

Parents to be - night out!

**Glæd jer til et lækkert arrangement
for kommende forældre.**

Fysioterapeut Karina fra StærkHverdag og
jordemoder Lea fra Barriga
- et aktivt jordemoderhus gæster Café Madglad

onsdag d. 15.01 kl. 18.30-22.00

Aftenen kommer til at byde på skøn mad-
forkælelse kombineret med sjove og
informative oplæg. Der vil komme tips og tricks
til, hvordan I som par kan styrke hinanden
igennem graviditet og fødsel og komme ud på
den anden side med en følelse af at have været
et fantastisk makkerpar!

I vil få serveret en tapas menu med
7 forskellige lækkerier og løbende blive
underholdt med små oplæg krydret med høj
faglighed og tung erfaring.
Igennem aftenen vil vi komme ind på emner
som:
Hvordan mindskes risikoen for graviditetsgener,
indret dit hjem smart, smagsprøve på rebozo og
gode partneropgaver til fødslen.

MAD-GLAD



StærkHverdag

Parents to be - night out!

Glæd jer til et lækkert arrangement for kommende forældre.

Fysioterapeut Karina fra StærkHverdag og
jordemoder Lea fra Barriga
- et aktivt jordemoderhus gæster Café Madglad

onsdag d. 15.01 kl. 18.30-22.00

Aftenen kommer til at byde på skøn mad-
forkælelse kombineret med sjove og
informative oplæg. Der vil komme tips og tricks
til, hvordan I som par kan styrke hinanden
igennem graviditet og fødsel og komme ud på
den anden side med en følelse af at have været
et fantastisk makkerpar!

I vil få serveret en tapas menu med
7 forskellige lækkerier og løbende blive
underholdt med små oplæg krydret med høj
faglighed og tung erfaring.

Igennem aftenen vil vi komme ind på emner
som:

Hvordan mindskes risikoen for graviditetsgener,
indret dit hjem smart, smagsprøve på rebozo og
gode partneropgaver til fødslen.



StærkHverdag

StærkHverdag

Parents to be - night out!

Glæd jer til et lækkert arrangement for kommende forældre.

Fysioterapeut Karina fra StærkHverdag og jordemoder Lea fra Barriga - et aktivt jordemoderhus gæster Café Madglad

onsdag d. 15.01 kl. 18.30-22.00

Aftenen kommer til at byde på skøn mad-forkælelse kombineret med sjove og informative oplæg. Der vil komme tips og tricks til, hvordan I som par kan styrke hinanden igennem graviditet og fødsel og komme ud på den anden side med en følelse af at have været et fantastisk makkerpar!

I vil få serveret en tapas menu med 7 forskellige lækkerier og løbende blive underholdt med små oplæg krydret med høj faglighed og tung erfaring. Igennem aftenen vil vi komme ind på emner som:
Hvordan mindskes risikoen for graviditetsgener, indret dit hjem smart, smagsprøve på rebozo og gode partneropgaver til fødslen.