ТЫ НЕ ОДНА

#Незапланированная беременность

боюсь **#ЖДУ РЕБЕНКА**

Никто не поддерживает

Нет денег и работы

Отвернулся весь мир

Оставил любимый

Мне угрожают **#БОЮСЬ РОЖАТЬ**

Родители против ребенка

Подвергаюсь насилию

#РЕШИЛАСЬ НА АБОРТ

#Я напугана

Мне 35 лет

#Очень молода

#НЕ ЗНАЮ, ЧТО БУДЕТ ДАЛЬШЕ

Период беременности — это время выпадениях из учебы, карьеры и отсутствия интеллектуального развития.

Во время беременности интеллектуальные процессы действительно немного затормаживаются, НО на первый план выходит интуитивное восприятие мира, раскрывается творческий потенциал. Часто декретный отпуск становится стимулом для женщины получить новое образование, начать писать статьи, книгу, открыть свой интернет-магазин, изучить иностранный язык – одним словом подготовить базу для выхода в мир самореализации не только как мамы. Беременность – отличный период, чтобы понять себя.

Фигура утрачена без возврата

Прежде всего важно помнить, что в отношении беременной работают все те же принципы здоровья, что и для любого другого человека. Не забывайте о важности здорового питания и физических нагрузок. Существует ряд активных и эффективных спортивных методик, к ним относится и йога для беременных, которые: насыщают организм кислородом, сохраняющим мышцы и кожу в тонусе; уменьшают боль в позвоночнике при вынашивании ребенка; сжигают лишние калории.
Следуй советам врача и планируй меню и физические нагрузки – тело скажет СПАСИБО после рождения ребенка.

Крах личной жизни

Если отношения, которые подарили вам ребенка окончились, это не значит, что в новом статусе матери вам не удастся встретить мужчину мечты. Что изменится? Вы не станете менее общительной. Просто в вашем списке требований появится еще одно – вашего ребенка должны любить и уважать не чуть не меньше его матери. Кроме того, только мама (родители) может научить ребенка быть счастливым. Ведь семья — тот родник, из которого он пьет. Так пусть же вода будет чистой и вкусной. Получайте удовольствие от жизни всеми приемлемыми и доступными способами!

БЕЗВЫХОДНЫХ СИТУАЦИЙ НЕ БЫВАЕТ

При поддержке специалистов, чьи бесплатные услуги собраны в интерактивной карте вы можете получить:

- Консультации юристов, психологов и социальных педагогов;
- Комплексную и квалифицированную медицинскую поддержку, в том числе специалистов по питанию;
- уделить внимание фитнесу или йоге для беременных;
- узнать о доступных обучающих и развлекательных возможностях;
- познакомиться с теми, чье внимание поддержит вас как физически, так и эмоционально.

ЧТО БУДЕТ, ЕСЛИ ТЫ СТАНЕШЬ МАМОЙ?

- Получишь самую мощную и долгосрочную **МОТИВАЦИЮ** развиваться, бороться, стремиться к лучшей жизни и высоким достижениям в карьере.
- Создашь **НОВУЮ ЖИЗНЬ** и поймешь насколько ты сильна и многогранна.
- Научишься **ПОЛУЧАТЬ ПОМОЩЬ** от других людей и организаций, что безусловно поможет в разрешении сложившейся ситуации.
- **ПОБЕДИШЬ ОДИНОЧЕСТВО** и узнаешь, что такое безусловная и взаимная **ЛЮБОВЬ**.

Что выбираешь ты: решать задачи или просто закрыть глаза и не смотреть в их сторону? Будь честна. Ты уже мама… и ты не одна.

КОМИТЕТ ПО ТРУДУ, ЗАНЯТОСТИ И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЕ МИНСКОЙ ОБЛАСТИ
КОМИТЕТ ПО ЗДРАВООХРАНЕНИЮ МИНСКОЙ ОБЛАСТИ
СОЦИАЛЬНЫЙ ЦЕНТР "СЧАСТЛИВЫЙ МАЛЫШ"
SOS ДЕТСКИЕ ДЕРЕВНИ БЕЛАРУСЬ

#радуюсь жизни

люблю **ЕСТЬ ЛЮБИМАЯ РАБОТА**

Я знаю, как строить жизнь

Жизнь полна любви

#У меня все получается

#Ты не одна

#Я — МАМА

Жизнь полна нежности

Я РАЗВИВАЮСЬ **Красива, умна и желанна**

#Я открываю новое

У МЕНЯ ЛЮБИМАЯ РАБОТА

МЕСЯЦ 1

МЕСЯЦ 2

МЕСЯЦ 3

МЕСЯЦ 4

МЕСЯЦ 5

МЕСЯЦ 6

МЕСЯЦ 7

МЕСЯЦ 8

МЕСЯЦ 9