



Øystre Slidre kommune

Helsestasjon

Psykisk helsetjeneste

# Samlivskurs

## Godt Samliv

Det krever innsats å være både kjærester og samarbeidspartnere under småbarnsperioden.

Dette dagskurset tar sikte på hjelpe der til å være der for hverandre etter dere har blitt foreldre.

Kurset er utarbeidet av Bufdir for foreldre som venter sitt første barn sammen, men er åpnet og nyttig for par som allerede har barn.

**Målet med kurset er å styrke parforholdet ved å gi kunnskap og konkrete råd til hva som skaper gode og varige samliv.**

**Temaene som blir tatt opp :**

1. Vårt parforhold:  
Fra par til familie
2. Kommunikasjon:  
Å holde forbindelsen
3. Krangel og konflikt:  
Hvordan håndtere det?

**Planlagte kursdatoer:**

**Lørdag 23.oktober 2021**

**Nytt kurs våren 2022**

**Sted og tidspunkt:**

**Kl 10.00—16.00 (inkl. lunsj) Øystre Slidre**

**Kurset er gratis og åpent for foreldre i Vang, Vestre Slidre og Øystre Slidre**

Kursholdere er Christina Dygd Kvisgaard og Hanne Svendsen

Har du lyst til å delta tar du kontakt med helsestasjon via SMS/tlf/e-post innen 15.10.21 på tlf: 61352490/91324079 eller e-post: [mimmi.rudi@oystre-slidre.kommune.no](mailto:mimmi.rudi@oystre-slidre.kommune.no)

**Vel møtt til kurs!**

