

Närhälsan

Närhälsan Angered rehabmottagning



Digitalt informationstillfälle för
dig efter graviditet och
förlossning

Om informationstillfället:

Syftet med informationstillfället är att ge dig ökad kunskap om kroppen efter graviditet och förlossning samt vad som är bra att tänka på vid återgång till träning.

Innehåll:

- Bäckén och bäckensmärtá efter graviditet.
- Hållning och hållningsmönster
- Bäckénbotten och bäckénbottenträning
- Andning, hållning och bäckénbotten
- Magmuskulatur efter graviditet
- Tips och råd vid träning efter graviditet och förlossning

Plats

Digitalt via app Närhälsan Online.

Tid

Fredagen den 10/10 klockan 11.00-12.30

Deltagare

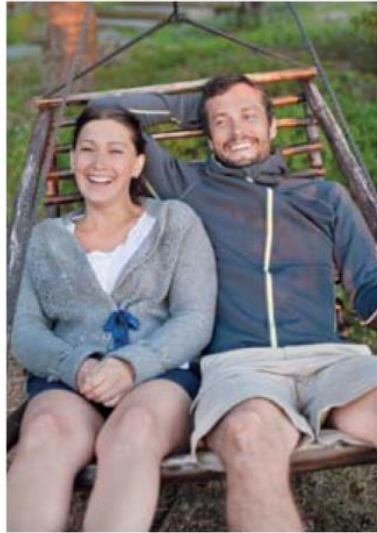
Max 10 personer, leds av en leg. fysioterapeut

Kostnad

50 kronor. Frikort gäller. Uteblivet besök debiteras.

Anmäl frånvaro minst 24 timmar innan besöket till receptionen via telefon: 031-7478600

Närhälsan Angered rehabmottagning
Adress: Triörgatan 2, 424 65 Angered
Telefon: 031-7478600



Närhälsan

MED HUNDRATALS MOTTAGNINGAR runt om i Västra Götaland är hjälpen inte långt borta. För oss är din hälsa den enda vinsten – narhalsan.se

