

Maksuton
kurssi

Mitä meille kahdelle kuuluu?

Ihan hyvinhän meillä menee... Ei nyt ainakaan mitään kriisiä päällä. Olisiko silti hyvä päivittää, missä mennään? Toisen sairastuminen saattaa kuitenkin koetella jaksamista. Voimme lisätä taitojamme kohdata ja käsitellä erilaisia arkielämän asioita, vaikeitakin, ja vahvistaa parisuhdettamme vielä vähän lisää.

Kurssilla puhumme yhdessä arjessa jaksamisesta ja psykkinen sairauden vaikutuksesta parisuhteessa. Käsittelemme ristiriitoja, riitelemisen taitoa ja seksuaalisuutta. Pyrimme parantamaan keskustelu- ja vuorovaikutustaitojamme.

Samalla pääsemme kuulemaan ja vaihtamaan ajatuksia ja kokemuksia toisten, saman kokeneiden parien kanssa.

Kenelle?

Pareille, joista ainakin toinen kokee mielenterveysongelmia ja on pois työelämästä.

Sotkamo/Vuokatti

Kurssipäivät:

22.9.–24.9. ja 13.10.–14.10.

Kellonajat: 22.9. /13.10. aloitetaan klo 15 ja 24.9./14.10 lopetetaan klo 12

Paikka: Break Sokos Hotel Vuokatti, Kidekuja 2, Vuokatti

Muoto: Kurssilla yövytään ja se sisältää täysihoidon

Ohjaajat: Merja Smahl, Sanna Hyry ja vertaisohjaajat Mielenterveyden keskusliitto

Mukaan mahtuu: 8 paria

Hae mukaan: Viimeistään 21.8.

Mahduinko? Ilmoitamme sinulle 22.8.

Mitä maksaa? Ei mitään!

Huom! Korvaamme osallistujille kurssipäivien matkakulut halvimmman kulkuneuvon mukaan. Omavastuu matkakuluista on 10 €/henkilö/suunta.

Mitä maksaa? Ei mitään!

Haku täällä, etsi kurssin nimellä:
www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri



Mielenterveyden
keskusliitto

