

Ny runde med parkurs for pårørende

Lørdag 12. til søndag 13. mars inviterer vi «pårørende-par» til parkurs med pusterom, korte foredrag og samtaler. Stedet er Clarion Hotel Energy i Stavanger, 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 pårørenderollen og hvordan denne virker inn på samlivet.

Korte foredrag og samtaler

– 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.

Det sier familieterapeut Gry Anette Øvstegård som er arrangør av kurset sammen med psykiatrisk sykepleier Ingvil Aarrestad Godeset, lørdag og søndag 12.–13. mars. Begge 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 pårørenderollen og den plassen den får i forholdet.

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

“ Det var lærerikt. Skulle deltatt allerede for mange år siden!

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](#).

Kurset arrangeres hver vår og høst. Ønsker dere å delta på et senere kurs, ta kontakt allerede nå hvis dere ønsker å melde dere på, eller for å få tilsendt informasjon om senere kursdatoer.

Påmelding

For påmelding til senere kurs, benytt post@parorendesenteret.no eller ring oss på tlf. 90 90 48 48. Du kan også benytte [kontaktskjemaet vårt](#).



Tekst:

Kristin Lyse

Webredaktør

