ingår.

TID OCH PLATS:

6.9 kl. 16-19 & 7.9 kl. 10-13
4.10 kl. 16-19 & 5.10 kl. 10-13
15.11 kl. 16-19 & 16.11 kl. 10-13

Pargas, Folkhälsanhuset

ANSÖK SENAST: 12.8.2024

liikehairio.fi > palvelut > (välj
diagnos) > kurssit

[www.liikehairio.fi/palvelut/1624-
styrkor-i-vardagen](https://www.liikehairio.fi/palvelut/1624-styrkor-i-vardagen)

MERA INFORMATION:

Jenni Piilinen
Sakkunnig inom kursverksamheten
jenni.piilinen@liikehairio.fi
050 4638278

liikehairio.fi



 Förbundet för rörelsestörningssjukdomar