



PARIKURSSI ESPOOSSA

”

SAIN KERROTTUA ASIOISTA, JOISTA EN ENNEN OLE USKALTANUT PUHUA.

MITÄ MEILLE KAHDALLE KUULUU?

Ihan hyvinhän meillä menee...

Ei nyt ainakaan mitään kriisiä päällä. Toisen sairastuminen saattaa kuitenkin koetella jaksamista. Olisiko hyvä päivittää, missä mennään?

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 pariin kanssa.

Espoo



Parisuhteessa oleville henkilöille, joista ainakin toisella on jokin psyykinen sairaus ja hän on työelämän ulkopuolella.

📍 Hotelli Nuksio, Naruportintie 68

📅 26.–28.9. + seurantapäivä, josta sovitaan erikseen

🕒 9–16 päivittäin

📝 Läheta hakemus viimeistään **5.9.2018**

Kurssille haetaan ensisijaisesti sähköisesti. Hakulomake: <https://kurssikalenteri.mtkl.fi/> Etsi kurssi kalenterista ja klikkaa kurssia. Kurssikuvauksen lopussa on ilmoittautumislinkki. Kurssille et tarvitse suositusta tai lääkärin lausuntoa.

KUSTANNUKSET:

Kurssi on osallistujille maksuton. Tarjoamme päivittäin lounaan ja iltapäiväkahvit. Mahdollisia yöpymiskuluja ei korvata

LISÄTIEDOT JA HAKULOMAKE:

Valtakunnallinen mielenterveysneuvonta: 0203 91920, tietopalvelu@mtkl.fi
Kuntoutussuunnittelija:
Outi Ståhlberg, puh. 050 375 9199, outi.stahlberg@mtkl.fi



HUOM! KURSSIT SISÄLTÄVÄT KAHVIT JA LOUNAAN.



Mielenterveyden keskusliitto