

Pappacafé



Start 11 september

Fredagar kl 10-12

Plats:Gredelbykyrkan

Vi erbjuder en mötesplats för pappor och barn i
Knivsta Kommun!

Välkomna till en stund med fika, lek och samtal!

Vi kommer att ha olika teman för våra träffar

Öppen verksamhet, ingen anmälan behövs.

Välkomna!

Kontakt och info:

Anders Jarl, pastor 070-7711701, www.gredelbykyrkan.se

Lena Söderberg, stress- & friskvårdsterapeut 073-6795511

Lotta Wiström, barnmorska 018-349101

I samarbete med Studieförbundet Bilda

Babymassage

En kurs för barn och föräldrar/ vårdare tillsammans BABYMASSAGE vänder sig till föräldrar, far- och morföräldrar och andra som har en nära relation till babyn.

Ni kommer tillsammans med er baby att lära er mer om att underlätta och stärka den trygga anknytningen som stärker gränser, självbild och samspel.

Babymassage - ett sätt att praktiskt arbeta med samspel, kontakt, lugn och ro, hjälp vid kolik och bättre sömn.

Innehåll:

Vi kommer att arbeta praktiskt med ryggmassage/ solsagan och träna babymassage med din baby/ ditt barn/ barnbarn eller på docka för att du lätt ska kunna omsätta massagen i vardagen. Vi går i lugn takt igenom massagen del för del och knyter till sist ihop massagen till en helhet.

Ingår:

Kursmaterial och olja under kurstillfällena.

Begränsat deltagande: Sex barn och par per grupp . Små grupper eftersom det "runt varje barn" ofta är två vuxna. Lämplig ålder på babyn 0-7 månader. Fråga gärna oss om kursmöjlighet om ditt barn är äldre.

Avgift: 600:- för två vuxna och barn. 5 ggr 1,5 tim

Plats: Stora Rummet, Hyvelg 12, Knivsta: www.stororummet.se

Tid: Ons kl. 10.30-12.00. start v 34, 19 aug, 7 okt, 18 nov

Kursledare: Lotta Wiström leg barnmorska, Jeanette Skinrasson leg distriktssköterska

Anmälan och info: Sinnligt Preventivmedelsmottagning
Hyvelg 12
741 71 Knivsta
018-349101, 070-2866117
sinnligt@telia.com
www.sinnligt.com

