

# Mamų grupė!

## Kviečiame į nuotolinius susitikimus ikimokyklinukų mamas!

Kartais jautiesi išties pavargusi?  
Kartais galvoji kad daugiau nebegali?  
Kartais nežinai kas esi ir kas nesi?  
Kartais nori, kad tau kažkas padėtų?  
Kartais nematai perspektyvos?  
Kartais net nežinai, ar tai ką dabar darai – motinystė, yra svarbu?  
Trokšti tobulėti?  
Šiuo gyvenimo laikotarpiu surandi laiko visiems ir viskam,  
tik ne sau?

Ir kitoms taip būna! Mamos turi poreikių!



### Ateik, prisijunk ir apie tai pasidalink.

- Išmoksime ar prisiminsime, kaip papildyti savo besibaigiančius išteklius.
- Sustosime ir pagalvosime apie save, savo vidų.
- Mokysimės atpažinti savyje poreikius, kuriais nutiesime tiltą, tarp lūkesčių ir realybės.

Visų susitikimų (kol kas nuotolinių) metu, mus lydės knyga „Ko reikia kiekvienai mamai“.

Knygoje, po daugybės atliktų tyrimų, išskirti 9 poreikiai.

Jūsų poreikiai gali skirtis nuo jūsų sesės, draugės ar kaimynės, todėl čia mokysimės atpažinti kiekviena savo poreikius, dalinsimės patirtimi (bet ne patarimais).

Auginti vaikus, didelis darbas, už kurį viršininkas nepatapsnos per petį, nepagirs, nepaskirs premijos ir jis neturi užbaigtumo jausmo.

Todėl mamai, svarbu žinoti savo atsakymą, turėti vidinę motyvaciją – kodėl motinystė svarbu.

**Susitikimo vieta: zoom nuotolinė**

**Susitikimo trukmė: 1 val.**

**Kiek susitikimų: 12**

**Kaina: 5 eur vienas susitikimas (negali sumokėti, ne priežastis nedalyvauti)**

**Grupė rinksis: trečiadieniais 12 val.**

**Pirmasis susitikimas: balandžio 28d.**

(prisijungti prie grupės galima iki balandžio 26 d.)

Užsiėmimus moderuoja Vilniaus arkikatedros bendruomenės narė  
Lina Kurauskienė.

Registruotis, klausti: Lina +37065617454

[l.kurauskiene@gmail.com](mailto:l.kurauskiene@gmail.com) arba [katedra.lt](http://katedra.lt) svetainėje

Susitikimus organizuoja Vilniaus arkivyskupijos šeimos centras.