

Bornholms Regionskommune tilbyder gratis PREP kursus

Et kommunikationskursus for par – Hjælp til at sætte fokus på parforholdet



Hvem kan deltage: Par med børn fra 0 til 18 år.

Kurset tilbydes som weekendkursus og aftenkursus

Kurset varighed: 15 timer.

Datoer for weekendkurset er:

Fredag d. 15.03.2019 – Søndag d. 17.03.2019

Fredag kl. 16:00 - 18:00, lørdage og søndage kl. 09:00 – 15:30

Sted: Almegårds Kaserne, bygning 36, Rønne

Datoer for aftenkursus er:

Onsdag d. 08.05.2019, klokken 16:00 - 19:00. Og de efterfølgende 3 onsdage + onsdag d. 12.06.2019.

Sted: Bliver meldt ud i foråret 2019

Pris: Gratis.

Mad: Der serveres en let anretning.

Tilmelding: Telefon 56 92 42 00 i tidsrummet fra kl. 9:00 til kl. 11:30 eller på e-mail sundhedsplejen@brk.dk

Ønsker du /I at vide mere om kurset, kontakt venligst:

Sundhedsplejerske **Lisbeth Blom**, på tlf. 30 18 05 76 eller mail: Lisbeth.Blom@brk.dk

Eller psykolog **Marianne Jensen**, på tlf. 56 92 41 34 eller mail: M.Jensen@brk.dk

Hvad er PREP?

På et PREP kursus får man hjælp til at skabe et godt parforhold og en tryk familie. Man kan hente hjælp og inspiration til at skabe gode vækstbetingelser for kærligheden og forholdet – ikke mindst i en travl og udfordrende hverdag.

På kurset undervises der bl.a. i:

- Konkrete redskaber til tryk kommunikation
- Praktiske råd til problemløsnings
- Viden om det der fremmer og hæmmer et godt samliv
- Inspiration til samarbejde og familieliv
- Kurset veksler imellem oplæg, videoklip, og oplæg til samtaler i de enkelte par. Samtalerne foregår ikke i gruppe, men for parrene hver for sig.