



**מטה יהודה
מרכז
צעירים**
מניעים עד אליך



**אגף חברה ונוער - מרכז צעירים ואגף רווחה
מזמינים אתכן ל:**

סדנת תמיכה רגשית לאימהות אחרי לידה



בת 10 מפגשים

נשים יקרות תושבות המועצה האזורית מטה יהודה: הנכן מוזמנות להיות חלק מקבוצה אינטימית ליווי רגשי לאמהות לאחר לידה (ניתן ואף מומלץ להגיע עם תינוק).

הסדנה היא תהליכית בהתאם למודל התפתחות קבוצה תומכת (גם לאחר סיומה). הסדנה תיתן מקום לכל משתתפת, לרגשותיה ולשונות בין המשתתפות.



מנחה: אראלה בר-דרור שבתאי, בעלת תואר שני בחינוך Med, בוגרת בית הספר להורות של סמינר הקיבוצים במסלול הנחית קבוצות הורים. מנחת קבוצות ליווי לאימהות לתינוקות אחרי לידה מטעם מכללת דיאדה.

לאור ההצלחה אנו מקיימים סדרת מפגשים נוספים

ימי שני - בבית הקהילה, מושב צלפון
בשעות 10:30-12:30
אווירה שקטה וקסומה, בליווי ארוחת בוקר קלה

25.03.2019
החל מתאריך

- | | |
|----------------------------------|----------------------|
| 1. "הולדתה של אם" | 6. "אימהות ובנות" |
| 2. "סיפורי לידה" | 7. "שינויים בזוגיות" |
| 3. "קולות מחזקים וקולות מחלישים" | 8. "אימהות וקריירה" |
| 4. "בכי" | 9. "העצמה נשית" |
| 5. "היעדר שינה" | 10. "סיכום ופרידה" |

המפגשים:

ההשתתפות היא ללא עלות *מספר המקומות מוגבל ל- 15 נשים, ומותנה ברישום מראש!
לפרטים נוספים והרשמה

רוני עירון ☎ משרד: 02-9958985 • נייד: 052-7250985 ✉ ronii@m-yehuda.org.il

