

Att gå vidare tillsammans

Parkurs för dig och din partner som har ett barn som har eller har haft cancer torsdag 15 – lördag 17 september 2011

TEMAKURSER MED STÖD AV BIDRAG FRÅN CTRF

Rehabiliteringskurserna som finansieras av CTRF är mycket uppskattade. Nu erbjuder vi er som par som har ett barn som har eller har haft cancer en parkurs. Inriktningen är psykologisk bearbetning. På kursen ges tillfälle att reflektera över vad ni som par har gått igenom och vad som ger er livslust och livsglädje i framtiden. Samt hur ni kan gå vidare tillsammans. Cirka nio par kan delta per kurs.

Medlemskap krävs för båda i CTRF för en kostnad på 250 kronor per person.

ATT GÅ VIDARE TILLSAMMANS

Det är naturligt att alla i familjen reagerar känslomässigt när ett barn drabbas av en allvarlig sjukdom som cancer. Det är inte lika naturligt att sätta ord på och prata om det som händer. Den ofattbara förändringen av livet, den tidsödande, tuffa behandlingen, den kroppsliga, själsliga läkningen, oron tar lång tid att bearbeta. Hela familjen blir utsatt för stora påfrestningar. Många drabbade kan tidvis känna bristande självförtroende, vara oroliga, arga, rastlösa och kanske deprimerade. Det kan också uppstå instabilitet och isolering inom familjen. Allt detta kan göra att det skapas spänningar i relationen.

Ni som par erbjuds i sällskap med andra par att arbeta med er själva och er relation för att bättre kunna gå vidare tillsammans. I gruppen finns det stor samlad kunskap om oro ångest men också om glädje och hur man tar sig igenom svårigheter i livet. Vi vill under de här dagarna ge dig och din partner tillfälle att stanna upp och reflektera över vad som är väsentligt för er. Vi vill också ge dig och din partner tillfälle att sätta upp gemensamma mål som leder till ökad livslust och livsglädje för er i framtiden.

UTÖVER SAMTALEN

- Avslappningsövningar som lär dig att hantera stress och oro.
- Mental träning i form av inre bilder och målbilder.
- Spontant målande och bearbetande för att komma i kontakt med inre resurser och hinder.
- Diskussion om krisprocessen och krisens olika känslor och reaktioner.
- Trevlig gemenskap, här ges stora möjligheter att knyta djupa och nära kontakter vilket kan bli mycket värdefullt för framtida bearbetning och stöd.

KURSEN

Vi startar torsdag morgon. Avfärd med färja från Saltholmen Göteborg sker ca kl 07.30. Hemresa sker lördag eftermiddag. Taxi hämtar och lämnar vid färjeläget på Brännö. Vi bor på det lilla fräscha pensionat Bagge som vi helt disponerar för kursen. Ni bor i dubbelrum. Dusch och VC i korridoren.

KOSTNAD

Kostnaden för att delta i parkursen är ett medlemskap i CTRF, 250 kr per person, de bekostar då vistelsen. Det ingår taxiresa från färjan till pensionatet, frukost, lunch, middag, logi, material, psykologisk bearbetning, massage och föredrag. Resan till Brännö bekostar du själv.

NEDANSTÅENDE BEHANDLARE OCH FÖRELÄSARE DELTAGER:

Stig Dahlgren – Kursledare

Jag leder sedan 1995 regelbundet temadagar för cancerpatienter på Brännö med inriktning på psykologisk bearbetning och rehabilitering. Organiserade och ledde också temaresor tre gånger per år till Grekland med denna inriktning. Jag har haft över 2000 cancerpatienter i mina grupper.

Tidigare arbetat 15 år som föreståndare på en kommunal verksamhet för ungdomar med psyko-social problematik. Har grundläggande psykoterapiutbildning och påbyggnadsutbildning i symbolterapi. Jag har själv haft cancer i mun och hals samt malingt melanom, en överlevare. Certifierad handledare. Ordförande i Föreningen Stödkompisarna.

Avslappningsmassage par

Carina Tobiasson – Naturterapeut

Deltagarna får möjlighet att pröva på avslappningsmassage.

Sex- och samlevnadsfrågor

Kerstin Moberg – Leg sjuksköterska, sexolog, samlevnadsfrågor.

Taktil massage och avslappning

Modet att mötas

Gertrud Wide – Psykolog och pedagog.

Arbetar med psykosyntes, IMAGO par och relationsterapi, konflikthantering kommunikation och sexologi.

Heléne Olivegren – Sjugymnast och dansinspiratör.

Hon tar oss med på en exotisk ”jordenruntresa” till ljuvliga världs rytmer som får igång flödet till både kropp & själ! Upplev rytmens och rörelsens helande kraft! Går utmärkt att anpassa rörelserna efter behov/inga prestationskrav.

ANMÄLAN

Gå in på Hemsidan www.livslust.net Fyll i bägge två ”Anmälan parkurs” vänstersidan. Allt på blanketten passar inte för er målgrupp men fyll i det som passar.

KONTAKTA FÖR MER INFORMATION:

Stig Dahlgren

Mobil: 0707-69 57 89

E-mail: stigupp@hotmail.com

Innehar F-skattsedel

Kerstin Moberg

Mobil: 0703-96 92 64

E-mail: k.a.moberg@hotmail.com