



GÖR EN LJUDDAGBOK

- ***SÄTT DIG PÅ EN PLATS OCH LYSSNA OCH BESKRIV LJUDEN DU HÖR OCH VAD LJUDEN FÅR DIG ATT KÄNNA.***
- ***GÖR DETTA VID MINST 5 OLIKA PLATSER/TILLFÄLLEN***

***TURE TINNITUS FUNDERAR:
- HUR LÅTER TINNITUS?***

