

PERHETOIMINTAKESKUKSEN KERHOT SYYS-LOKAKUU (5.9.-15.10.2017)

ILMOITTAUTUMINEN VIIM. TO 31.8. <https://lapinpiiri.mll.fi>

SEURAAVA KERHOJAKSO LOKA-MARRASKUU (23.10.-30.11.2017, ilm. to 19.10.)

TIISTAI	KESKIVIikko	SUNNUNTAI
<p>VOIMAA ÄITIYTEEN klo 9.30-11.30 5.9., 12.9., 19.9., 26.9., 3.10., 10.10. Äidin ja vauvan (0-6kk) ryhmä, jossa toimintaa 1,5h. Jaetaan kokemuksia, opitaan itsehoitokeinoja, yksinkertaisia harjoitteluja (mm. tanssia, venyttelyä, lantiopohjalihastreeniä), joita voi tehdä kotona vauvan kanssa.</p> <p>Hinta: 48 €/43€, 6 kertaa Sintija Dutka 040 571 0606, sintija.dutka (a)gmail.com</p> 	<p>LORULUIKARIT klo 10-11 6.9., 13.9., 20.9., 27.9., 4.10., 11.10. Loruliekutusta, kielen kieputusta, rytmin rakastamista ja voimauttavaa vuorovaikutusta lapsen (1-3 v.) ja aikuisen sekä koko ryhmän kesken.</p> <p>Hinta: 36 €/32€, 6 kertaa. Virpi Peitso 0400 747 744, vpeitso(a)hotmail.com</p> <p>ÄITI-VAUVA -JOOGA klo 14.45-15.30 6.9., 13.9., 20.9., 27.9., 4.10., 11.10. Äidin ja vauvan (alle 1v.) yhteinen hetki. Sisältää joogaharjoituksia äidille ja vauvalle. Aikaisempaa jooga kokemusta ei tarvita.</p> <p>Hinta: 48€/43€, 6 kertaa Aksana Kurola 044 313 1408, aksana.kurola(a)gmail.com</p>	<p>SYNNYTYSTANSSI klo 16.30-18 10.9., 17.9., 24.9., 1.10., 8.10., 15.10. Liikuntaa ja valmennusta synnytykseen. Tunneilla yhdistyvät odotusajan turvallinen liikunta, tanssin riemu, naisten yhteisöllisyys ja valmistautuminen synnytykseen. Itämaiset, afrikkalaiset ja latinorytmit valmistavat lempeään synnytykseen ja pitävät kuntoa yllä raskausaikana.</p> <p>Hinta: 48 €/43€, 6 kertaa Sintija Dutka 040 571 0606, sintija.dutka(a)gmail.com</p>  <p>Opintokeskus Sivis</p>
<p>VALMISTA RUOKAA LAPSIPERHEILLE MAANANTAI JA TORSTAI KLO 13-13.30 Koulun ylimääräruoan jako lapsiperheille koulupäivinä klo 13-13.30 (mikäli ruokaa on jäänyt). Ruokaa jaetaan niin kauan kuin sitä riittää ja vain omaan astiaan. Voit kysyä numerosta 016 345 824, onko ruokaa jaettavana. Ruokaa ei voi varata. Torstaisin jaamme perheille myös leipää.</p> <p>Second Hand -myymälästä edullisia lastenvaatteita, myymälässä käy vain käteinen.</p>	<p><i>Ilmoittautuminen on sitova. Osallistumismaksu kattaa yhden lapsen ja aikuisen. Pienempi osallistumismaksu MLL:n jäsenille ja sisaralennushinta. Ryhmän toteutuessa saat s-postiisi vahvistusviestin ja ohjeet osallistumismaksun maksamisesta.</i></p> <p>LISÄTIETOJA: https://lapinpiiri.mll.fi > Perhetoimintakeskus Rovaniemellä</p> 	<p>LAPSIPARKKI 2-6 -VUOTIALLE KLO 10-13 TORSTAI: 7.9., 21.9., 5.10., 26.10., 9.11., 23.11., 14.12., 21.12. Sitovat varaukset puh. 016 345824 ko. viikon ma klo 17 mennessä. Hinta: 5€/h/lapsi, sisaruslisä (1-3h) 5€. Järjestetään, kun vähintään 3 lasta ilmoittautuu.</p> <p>Lastenhoitovälitys Puh. 040 772 5078 ark. klo 8-13. Hinta: 8,20 €/h, su 16,40€/h, min. 16,40€. Perhe toimii työnantajana ja maksaa suoraan hoitajalle.</p>