

NEBUĎ NA TO **SAMA**

TĚHO KRUHY

Online i naživo (Brno, Praha)

Těhotenství bývá prezentované jako devět měsíců zářivého štěstí. Realita je často jiná – jsou dny plné radosti, a jsou dny, kdy přichází úzkost, únava nebo pochybnosti.

TěhoKruhy jsou tu proto, abys ty těžší chvíle nemusela prožívat sama.

„Poprvé za celé těhotenství jsem si připadala normálně. Že nejsem divná, když nemám jen radost, ale taky se často pořádně bojím.“
– účastnice TěhoKruhu



90 minut | 4–8 žen | 300 Kč

O co jde?

Podpůrná setkání pro těhotné ženy, které hledají prostor ke sdílení.

Žádná terapie, žádné přednášky – jen ty a další těhotné ženy v bezpečném prostředí.

Pro každou těhotnou ženu v jakémkoli trimestru. Nemusíš mít diagnózu. Stačí, že hledáš pocit, že v tom nejsi sama.

Scházíme se v malé skupině 4–8 žen po dobu 90 minut.

Můžeš sdílet, co potřebuješ – nebo jen poslouchat. Platí pravidla důvěrnosti a vzájemného respektu.

Setkání vedou psycholožky se zkušeností v oblasti perinatální péče.



Aktuální termíny naleznete na:
www.tehoduse.cz/archive/tehokruhy
nebo QR →

