

Parkurs: Å være par og pårørende

Lørdag 26. til søndag 27. september inviteres «pårørende-par» til et pusterom med korte foredrag og samtaler. Stedet er Quality Hotel Residence i Sandnes, og prisen er kun kr 2000,- per par inkl. overnatting og alle måltider.



Å være par og pårørende, kan til tider være krevende og prege parforholdet på ulike måter. Dette er et kurs for de som ønsker å ta vare på og styrke parforholdet og samtidig bli mer bevisst pårønderollen og hvordan denne virker inn på samlivet.

– Kurset setter fokus på hva som kan bidra til å gjøre samlivet bedre midt oppi de utfordringene par lever i som pårørende. Målet er å bidra til økt livskvalitet.

Korte foredrag og samtaler

Det sier Gry Anette Øvstegård som er familieterapeut og fagkonsulent ved Pårørendesenteret og som sammen med Ingvil Aarrestad Godeset og

Preben Wolf er med på kurset lørdag og søndag 26.-27. september. Alle tre er sertifiserte parkursholdere.

Det blir korte foredrag omkring sentrale temaer i parforhold generelt, samt temaer som i større grad belyser og går nærmere inn på pårønderollen og den plassen den får i forholdet.

– Vi legger opp til vekslning mellom plenumsundervisning og samtaler for parene. Det blir også tid til å bare være sammen som par, understreker Øvstegård.

Pårørendesenteret er arrangør

Kursarrangør er Stiftelsen Pårørendesenteret som blant annet driver de nasjonale nettstedene pårørendesenteret.no, pårørendeprogrammet.no og ungepårørende.no.

Pårørendesenteret er lokalisert i Stavanger der både pårørende og fagfolk tilbys pårørendeveiledning, kurs og undervisning. Mer informasjon om tilbudet finner du [her](#).

Neste parkurs arrangeres 21. til 22. november, samme sted. De det passer bedre for kan melde seg på her allerede nå.

Påmelding

For påmelding, benytt **post@parorendesenteret.no** eller ring oss på **51 53 11 11 / 90 90 48 48**. Du kan også benytte kontaktskjemaet [her](#).



Tekst: