

Raskaustreffit

Synnytyssalimennuskerta odottaville

Tule yksin tai puolisesi kanssa raskaustreffeille kuulemaan voimaannuttavasta synnytyksestä ja valmistautumaan siihen.

Synnytyssalikätilö Johanna Tiitan ohjauksessa mietitään synnytyskivun ja mielen yhteyttä ja merkitystä sekä tutustutaan naisen voimavaroihin. Harjoitteleme muun muassa hengittämistä avautumisvaiheen aikana sekä opettelemme Aku-painantaa ja erilaisia asentoja ponnistusvaiheen aikana. Voimme myös tutustua Reboza-huivin käyttöön.

Lisäksi voit kysyä mieltäsi askarruttavia kysymyksiä synnytyksestä. Osallistumismaksu 10€/ henkilö (sis. tarjoilua). Käteismaksu.

Kotiin mukaan vauvakassi!



Valitse sinulle sopivin sunnuntai 14.10. tai 9.12.2018 klo 18-20

Perhetalo Heideken, Sepänkatu 3, Turku

Ilmoittautumiset (nimi ja laskettu aika): johanna.tiitta@katilonkammari.fi

Paikkoja rajoitetusti.



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITON
Varsinais-Suomen piiri

MLL:n Varsinais-Suomen piiri
Perhetalo Heideken
p. 02 2736 000
varsinaissuomenpiiri.mll.fi