

Centrum Dla Rodzin zaprasza na

MAMY RELACJE

Oczekując narodzin swojego dziecka miałaś stworzoną wizję szczęśliwego, pełnego pięknych chwil życia ze swoim Maleństwem dzieląc rodzicielstwo ze swoim mężem/ partnerem. I często takie chwile się zdarzają.

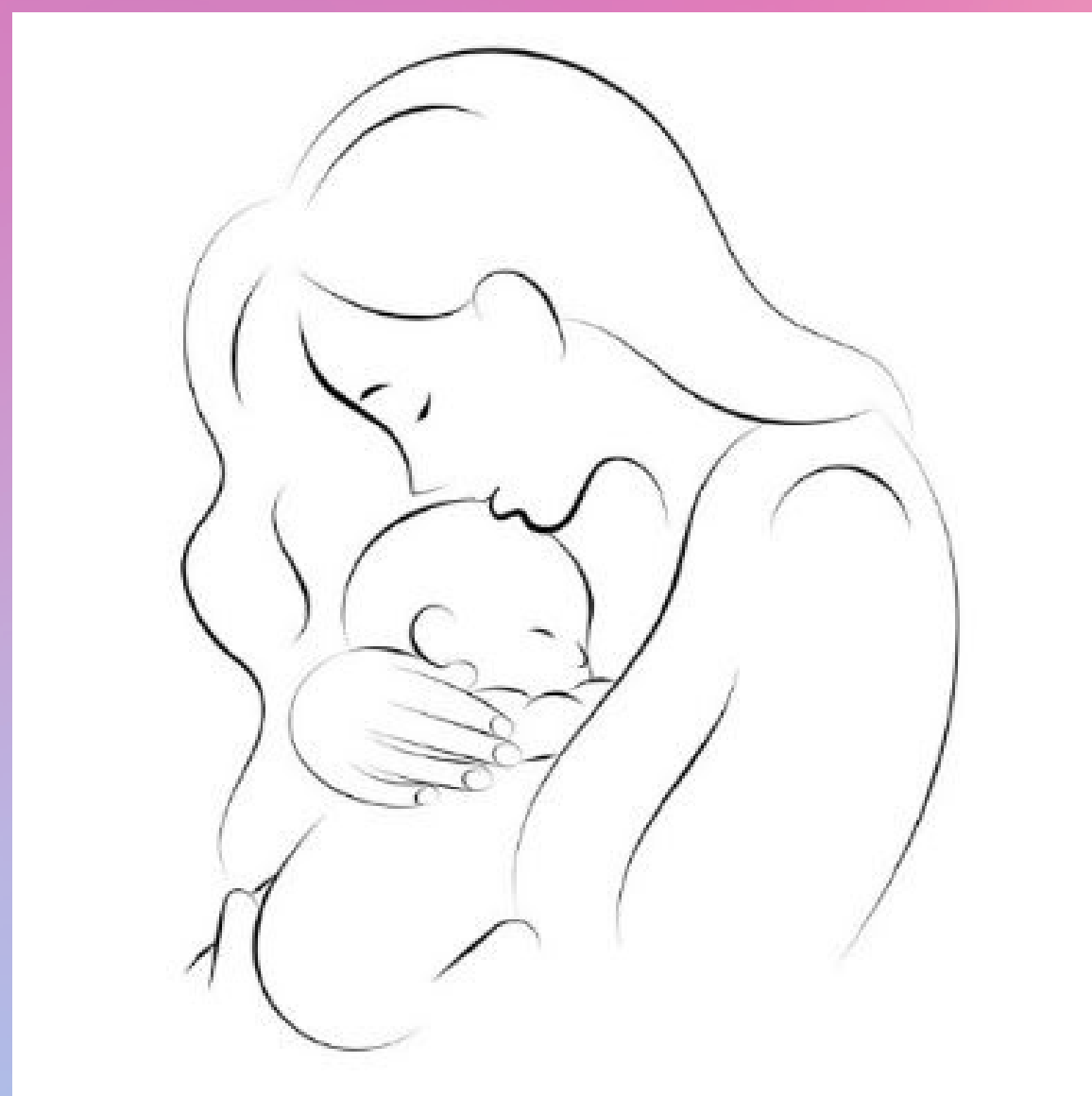
Jednak czy jako Mama doświadczasz też trudu, niemocy, niewyspania, bycia w ciągłej gotowości, spełniając potrzeby innych? A może zamiast radości, entuzjazmu pojawia się zmęczenie, frustracja i szereg trudnych emocji?

Czy to jest normalne? Czy to oznacza, że coś idzie nie tak?

Czy inni też tak mają?

Przyjdź, posłuchaj, porozmawiaj!

**Zapraszamy na spotkania grupy wsparcia dla
Mam dzieci w wieku 0-3 "MAMY RELACJE"**



Norway
grants

Projekt „MOC RELACJI – wdrożenie zintegrowanego modelu profilaktyki przemocy domowej”
realizowany w ramach Programu „Sprawiedliwość”, finansowanego ze środków funduszy norweskich i środków krajowych



Na spotkaniach grupy wsparcia :

- dowiesz się, jak sobie radzić w nowej sytuacji życiowej, jaką jest rodzicielstwo
- w życzliwej i pełnej akceptacji atmosferze będziesz mogła podzielić się tym, co dla Ciebie jest ważne, a czasem trudne
- wzmocnisz swoje kompetencje jako kobiety, mamy, żony/partnerki
- będziesz miała szansę nawiązać relacje z innymi Mamami
- proponowane tematy: *potrzeby dziecka, a potrzeby Mamy,
- *relacje rodzicielskie i partnerskie, *wspieranie i stymulowanie rozwoju dziecka,
- *bycie idealną, czy wystarczająco dobrą Mamą, *praca zawodowa, a macierzyństwo

Informacje:

- 10 spotkań (2h) w Centrum Dla Rodzin ul. Głowackiego 4/11-12
- spotkania odbywać się będą we środy w godzinach 10:00-12:00
- terminy spotkań: 10.05, 17.05, 24.05, 31.05, 7.06, 14.06, 21.06, 28.06, 5.07, 12.07
- gwarantujemy niewielką grupę, miłą atmosferę, w której każda Mama znajdzie przestrzeń dla siebie
- możliwość uczestnictwa w spotkaniach z dzieckiem

ZAPISY tel. 887 202 913 w godz. 8-20

Prowadzące terapeutki: **Elżbieta Kłosińska i Joanna Szepieniec**



Norway
grants

Projekt „MOC RELACJI – wdrożenie zintegrowanego modelu profilaktyki przemocy domowej”
realizowany w ramach Programu „Sprawiedliwość”, finansowanego ze środków funduszy norweskich i środków krajowych

