

# Vanhempien jaksaminen ja vauvan uni

Vertaistukea ja tietoa  
kuinka huolehtia omasta jaksamisesta  
ja millaista on vauvan ikätasoinen uni  
alle 6kk ikäisten vauvojen  
vanhemmille verkossa.

**Joka kuukauden ensimmäisenä  
keskiviikkona kello 15.30**

**Osallistu verkossa:**

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

(muutokset mahdollisia, muutoksista tiedotamme:  
[bit.ly/osallisturyhmään](https://bit.ly/osallisturyhmään))

**Lisätietoja:**

**0400 814 946 / 040 124 5772**



LAPIN  
ENSI- JA  
TURVAKOTI RY

HETKET JÄRJESTÄÄ VAUVA- JA  
PIKKULAPSIPERHEIDEN AVOPALVELU



Seuraa meitä: [@pikkulapsiperheiden\\_avopalvelu](https://www.instagram.com/pikkulapsiperheiden_avopalvelu)