

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.

**K**urssilla puhumme yhdessä arjessa jaksamisesta ja psyykkisen 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 pariin kanssa.

### Kenelle?

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

### Laukaa

**Kurssipäivät:** 27.9.–29.9. ja 25.10.–26.10.

**Kellonajat:** 27.9./25.10. aloitamme klo 15 ja 29.9./26.10. lopetamme klo 12

**Paikka:** Kylpylähotelli Peurunka, Peurungantie 85, Laukaa

**Muoto:** Kurssilla yöytään ja se sisältää täysihoidon

**Ohjaajat:** Isko Kantoluoto, Merja Smahl ja vertaiset, Mielenterveyden keskusliitto

**Mukaan mahtuu:** 8 paria

**Hae mukaan:** Viimeistään 6.9.

**Mahduinko?** Kerromme sinulle 10.9.

**Mitä maksaa?** Kurssi on osallistujille maksuton. Korvaamme osallistujille kurssipäivien matkakulut halvimman kulkuneuvon mukaan. Omavastuu matkakuluista on 10 €/pari/suunta.

**Haku täällä, etsi kurssin nimellä:** [www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri](http://www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri)



Mielenterveyden  
keskusliitto

