

# Co kobieta powinna, a czego nie musi

**W** III Forum Kobiet Ziemi Częstochowskiej, na Politechnice Częstochowskiej wzięło udział prawie 200 pań.

Podczas forum dyskutowano podczas trzech paneli tematycznych. Pierwszy dotyczył sfery psychiczno-emo-cjonalnej. Kobiety, które były w przeszłości w sytuacji kry-zysowej, mówiły jak podnieść się po upadku, jak radzić sobie z problemami. Dyskutowano o sytuacjach braku wsparcia w rodzinie, radzeniu sobie w stresie.

Drugi blok tematyczny poświęcony był sztuce. Jak

sztuka pomaga odreagować trudne sytuacje, oderwać się od codzienności, ale także jakie daje możliwości samorealizacji. Trzeci blok był poświęcony kobiecie dojrzałej - czyli jak utrzymać dobrą kondycję i świetnie wyglądać. Były więc dobre rady z zakresu kosmetyki. Forum przygotowały m.in. Halina Rozpondek, posłanka na Sejm RP, Izabela Leszczyna, posłanka na Sejm RP, Maria Nowicka-Skowron, rektor Politechniki Częstochowskiej, Grażyna Klamek, dyrektorka Powiatowego Urzędu Pracy.

*Janusz Strzelczyk*



W tegorocznym forum wzięło udział prawie 200 kobiet

FOT. BEATA MARCINIAK