

Du kan gjere samlivet ditt betre!

Ingen går gjennom livet utan problem. Stressfaktorar som arbeidsdeling heime, økonomiske vanskar, oppseding av born, framtidspanar osv. påverkar eit kvart par. For mange blir problema så slitsame at dei vel å gå frå kvarandre.

PREP blei til ut frå eit ønske om å hjelpe par til å til å unngå at desse problema skal øydelegge forholdet. Det ønskjer også å gi par hjelp til å få større glede av forholdet sitt, eller å finne tilbake til spenninga og gleda dei hadde då dei først blei saman. Kurset blei laga for å gi par eit verktoy til å betre kommunikasjonen i forholdet, og setje søkelyset på kva som kan styrke forholdet.

- ❑ PREP er bygd på meir enn 25 års forskning om kva som skaper gode relasjonar. Det gir innlæring og trening av kommunikasjonsmåtar som verkar positivt i forholdet.
- ❑ PREP er forkorting for den amerikanske nemninga "Prevention and Relationship Enhancement Program".

- **Par som ikkje har vore saman så lenge** kan få hjelp til å få gode kommunikasjonsvanar frå starten av forholdet.

- **Par som har levd saman ei god stund** kan få hjelp til å bryte med dårlige mønster i kommunikasjonen og stimulere det som er godt i samlivet.

- **Par som slit mykje med forholdet**, treng truleg noko meir enn PREP-kurs. For desse para vil det vere naturleg å ta kontakt med familievernkontoret i Haugesund.



Teikning: Hilde Hodnefjell, ©Samlivssenteret

Kurshaldarar:

- Bjørn Austeid, psykolog
- Kari Vik Stuhaug, prest og fam. terapeut

Kurs på Skånevik Fjordresidens

Fredag 26. januar kl 1900-2200

Lørdag 27. januar kl 0930-1730

Søndag 28. januar kl 1000-1400

Kurspris: Kr. 1000 pr. par. Prisen inkluderer kursavgift, kursmateriell og enkel servering/forfrisking på alle samvær.

Full pensjon på Fjordresidensen fredag-søndag kr 2600,- pr. par i tillegg til kursavgift.

Avbestilling: Ved avbestilling seinare enn 12 dagar før kurset, vil de bli belasta med eit avbestillingsgebyr på kr 300 pr. par. Ved avbestilling seinare enn 7 dagar før kurset vil de bli belasta med kr 500 pr. par. Avbestilling skal gjerast skriftleg. Gebyret kan i nokon tilfelle dekkast av forsikring.

Informasjon:

Helsestasjonen i Skånevik, tlf 905 87 150

Skånevik sokneråd v/kapellanen

tlf 902 07 421

E-post: kapellanen@etne.online.no

Kurset mottek støtte frå Barne-, ungdoms- og familiedepartementet.

Påmelding innan 14. januar 2007

pr. e-post el. post til:

Geirulf Grødem, Berge, 5593 Skånevik el.

kapellanen@etne.online.no

- ❑ Betaling skal skje ved påmelding til kto. 3520 57 61657
Merk med "PREP kurs"

Ved påmelding gi informasjon om:

Namn (skriv tydeleg):

1: _____

2: _____

Adresse: _____

Postnr: _____ Poststad: _____

Tlf. jobb: _____

privat: _____

E-post: _____

Kursdeltakarar om PREP:

” Me ser på det som ei investering i framtida, har blitt medvitne på faresignal, og lært måtar å takle dei på.” *Grammar*

”Vi ble som nyforelsket.”

”Hvis det brygger opp til krangel, har vi verktøy til å løse problemet.” *Allers*

”Vi hadde ikke ekteskapsproblemer, men ønsket å lære litt om hvordan vi kan bli flinkere til å takle hverdagslivet sammen.”

Aftenposten

Kurs – ikkje terapi

Parkurset går over ei helg med til saman 12 kurstimar. I løpet av desse dagane blir m.a. tema som kjærleik, forventningar, glede, moro og vennskap tatt opp, men hovudvekta vil vera kommunikasjon.

PREP er inga terapeutisk tilnærming til samliv, eller deling av personlege forhold. Det er eit pedagogisk opplegg med korte foredrag og oppgåver for para enkeltvis. Ingen treng vera redde for at ein skal fortelja andre om sitt samliv. Undervisninga er felles, men para jobbar for seg med dei tema som blir presenterte.

PREP er inspirerende og ufarleg. Det blir ikkje gruppearbeid, men du og partnaren din vil få tid til å ta ”pulsene” på samlivet, og hjelp til å få det endå betre saman.

Du kan finne meir informasjon om PREP her:

Modum Bad – Samlivssenteret

3370 Vikersund, tlf. 32 74 94 00

Nettside: www.samlivssenteret.no

Informasjon om Skånevik Fjordresidens:

Fjordresidensen har eiga terapi/velværeavdeling med blant anna massasjebadekar, svømmingspa mm. til fri bruk for gjestane.

Nettside: www.fjord-residensen.no

SAMLIVSKURSET

PREP

**Kurs i Skånevik på
Skånevik Fjordresidens**

Fredag 26. januar

Lørdag 27. januar

Søndag 28. januar

Ei investering i parforholdet!

Gode samliv kan alltid bli betre!

