

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 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 parien kanssa.

Kenelle?

Pareille, jonka osapuolista ainakin toinen kokee mielenterveysongelmia ja on ollut pidempään pois työelämästä.

Joensuu

Ajankohta: 4.12 - 6.12. ja
jatkopäivä samalle ryhmälle
16.1.2021

Kellonajat: 10 - 16

Paikka: Sokos Hotel Kimmel,
Itäranta 1, Joensuu

Muoto: Kurssilla käydään kotoa
käsien

Ohjaajat: Merja Smahl ja Isko
Kantoluoto, Mielenterveyden
keskusliitto sekä vertaisohjaajat.

Mukaan mahtuu: 8 paria

Hae mukaan: Viimeistään 13.11.

Mahduinko mukaan?
Ilmoitamme sinulle viimeistään
18.11.

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



Mielenterveyden
keskusliitto

