



Rückbildungskurs für Mamas

Mamas mit Babys von 8 Wochen bis ca. 1 Jahr aufgepasst:

Herzliche Einladung zum **kostenfreien** Rückbildungskurs des Kinder - und Jugendgesundheitsdienstes im Kinder-und Familienzentrum **KinuFa**.

immer dienstags von 10:00 bis 11:00 Uhr ab 25.8.26

Den Kurs führt eine Hebamme des KJGD durch und ihr werdet 7 Wochen lang in entspannter Atmosphäre kompetent und herzlich begleitet .

Termine: 25.08. | 01.09. | 08.09. | 15.09. | 22.09. | 29.09. | 06.10.

Wo? KinuFa Charlottenstr. 3, 10315 Berlin

Anmeldung bitte bis 03.08.26

an Mandy Raabe: mandy-raabe@awo-suedost.de Telefon: 0176 60 34 72 12

Wir haben Platz für 6 - 8 Mamas und freuen uns auf Euch! Kommt gern mit oder ohne Kind.

