

Parkursus

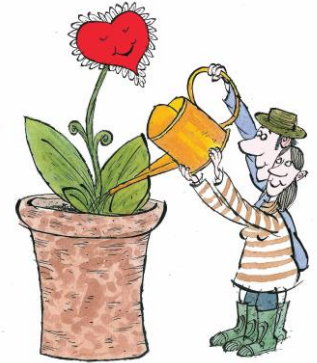
Ligesom vi jævnligt har bilen til eftersyn eller investerer i at vedligeholde fx vort hus, have eller krop, sådan skulle det egentlig være naturligt at investere i sit parforhold. Både for forholdets og for børnenes skyld. Derfor koordinerer Folkekirken og Familiehuset i Ikast-Brande kommune et tilbud, hvor vi inviterer par på kursus.

Uddannede PREP-kursusledere vil stå for undervisningen, og undervejs i kurset vil man kun dele personlige erfaringer med sin egen partner og *ikke* med hele holdet.

Hvad er PREP?

PREP er et kursustilbud til par, som har en meget veldokumenteret effekt i forhold til at øge trivsel i parforholdet. PREP kan også forebygge skilsmisser og ikke mindst får børnene glæde af, at far og mor sætter tid af til at pleje deres forhold og liv sammen.

PREP står på dansk for: Praktiske Redskaber til et Engageret Parforhold.



Hvem er det relevant for?

Det er helt naturligt og almindeligt at have udfordringer i parforholdet – og man kan nemt snakke forbi hinanden, blive frustreret eller blot savne mere nærvær og flere gode stunder. Da er et PREP-kursus en oplagt mulighed for at få ny energi og støtte til forholdet. Også godt fungerende parforhold kan have stor udbytte af de gode redskaber i kurset og derved give forholdet nye dimensioner.

Tilbuddet er for unge par og par med børn under 18 år.

Hvad indeholder PREP?

PREP-kurset forløber over fire sene eftermiddage eller en weekend, og vi sætter fokus på bl.a.: Forventninger, kommunikation, intimitet, problemløsning, tilgivelse og værdier. Men vi skal også fokusere på, hvordan man i sit parforhold får mere af alt det gode – hygge, humor, nærvær og venskab.

Formen i kurset er undervisning fra gruppelederen og dernæst samtale med ens partner. Man samtaler som nævnt *kun* med sin egen partner om personlige erfaringer.



Billederne er venligst udlånt af Center for Familieudvikling

Hvordan kommer man med?

Hvis du er interesseret i at vide mere om PREP-kursus for par, så kontakt diakonipræst Birthe Møberg, tlf. 23342790 eller mail: bmb@km.dk. Du kan også tjekke Ikast-Brande Kommunes hjemmeside, hvor man tilmelder sig.

Der udbydes løbende nye kurser på hjemmesiden www.ikast-brande.dk/PREP

Hvor foregår det og hvad koster det?

Kurserne foregår i Ikast og ledes af certificerede PREP-gruppeledere: Per, Anne og Johnny, som til daglig er ansat i Familiehuset og Birthe ansat i Folkekirken.

Det er gratis at deltage.

Vi glæder os meget til at byde jer velkommen på kurset og dele ud af alle de spændende redskaber, som et PREP-kursus rummer.

Venlig Hilsen PREP-kursuslederne Per Boll Jørgensen, Anne A. Laier, Johnny Engedal og Birthe Møberg