

Oletko raskaana? Tervetuloa mukaan Masuiltoihin



Vauvan odotus herättää paljon ajatuksia ja tuleva synnytys usein mietityttää. Raskaana olevat äidit ovat tervetulleita Ylä-Savon Ensi- ja turvakotiyhdistyksen vapaaehtoisten doulien pitämiin Masuiltoihin. Doulat ovat raskauden- ja synnytyksen tukihenkilöitä. Masuilloissa voi jakaa kokemuksia odotusajasta ja saada tietoa odotukseen ja synnytykseen liittyen esimerkiksi synnytykseen valmistautumisesta, erilaisista synnytysasennoista sekä lääkkeettömästä kivunlievityksestä. Illoissa voi osallistua myös rentoutus- ja hengitysharjoituksiin.

Masuillat pidetään Perhekeskus Onni ja Ilonassa Pohjolankatu 6 L6, Iisalmi

Masuillat:

Illan aiheena:

TI 26.2. klo 18-20 Synnytykseen valmistautuminen, lääkkeetön kivunlievitys synnytyksessä

TI 9.4. klo 18-20 Synnytykseen valmistautuminen, tukihenkilö mukana synnytyksessä. (Puolisot tai synnytykseen mukaan tulevat läheiset ovat tervetulleita iltaan.)

Lisätietoja:

Perheentalo -yhteistyön koordinaattori
Sirkku Nevalainen
sirkku.nevalainen@perheentalo.fi
p. 040 192 0112
www.perheentalo.fi

Odottava perhe on tervetullut mukaan myös Perheentalo -yhteistyön ja seurakunnan järjestämille **Vauvakutsuille ti 22.1. ja ti 21.5.** klo 18-20 Perhekeskus Onni ja Ilonaan.



YLÄ-SAVON
ENSI- JA TURVAKOTI-
YHDISTYS RY

