

Rapport Hbf Østfold Foreldrehelg 6-8 juni 2011

Farris Bad Larvik.

Tema for helgen: Mestring av store endringer i livssituasjonen.

Vi ble kun 9 stykker denne helgen, men vi hadde det veldig bra. Fredag koste vi oss sammen med god mat, drikke og gode samtaler.

Etter en flott lørdag med mye lærdom, diskusjoner og følelser, hadde vi noen timer for oss selv før middag. Noen benyttet seg av den flotte Spa avdelingen, andre gikk tur, noen sov og noen satt og løspratet med kaldt og varmt i glass og kopp. Lørdag kveld gjentok vi det hyggelige felleskap over en alle tiders middag. Det ble en relativ tidlig kveld på alle. Søndag reiste alle hjem med en god følelse etter helgen og vi gleder oss til neste år.



Vår kursleder denne helgen var Unni- Berit Schjervheim kommunelege i Ullensaker kommune.

Hun stilte spørsmålet: Endringer av livssituasjonen.
- Hva gjør det med oss?

Satte fokus på: - Få et barn med handikap.
- Krise – sorgreaksjon.
- Bearbeide kriser
- Søsken
- Læring og mestring.

Etter lunsj var tema: Likemannsarbeid.
Det var rom for egne erfaringer, diskusjoner og mulige løsninger.



Søndag var tema:
Samhandlingsreformen og den nye Folkehelseloven.
Unni-Berit hadde mye kunnskap om dette, så det ble en interessant og fin avslutning på helgen.

