

# TĚHOTENSTVÍ JE VELKÁ ZMĚNA. PRO TĚLO I PRO HLAVU

A je v pořádku, nebýt na to sama.

Někdy stačí mít někoho, kdo poslouchá. Kdo nehodnotí. Kdo rozumí tomu, čím právě procházíte. TěhoDuše je tu pro vás — ať už řešíte velké otázky, drobné nejistoty, nebo jen chcete prostor, kde můžete být upřímná. Žádné stigma. Žádná diagnóza. Jen podpora pro vás a vaše těhotenství.

## CO NABÍZÍME



### Webináře a kurzy

Krátká online setkání na témata, která vás nyní pravděpodobně zajímají. A taky komplexní kurzy — na přípravu k porodu, na šestinedělí i na práci s obavami.



### TěhoKruhy a konzultace

Podpůrná skupinová setkání vedená psychologkami, kde zjistíte, že v tom nejste sama (online i naživo). Nebo individuální konzultace, když chcete prostor jen pro sebe a svoje témata.



### Online poradna ZDARMA

Máte otázku? Napište nám. Odpoví vás zkušená psychologka. Žádné čekání na termín, žádné závazky. První krok nemusí být těžký.

**Mrkněte na naše stránky nebo sociální sítě.  
Nemusíte být na to sama.**

[www.tehoduse.cz](http://www.tehoduse.cz)

