

## 2 forskellige kurser til forældre:

- **Kursus til sammenbragte familier.**
- **Kursus til enlige forældre.**



*Synes du også, at livet som forælder kan være en udfordring og kunne du tænke dig at møde andre sammenbragte familier eller enlige forældre, der er i samme situation? – til et kursus, der veksler mellem små oplæg, aktiviteter og erfaringsudveksling. Kom og få ny inspiration!*

**Målgruppe:** Kurserne henvender sig til henholdsvis sammenbragte familier og enlige forældre i Slagelse Kommune. Kurset for enlige er for både mænd og kvinder og i de sammenbragte familier opfordres begge parter til at deltage i kurset (begge kurser er uden børn). Der vil ca være 10-14 personer på kurset.

**Indhold:** På de fire kursusgange vil vi komme ind på forskellige emner, ex.:

- Forskelle i måden mænd og kvinder opdrager på.
- Lederskab i familien.
- Sprog og kommunikation.
- Konflikter og løsning af disse.
- Krise.
- Selvtillid og selvværd.
- Parforhold og samliv/singleliv.
- Måltidet/søvn.
- Sjov i familien.
- Emner, der relaterer sig til det at være enten enlig forælder eller til at få to familier til at fungere sammen.

Der vil typisk være et kort oplæg, derefter en form for aktivitet eller diskussion og der vil også være plads til at snakke med de andre kursister og også kursusholderne naturligvis. Der vil være 3-4 oplæg pr. kursusgang. Vi lægger vægt på, at der også skal være plads til humor og sjov og vil gerne være med til at finde resurser i familierne.

**Pris:** Kurset er gratis.

**Servering:** Der serveres kaffe, te, vand, frugt og sandwich.

**Tid:** 17.00-19.30 på følgende datoer:

Kursus til enlige forældre: Onsdag den 2.11.11, onsdag den 9.11.11, onsdag den 16.11.11 og onsdag den 23.11.11.

Kursus til sammenbragte familier: Torsdag den 3.11.11, torsdag den 10.11.11, torsdag den 17.11.11 og torsdag den 24.11.11.

**Omfang:** Kurset afholdes over 4 gange og hver gang varer 2½ time.

**Sted:** Slagelse Familiecenter, Næstvedvej 15, 4230 Skælskør, 1. sal.

### **Kursusholdere:**

Kursus til enlige forældre: Familiebehandler Ingelise Høgh og familierapeut Anne-Lene Bahn. **Tilmeldingsfrist: fredag den 14.10.11.**

Kursus til sammenbragte familier: Familierapeut Solvejg Jørgensen og psykolog Inge Dalsgaard. **Tilmeldingsfrist: fredag den 14.10.11.**

**Tilmelding:** Ring eller mail til sekretær Iris Christiansen på tlf.nr.: 5857 4700 eller mail: [ibchr@slagelse.dk](mailto:ibchr@slagelse.dk). I bedes opgive navn, adresse og tlf.nr. samt evt. emailadr.

Vi forventer at udbyde yderligere kurser til foråret 2012.