

Zadanie realizowane przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

5 SPOTKAŃ DLA MAM

Lądowanie na Planecie Mama

Czas na Ciebie. Miejsce na Twoje potrzeby.
Rozmowę i bliskość innych mam.



Nie musisz ze wszystkim radzić sobie sama.

Zapraszamy mamy małych dzieci – zarówno te, które na co dzień opiekują się dzieckiem w domu, jak i mamy dzieci uczęszczających do żłobka.

To przestrzeń na dzielenie się doświadczeniami i poznanie innych mam.

Nie trzeba być w kryzysie, żeby dołączyć. To nie jest grupa psychoterapeutyczna.

Podczas spotkań

- przyjrzyś się swoim potrzebom w roli mamy,
- porozmawiasz o emocjach i codzienności,
- znajdziesz przestrzeń na odpoczynek,
- podzielisz się tym, co dla Ciebie ważne,
- poznasz mamy z podobnymi doświadczeniami.

Zapisz te daty

2026

PAŹDZIERNIK

LISTOPAD

23

pt.

29

CZW.

5

CZW.

12

CZW.

19

CZW.

Każde spotkanie: 16:00-18:00

SPOTKANIA W GRUPIE

prowadzone przez psycholożkę

DLA UCZESTNICZEK

mały poczęstunek

UDZIAŁ W CYKLU

bezpłatny

WADOWICE

ul. Emilii i Karola Wojtyłów 4, 34-100 Wadowice

Sala nr 12

ZAPISZ SIĘ NA CYKL 5 SPOTKAŃ

wtymrazem.fundacja@gmail.com

tel. 12 400 43 04

wtymrazem.pl/realizowane-projekty/

OPIEKA NAD DZIECKIEM

Po wcześniejszym zgłoszeniu możliwa jest opieka nad dzieckiem w czasie trwania spotkania.

**Liczba miejsc jest ograniczona.
Decyduje kolejność zgłoszeń.**



Formularz zapisów

Przyjdź i sprawdź, czy to miejsce dla Ciebie.

O PROJEKCIE

Więcej wsparcia, gdy go potrzebujesz.

„Lądowanie na Planecie Mama” jest częścią projektu Fundacji WtymRAZEM „Emocje w rodzicielstwie”.

W projekcie oferujemy bezpłatne konsultacje psychologiczne dla osób, par i rodzin, grupy wsparcia, warsztaty i webinary.

Zapraszamy m.in. osoby i pary planujące dziecko, osoby doświadczające niepłodności, kobiety w ciąży, młodych rodziców oraz rodziny z małymi dziećmi.

Powiaty: wadowicki, oświęcimski i chrzanowski

(Wadowice, Chrzanów, Kęty, online)

Poznaj projekt i aktualne wydarzenia

wtymrazem.pl

Zakładka „Projekty”



wtymrazem.fundacja@gmail.com • 12 400 43 04

 **MAŁOPOLSKA**
RODZINNA



Zadanie realizowane przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

Fundacja WtymRAZEM realizuje projekt „Emocje w rodzicielstwie - ponadlokalny program wsparcia psychologicznego na etapie planowania rodziny i w pierwszych latach życia dziecka w Małopolsce” w ramach programu Małopolska Rodzina na Plus.