

Oletko raskaana? Tule mukaan **Masuiltoihin**



Vauvan odotus herättää paljon ajatuksia ja tuleva synnytys usein mietityttää. Raskaana olevat äidit ovat tervetulleita Ylä-Savon Ensi- ja turvakotiyhdistyksen vapaaehtoisten doulien, raskauden- ja synnytyksen tukihenkilöiden, vetämiin Masuiltoihin. Illoissa jaetaan kokemuksia odotukseen ja synnytykseen liittyvistä asioista ja tutustutaan erilaisiin rentoutus- ja hengitysharjoituksiin, jotka voivat helpottaa synnytyksen kulkua. Syksyn Masuillat ovat

T0 24.9., ja T1 3.11. klo 18-19.30

Perhetupa Väkkärä

Savonkatu 13, Iisalmi

Lisätietoja:

Ylä-Savon Ensi- ja turvakotiyhdistyksen päiväryhmätoiminnan ohjaaja Riitta Kauhanen p. 044 9776385, riitta.kauhanen@ylasavonensijaturvakoti.fi

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



YLÄ-SAVON
ENSI- JA TURVAKOTI-
YHDISTYS RY

