

Bērniņa gaidīšanas laiks vienmēr ir īpašs un neatkārtojams.

Katra grūtniecība ir unikāla, bagāta ar tik dažādām sajūtām un emocijām. Saprātne un atbalsts, kā arī darbs ar sevi šajā procesā ir ļoti svarīgi. Šī pārlicība sakņojas manā pieredzē, sagaidot pasaulē savus trīs bērnus.

Tomēr ne katra sieviete šinī svarīgajā laikā to saņem.

Tāpēc **manī radās vēlēšanās veidot radošus, iedvesmojošus un atbalstošus seminārus sievietēm, kuras ir mātes cerībās.**

Mēs visi pastāvam saiknēs – saiknē ar to, no kurienes mēs nākam, saiknēs ar tiem, kas mums blakus un tiem, kurus vēl satiksim...

Vēlos uzrunāt un aicināt sievietes gaidībās un arī tās, kuras vēl tikai plāno ieņemt mazuli, jo esmu pārlicināta, ka patiesais gaidīšanas laiks sākas jau tad, kad mēs sākam sapņot un cerēt par bērniņa ieņemšanu, it īpaši, ja šis gaidīšanas laiks šķiet ieildzis un pie bērniņa neizdodas tik (grūtības palikt stāvoklī vai bijuši spontānie aborti). Grupas enerģija un atbalsts tad var būt īpaši nozīmīgs.

Iedvesmojoši un radoši semināri:

~ Māmiņām gaidībās ~

Aicinu uz tikšanos **Jelgavā** reizi mēnesī **otrdienas vakarā** no **18.00** līdz **20.30**

precīzu datumu un vietu skati mājaslapas **www.injan.lv** kalendārā

Dalības maksa par vienu semināru: **15.00 EUR**, ar Jelgavas Māmiņu Kluba kuponu **10.00EUR**

Pieteikties un uzzināt ko sīkāk varat:
pa tālruni: **29166791 (Iveta)** vai
e pastu: ivetarukmane@inbox.lv

POA psihoterapeite

Iveta Rukmane

Tikšanās laikā būs iespēja:

- Baudīt sirsnīgu, iedvesmojošu, radošu un atbalstošu gaisotni;
- Piedalīties **dienas tēmas** diskusijā (skat. mājaslapas **www.injan.lv jaunumos**);
- Izveidot ciešāku kontaktu ar savu gaidāmo mazuli;
- Analizēt sapņus, un uzzināt to vēstījumus;
- Dalīties savā piedzīvojumā un pārdzīvojumā, sajūtot, ka neesat viena;
- Iepazīt citu sieviešu pieredzi...

