

Praktisk informasjon

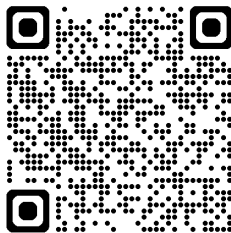
Kurset holdes på Røbekk Kirkesenter, og er åpent for alle interesserte. Fredag kl. 18.00-21.30, lørdag kl. 9.00-15.30
Deltakere må delta på hele kurset, begge dager.

Kursavgift: 600 kr (inkludert kurshefte, kveldsmat og lunsj)

Påmelding

Bruk QR-koden til høyre for påmelding innen 12. jan.

Ved spørsmål om påmelding eller annet, ta kontakt med
Bolsøy kirkekontor v/Ingrid Margrete Winter-Hjelm
Tlf 992 30 126 el. bolsoy.kirkekontor@molde.kirken.no



Erfaringer fra tidligere deltakere på kurset

Teleios-kurs er bra for helsa!

Kurset tok opp veldig konkrete utfordringer som jeg ofte møter i hverdagen. Jeg ble mer bevisst på hvordan jeg kommuniserer. Det ga meg også mer innsikt i hvordan jeg kan forbedre min kommunikasjon med andre... Å kommunisere slik er forebyggende helsearbeid!

Terje Lauvvik fra Sandnes

Teleios-kurs burde være på blå resept!

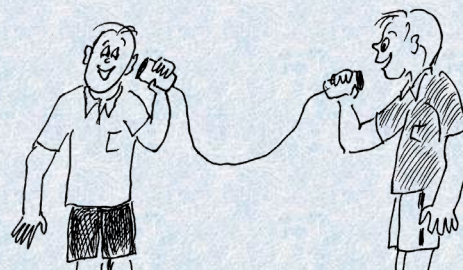
Jeg lærte mye om å lytte til andre mennesker, noe som jeg har nytte av som lege og som gruppeleder i Alpha.

Vegard Høgli fra Skien

Dette kurset er grunnkurset i Teleios.

Teleios Life Norge ønsker å arrangere flere av Teleioskursene i regionen fremover.

Lytt – med varme, empati og respekt



Teleioslife NORGE

Teleioskurs

Røbekk kirkesenter
23.-24. januar 2026



Lokal arrangør:



DEN NORSKE KIRKE
Kirken i Molde



Om kurset



Teleios betyr «moden», «hel», «fullkommen» i betydningen å virkeliggjøre det liv vi er designet for

Dette kurset, «LYTT» er det første av flere Teleioskurs.

- «Lytt» gir innføring og øvelse i hvordan vi kan kommunisere bedre med våre medmennesker; i familien, blant venner og kolleger, i menigheter og organisasjoner.
- Vi lærer å vise hverandre mer oppmerksomhet ved å lytte med varme, innlevelse (empati) og respekt. I tillegg fokuserer vi på problemeierskap.
- Kurset gir hjelp til å bygge gode relasjoner samtidig som vi også får redskaper til å bli gode hjelpere for hverandre.
- Kjærligheten er Åndens frukt som modnes fram i våre liv ved Den Hellige Ånd. Men kjærligheten må praktiseres om den skal bli til hjelp for andre. Til det trenger vi øvelse, noe dette kurset gir.

Kurset er lagt opp med både forelesninger, samtaler i plenum, gruppearbeid og utfordring til personlig refleksjon. Vi får også tid til god prat over måltider både fredag og lørdag.

Varmt velkommen til kurs!



Om kurslederne

Kjetil og Liv-Kari Sigereth er kursledere og underviser dette kurset.

Kjetil er styreleder i Teleios Life Norge og jobber til daglig som nasjonal leder for Naturlig menighetsutvikling (NaMu Norge).

Liv-Kari har jobbet som menighetsarbeider i Molde domkirke i mange år og jobber som nettverkskontakt i NaMu Norge.

Begge har bred erfaring med undervisning og relasjonsbyggende arbeid.

Litt historikk

Teleioskursene ble først utviklet av den amerikanske psykologen og pedagogen Gary Sweeten, og kom til Norge etter at han og Jens Petter Jørgensen traff hverandre på en konferanse i Nairobi, Kenya tilbake på 1980-tallet. Jens Petter Jørgensen var den gang leder i Oase-bevegelsen i Norge. Denne kontakten ble grunnleggende for utviklingen av veiledertjenesten i Oase, og mange menigheter i Norge.

Kursene har internasjonalt hatt deltagere fra over 100 land. Den opprinnelige kursserien er de siste årene blitt revidert, og lanseres nå på nytt i Norge. Les mer på <https://teleios.no>.