



MAITOLIIGA

TULE JAKAMAAN VANHEMMUUDEN ILOT JA SURUT!

Mannerheimin Lastensuojeluliiton Maitoliiga on avoin vertaisryhmä kaikille 0-9kk vauvojen vanhemmille. Ryhmässä on avointa keskustelua sekä säännöllisesti ammattilaisten ohjeistuksia erilaisin teemoin. Toistaiseksi voimassa **ennakkoilmoittautuminen!**

Huom! Helmikuun ajan tavataan etänä.

Ilmoittaudu sähköpostitse tai numeroon 050 323 0702

Lisätietoja: MLL Pohjanmaan piiri, Kirsi Frusti (kirsi.frusti@mll.fi)

Torstaisin klo 13-15

MLL:n Pohjanmaan piirin tiloissa, Vöyrinkatu 2A (Malmöntalo)

11.2	Vauvan tarpeet, rytmi ja rutiinit (etänä)
18.2	Vauvan hoiva ja huolenpito (etänä)
25.2	Oma hyvinvointi (etänä, Arja Rajala MLL)
4.3	Vastavuoroisuus, vauvan rooli perheessä ja suvussa (etänä?) Soseruokailun aloitus
11.3	Vapaata keskustelua
18.3	Vapaata keskustelua
25.3	Äitiys ja seksuaalisuus - muutokset raskauden ja vauvavuoden aikana (sosionomiopiskelijat)
1.4	Kiiristorstai, ei ryhmää
8.4	Ei ryhmää
15.4	Lantionpohjan lihaksiston vahvistaminen (Fysios)
22.4	Keskustelua unesta
29.4	Luonnonmukaiset siivousmenetelmät (Heli Similä, Martat)
6.5	Parisuhde voimavarana (perheterapeutti Carita Frants)
13.5	Helatorstai, ei ryhmää
20.5	Vauvan ensiapu (Heli Latvala)
27.5	Vauvahieronta + jäsenkorjaus (Keijunkuu)
3.6	Temperamentti
10.6	Kesäkemut



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO

Lapset ensin.



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO

Lapset ensin.