

Maksuton
kurssi

Mitä meille kahdelle kuuluu?

Mihin katosi se kumppani, johon aikoinaan rakastuin? Ja yhteiset hetket, kun juteltiin ja nautittiin toisistamme? Mitä meille matkan varrella tapahtui?

Puolison sairastuminen voi muuttaa parisuhdetta monella tavalla: ehkä juttelette vähemmän, kosketatte harvemmin ja etäännytte hiljalleen toisistanne.

Miten löytää takaisin toisen luo? Oppia ymmärtämään puolisoa, hänen sairastumisestaan ja siihen liittyviä tunteita: häpeä aikaansaamattomuudesta, kiukku elämän muuttumisesta, epätoivo toipumisen hitaudesta. Mutta myös toisinpäin: miltä sairastuneen puolisoista tuntuu? Voiko omasta turhautumisesta puhua, saako suuttua? Saanko iloita ystävien seurasta ja onnistumisista töissä, jos toinen ei jaksa edes lähteä kotoa? Entä miten tukea puolisoa toipumisessa ja pitää huoli itsestä?

Kurssilla puramme yhdessä parisuhteen erilaisia odotuksia ja ongelmakohtia, harjoitellamme omista tunteista kertomista ja etsimme polkuja toisen luo.

KENELLE?

Pareille, jotka toivovat löytävänsä läheisyyden uudelleen ja joissa toinen tai molemmat ovat jättäneet työelämän mielenterveydellisten syiden vuoksi.

Laukaa/ Peurunka

Kurssilla yövytään

Kurssipäivät: 1.4. – 3.4. ja 7.5.

Kellonajat: Aloitamme 1.4. klo 15 ja lopetamme 3.4. klo 15

Paikka: Kylpylähotelli Peurunka, Peurungantie 85, Laukaa

Muoto: Kurssilla yövytään ja se sisältää täysihoidon

Ohjaajat: Isko Kantoluoto ja Merja Smahl, Mielenterveyden keskusliitto

Mukaan mahtuu: 8 paria

Hae mukaan: 4.3. mennessä

Mahduinko?

Ilmoitamme sinulle viimeistään 8.3.

Mitä maksaa?

Kurssi on osallistujille maksuton. Korvaamme osallistujille kurssipäivien matkakulut halvimmalla kulkuneuvon mukaan. Omavastuu matkakuluista on 10 €/suunta/hlö.

Lue lisää:

www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri
(Hae: kurssin nimellä)



Mielenterveyden
keskusliitto

