

# LIEKUN KEVÄT 2021

Lieku ry on vanhemmuuden vertaistukiyhdistys joka järjestää avoimia vertaistukitapaamisia kaikille kiinnostuneille.

**Tervetuloa mukaan!**

**LÄHIÖTALO, Riihisärkänkatu 6 C 16, Joensuu**

Vertaistuki-ilta tiistaisin klo 17-19

23.3. Miten kiittää ja palkita lasta?

6.4. Oma lapsuus - oma vanhemmuus

20.4. Sisarusten väliset ristiriidat

11.5. Elämää tahtoikäisen kanssa

Ilmoittaudu Lähiötalon iltoihin ennakkoon sähköpostilla [lieku@gmail.com](mailto:lieku@gmail.com), katso lisätietoja nettisivuilta [lieku.net](http://lieku.net)

Lähiötalo

**PERHEENTALO, Rantakatu 15, Joensuu**

Aamutapaamiset tiistaisin klo 10-12

30.3. Doula paikalla juttelemassa lääkkeettömistä kivunhallinta-keinoista synnytyksessä

13.4. Kestovaipat, VVV ja pottaharjoittelu

4.5. Kantovälineopastusta

Ilmoittaudu Perheentalon tapaamisiin suoraan Perheentalolle tekstiviestillä tai soittamalla puh. 050 439 5209



## ETÄTAPAAMISET

Torstaisin klo 17-19, osallistuminen Zoomin kautta, liittymisohjeet Liekun Facebook-sivuilla ennen tapaamisen alkua

18.3. Aktiivinen synnytys ry:n keskusteluilta: sektiosynnytys

1.4. Äitiysfysioterapian monet muodot, äitiysfysioterapeutti Paula Ikävalko

15.4. Aktiivinen synnytys ry: n keskusteluilta: Osteopatia synnyttäjän apuna, osteopaatit Venla Karttunen ja Henry Ahola

29.4. Kouluikäisen lapsen seksuaalikasvatus, seksuaalikasvattaja Saara Sahlsten

6.5. Aktiivinen synnytys ry:n keskusteluilta: Tukihenkilön rooli odotuksessa ja synnytyksessä, doula ja imetysohjaaja Anni Eresmaa-Korhonen

AkSyn keskusteluiltoja vetämässä kättilö Helena Liuski

**Lisätietoja ja mahdolliset muutokset**

[lieku.net](http://lieku.net)/ [lieku@gmail.com](mailto:lieku@gmail.com)

Facebook: Lieku ry - tiedotus- ja keskusteluryhmä

Instagram: Liekkury



aktiivinen synnytys

