

Maksuton  
kurssi

# Meidän arki, hyvä arki

Ovatko perheenne voimavarat vähissä? Askarruttaa, miten sairaus vaikuttaa lapseen ja miten puhua siitä lapsen kanssa? Entä miten sairauteni vaikuttaa vanhemmuuteen ja perheen arkeen? Miten voisimme vanhempina tukea toinen toisiamme? Tai pärjätä, jos olen yksin vastuussa perheen arjesta?

**K**urssilla saatte apua ja käytännön neuvoja arkeenne, tukea ja vahvistusta vanhemmuuteen niille hetkille, kun jaksaminen tuntuu vaikealta sekä tietoa siitä, mikä suojaa lasta. Saatte myös keinoja keskustella lapsen kanssa vanhemman sairaudesta. Mietitään yhdessä myös perheen sisäisen vuorovaikutuksen vahvistamista ja tuikeiden turvaverkoston rakentamista.

Tapaatte toisia, samassa elämäntilanteessa olevia vanhempia ja perheitä, ja voitte vaihtaa kokemuksia. Kun toinen sairastuu, usein puolison jaksaminen on myös koetuksella.

Kurssille ovat lapsenne tervetulleita mukaan! Heille on järjestetty ihan omaa ohjelmaa.

## Kenelle?

Perheille, joissa ainakin toinen vanhemmista on pois työelämästä tai opinnoista mielenterveydellisistä syistä. Lapset ovat tervetulleita mukaan ja heille on omaa ohjelmaa.

## Kurssilla yövytään

Pori

**Kurssipäivät:** 3.8. – 6.8.

**Kellonajat:** 3.8. aloitetaan klo 15.00 ja 6.8. lopetetaan klo 13.00

**Paikka:** Virkistysshotelli Yyteri, Sipintie 1, Pori

**Ohjaajat:** Pirjo Metsäranta ja Merja Smahl, Mielenterveyden keskusliitto

**Muoto:** Kurssilla yövytään ja se sisältää täyshoidon.

**Mukaan mahtuu:** 8 perhettä

**Hae mukaan:** 26.6. mennessä

**Mahduinko?** Kerromme sinulle viimeistään 30.6.

**Mitä maksaa?** Osallistuminen on maksutonta. Matkakuluista vastaa osallistuja itse.

**Hae mukaan:**  
[www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri](http://www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri)  
(Hae kurssin nimellä)



Mielenterveyden  
keskusliitto

