

# Hiero vauvaa - ryhmä

Maanantaisin ja  
keskiviikkoisin  
kello 14.30  
verkossa

Osallistu:  
[bit.ly/osallisturyhmään](https://bit.ly/osallisturyhmään)

## Viikottain vaihtuvat teemat:

- vauvan unen tukeminen
- rentoutta ja hyvää oloa vauvalle
- vauvan masuvaivojen helpottaminen
- ergonomia vauvaa hoitaessa



Lisätietoja: Vauva-  
pikkulapsiperheiden avopalvelu  
0400 814 946 / 040 124 5772

 @pikkulapsiperheiden\_avopalvelu