



Poradna Ruth



Vás srdečně zve na
přednášku

PhDr. et PaedDr. Jany Matějkové

DUŠEVNÍ HYGIENA ŽEN NA MATEŘSKÉ DOVOLENÉ

v úterý 9. 10. v 17 hodin

na ulici Vltavínská 1376 v Třebíči
(Dům s pečovatelskou službou, přízemí)

Cílem setkání je pomoci ženám na mateřské dovolené zjistit si hlavní stresory běžného dne a naučit se, jak zvládat zátěžové situace. Během těhotenství i po porodu je žena obzvláště citlivá na zátěžové podněty a často ve snaze o maximální péči pro své dítě zapomíná sama na sebe.

Lektorka: PhDr. Jana Matějková má dvacetiletou praxi v oblasti psychologického poradenství pro děti, mládež a rodinu a působí jako lektorka odborných seminářů pro pedagogy, sociální pracovníky, dobrovolníky, studenty i rodiče.

Vstupné dobrovolné



**OBLASTNÍ CHARITA
TŘEBÍČ**

Poradna Ruth Třebíč

Vltavínská 1376 674 01 Třebíč
tel.: 605 372 765, 775 613 622
e-mail: poradnaruth.trebic@charita.cz
www.trebic.charita.cz