

LEVEL:UNG

Bli en god kjæreste



LEVEL:UNG er for deg mellom 16 og 19 år som vil være en god kjæreste. Kurset griper fatt i både vanlige og mindre vanlige problemstillinger og spørsmål som man gjerne står overfor tidlig i livet. Kurset tilbys gjennom besøk i videregående skole, to dobbeltimer.

LEVEL:START

En god start på samlivet



LEVEL:START er for kommende foreldre, nybakte foreldre og småbarnsforeldre. Kurset gir mulighet til å avklare verdier og forventinger sammen og gir parene gode verktøyer i kommunikasjon- og konflikthåndtering.

LEVEL:MANGFOLD

Gå spesielle utfordringer trygt i møte



LEVEL:MANGFOLD er for par med spesielle utfordringer. Kurset tilpasses den enkelte gruppen. Eksempler på temaer til dette kurset kan være flerkulturelle par, langdistanse forhold og mine, dine våre barn. Ta kontakt med oss og vi former innholdet sammen.

LEVEL:FARTSTID

Veien videre sammen



LEVEL:FARTSTID er for par med erfaring. Kurset gir mulighet til å friske opp kjærligheten, hente inspirasjon og avklare forventninger til fremtiden sammen.

HOLD FORHOLDET VED LIKE:

Level tilbyr 4 forskjellige kurs tilpasset par med ulike utfordringer i hverdagen. Vi tilbyr også skreddersydde kurs i utvikling med grupper, institusjoner og skoler. Ring oss gjerne hvis du ønsker å vite mer.

level-samliv.no

Level er et nettverk bestående av kommuner, fylkeskommuner, Familiekontorene og Den norske kirke.

GNIZTS/STÅTØRCK DESIGN / FOTO: GNIZTAMEN LUTVÅGEREN



LEVEL:START

GLEDER I TRAVLE HVERDAGER

– Et kurs for småbarnsforeldre



INDRE AGDER: 15.09 KL 10- 15

GLEDER I TRAVLE HVERDAGER

– Et kommunikasjonskurs for småbarnsforeldre

Kurset er særlig lagt til rette for småbarnsforeldre som ofte kan kjenne på at dagene er svært travle. Barn skal i barnehage og skole, og ofte er begge i jobb. Det blir store utfordringer med logistikken, lite alenetid, lite tid med venner og ikke minst: Liten tid til å være kjærester.

KURSET HAR FØLGENDE TEMAER:

1. Gleder i hverdagen
2. Hva er vi gode på og hva kan vi bli bedre på?
3. Kommunikasjonens muligheter
4. De følelsesmessige bånd vi knytter sammen
5. Verktøy til å håndtere forskjeller, motsetninger og konflikter
6. Hvordan ser fremtiden sammen ut som kjærester og foreldre?

KURSREGLER:

- A: Taushetsplikt: Det som skjer på kurset blir på kurset.
- B. Anonymitet: Ingen trenger å utlevere seg i plenum..
- C. Snakk for deg selv (hvis du velger å dele noe).
- D: Ikke utlever partneren din!

(LEVEL SAMLIV)= SAMMEN. TEAM INDRE AGDER.

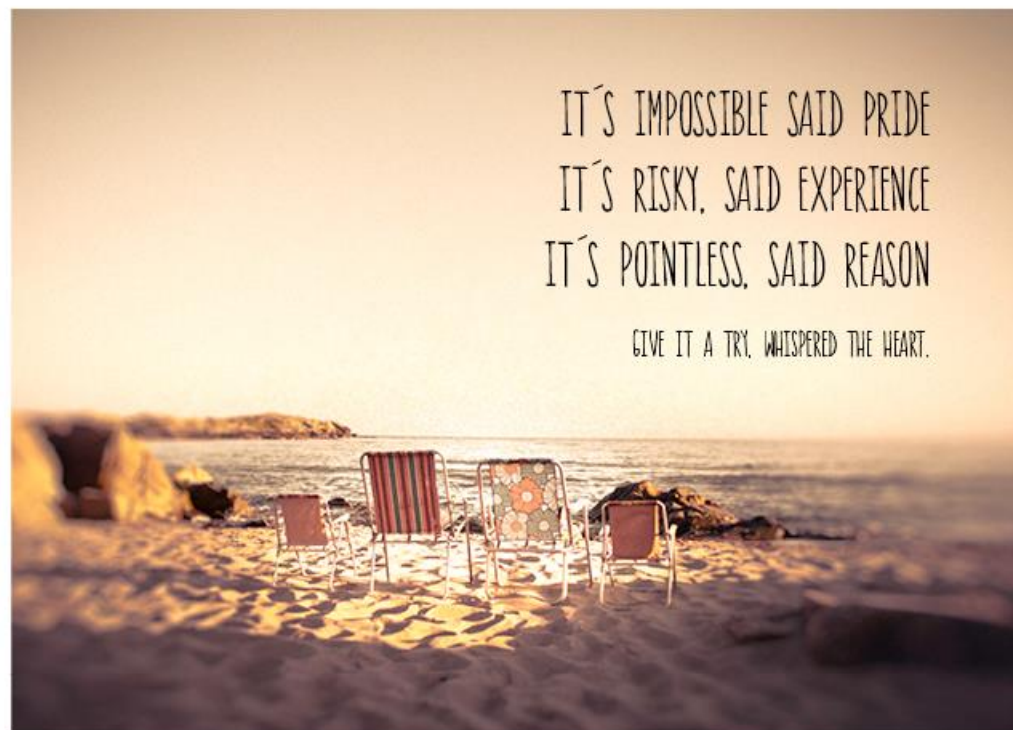
MARNARDAL/AUDNEDAL/ÅSERAL/HÆGEBOSTAD

Det er et samarbeid mellom disse kommunene om å arrangere slike kurs. Vårt team har medlemmer fra helsestasjon, kirke og psykisk helse.

KONTAKT:

Randi Birkeland, Marnardal kommune, avd. psykisk helse og rus

Tlf: 38289000/ 97510051 Epost: randi.birkeland@marnardal.kommune.no



IT'S IMPOSSIBLE SAID PRIDE
IT'S RISKY, SAID EXPERIENCE
IT'S POINTLESS, SAID REASON

GIVE IT A TRY, WHISPERED THE HEART.

ET HYGGELIG TREFFSTED FOR SMÅBARNFORELDRE.

- Et trygt miljø for gode parsamtaler.
- Et sted med tid til å være kjærester.
- Et sted der vi kan se på likheter og forskjeller mellom mennesker, og mellom mann og kvinne.
- Et sted for støtte til å skape et godt oppvekstmiljø for sine barn.
- Et sted der kunnskap om kommunikasjon, konflikthåndtering og stressmestring presenteres.
- Et sted der en får hjelp til å se muligheter framfor problemer.
- Et sted der en kan finne tilbake til drømmen, for bak et problem eller en konflikt, finnes det alltid en litt ødelagt drøm.

På www.level-samliv.no finner du kursoversikt i din kommune og mer informasjon om våre kurseledere og ulike kursopplegg.