



## TRINN 2

**kurs 9b-19**  
1. - 8. mars

**kurs 37b-19**  
13. - 20. sept

Med egne grupper  
for yngre voksne par

# Montebellosenteret arrangerer parkurset «En del av hverandres liv»

Kreftsykdom kan påvirker hele familien, og parforholdet spesielt. Vi vet at god kommunikasjon er viktig i alle parforhold. Dette kan bli en ekstra utfordring når hverdagen preges av usikkerhet, opp og nedturer og seneffekter etter behandling.

Dette kurset er for par som opplever utfordringer i parforholdet. Hvordan dere kan ta vare på nærheten, støtte hverandre og fungere bedre i hverdagen. Kurset er et trinn 2 kurs og det en fordel, men ikke et krav, å ha deltatt på trinn 1 kurs først. Par i alle aldre er velkommen til å søke. Vi arrangerer dette kurset to ganger i året, hvorav det ene kurset har mer fremtredende fokus på par med små barn.

### Kursets innhold

Med økt kunnskap og bedre innsikt og forståelse for hverandres situasjon, vil dere ha et godt felles utgangspunkt for hvordan leve videre med endringer som følge av kreft. På parkurset er det spesielt fokus på kommunikasjon. Kursopplegget veksler mellom foredrag, kommunikasjonsøvelser, og tid til refleksjon og ettertanke. Det å dele tanker og erfaringer med andre par i samme situasjon, vil også være lærerikt.

«En del av hverandres liv» er et samarbeid mellom Montebellosenteret, Berger J. Hareide og Kjersti Rogne. De to sistnevnte er kursets faglige spisskompetanse og har hatt dette kurset på Montebellosenteret i mange år.

I tillegg til det faglige opplegget, er det gode muligheter for fritidsaktiviteter både inne og ute.

### Kurs 37b-19: Parkurs med egne grupper for yngre voksne par

Til dette kurset kan par i alle aldre søke. Vi har egne grupper for yngre voksne par. For de som trenger barnepass, vil det være eget opplegg for barna når foreldrene er på forelesninger og i samtalegrupper. Dette gjelder for alle barn til og med 3. klasse.

### Kontaktinformasjon

Ta gjerne kontakt om du ønsker mer informasjon. Send e-post til [post@montebello-senteret.no](mailto:post@montebello-senteret.no) eller ring på tlf 62 35 11 00. Søknadsskjema finner du på [www.montebellosenteret.no](http://www.montebellosenteret.no). Søknaden sendes direkte til Montebellosenteret.



Berger J. Hareide og Kjersti T. Rogne



Montebellosenteret er en helseinstitusjon som har sitt faglige utgangspunkt i Radiumhospitalet og er organisert som en selvstendig non-profit stiftelse. Senteret ligger i flotte omgivelser like ovenfor Lillehammer, er nylig opprustet og utvidet og framstår med god hotellstandard uten institusjonspreg.

**MONTEBELLO**  
Nytt perspektiv på livet