

Puhtia parisuhteeseen -esimerkkiohjelma

ti 11.4. klo 17.30-19.30 (Teams)

- tutustuminen ja kurssin tavoitteet
- adhd parisuhteessa

ke 19.4. klo 14.00 - pe 21.4. klo 14.00 (Turku)

- arjen askareet, adhd & toiminnanohjaus
- vuorovaikutus & tunteet
- kuntoutuminen ja voimavarat
- omat voimavarat, parisuhteen hyvinvointi

ti 2.5. klo 17.30-19.30 (Teams)

- lääkärin luento

ti 9.5. klo 17.30-19.30 (Teams)

- mitä minulle ja meille kuuluu?
- miten matka jatkuu?

