



CENTRUM PRO RODINU A SOCIÁLNÍ PÉČI O.S. OSTRAVA

---

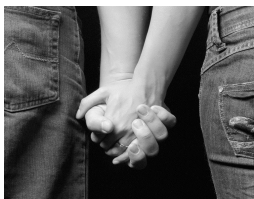


# KURZ MANŽELSKÉ VEČERY

**Jak vybudovat šťastné manželství na celý život**

**Lubina, od 28. října 2012**

## CO JE TO KURZ MANŽELSKÉ VEČERY?



Kurz Manželské večery tvoří osm setkání s večerí, spojených s inspirací, jak budovat zdravé a trvalé manželství. Záměrem kurzu je pomoci všem manželským párům posílit a prohloubit jejich partnerský vztah.

Během osmi společně strávených večerů je výjimečný čas zamyslet se nad sebou samým a uvědomit si něco nového o svém protějšku. Je příležitost hovořit o problémech, které byly ve shonu každodenního života odsouvány stranou. Manželé zjistí, co působí, že se jejich partner cítí milován. Mají čas k diskusi o chování, které působí bolest jeden druhému, odhalí příčiny napětí ve svých manželstvích, mohou se naučit novým dovednostem, např. jak komunikovat a řešit konflikty. Vždycky respektujeme soukromí párů (pro každý pár je rezervován jeden stůl). Nikoho nežádáme, aby něco osobního říkal někomu dalšímu. Očekává se však, že o tématech otevřených na kurzu bude pár spolu hovořit.

**Skupinová diskuse není součástí kurzu, soukromí párů je plně respektováno.**

## KOMU JE URČEN?

Kurz je určen všem manželským párům, které na sobě chtějí pracovat a společně investovat do svého vztahu. Bez partnera nelze kurz absolvovat.

Nezáleží na tom, zda v manželství žijete méně než dva roky nebo přes třicet let. Kurz je vhodný i pro nesezdané páry, které vážně uvažují o manželství.

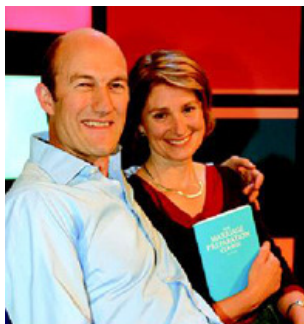
Máte-li hezké manželství, kurz vám pomůže jej dále zlepšit a posílí vaše dobré návyky.

Na druhou stranu, zakoušíte-li v manželství potíže, kurz vám poskytne praktické dovednosti, které vám pomohou obtíže překonat.

## JAK KURZ PROBÍHÁ?

Každý večer začíná večeří při svíčkách. Nabízí příležitost strávit čas jako pár spolu a je důležitou součástí večera.

Následuje přednáška autorů kurzu, manželů Leeových (ze záznamu na DVD), ta je proložena cvičeními, která děláte spolu jako pár. Pro cvičení používáte příručky, které dostanete na začátku kurzu.



Snažíme se vytvořit takové prostředí, abyste měli jistotu, že váš rozhovor nikdo další nezaslechne.

## TÉMATA JEDNOTLIVÝCH VEČERŮ

- |   |                   |
|---|-------------------|
| • Vybudovat pevné základy   | 28. říjen 2012    |
| • Umění komunikace  | 4. listopad 2012  |
| • Řešení konfliktů  | 11. listopad 2012 |
| • Síla odpuštění  | 18. listopad 2012 |
| • Rodiče a rodiče partnera  | 25. listopad 2012 |
| • Dobrý sex   | 2. prosinec 2012  |
| • Láska v akci  | 9. prosinec 2012  |
| • Večírek Manželských večerů -<br>V čem spočívá hezké manželství? | 16. prosinec 2012 |

## KDY A KDE BUDE KURZ PROBÍHAT?

Kurz bude probíhat každou neděli od **28. října 2012** do 16. prosince v **Katolickém domě v Lubině**. Začínáme vždy v **18 hodin**, konec přibližně v 20:30.

## CO S NAŠIMI DĚTMI?

V případě zájmu můžeme zajistit hlídání dětí. Pokud o této možnosti uvažujete, dejte nám včas vědět.

## JAK SE PŘIHLÁSIT?

Organizační stránku kurzu zajišťují manželé Štefkovi, zde se také můžete obrátit s případnými dotazy.

Pokud se chcete Manželských večerů zúčastnit, napište **nejpozději do 14. října** e-mail na adresu [marie.stefkova@seznam.cz](mailto:marie.stefkova@seznam.cz) nebo telefonicky na číslech **608878490**, 605228985.

## KOLIK TO STOJÍ?

Předpokládaná cena je 1700 Kč za manželský pár. Cena pokrývá náklady na 2 příručky a 16 teplých večerů.

Kurz podpořila Společnost katolického domu.

## REAKCE ÚČASTNÍKŮ NA JIŽ PROBĚHLÉ KURZY

Co se vám na kurzu líbilo? – společenství – atmosféra – večere – přednášky – čas pro nás dva, otevření témat o kterých jsme nemluvili, nenásilně nás to přinutilo nad těmi věcmi přemýšlet – že tam nebyly žádné diskuse, věci jsme si řešili jen sami dva - snazší možnost otevřít některá „nepopulární témata“ – že to není sobecké, udělat si čas pro manželství, upřednostnit ho před prací a ostatními povinnostmi.

Co bylo nejdůležitější věcí, kterou jste se naučili? – je nutné si vyhradit čas jen pro nás dva bez dětí – více naslouchat, více respektovat – poznat důležitost komunikace a poznat hloubku a různost témat – více naslouchat a nepřerušovat, chválit – trochu o tom víc přemýšlet – pokusit se na věc dívat očima toho druhého – být k partnerovi otevřenější.

