

## På scen

Få förnyad energi och inspiration. Lyssna till gedigen kunskap och peppande föreläsningar om sömn och anknytning, träffa barnens favoriter och få en mysig stund tillsammans.

### FREDAG 22/3



**10.45-11.15**

#### Sova hela natten

Bästa sömntipsen för få en hel nattsömn till din älskling.

Värd: **Malin King/Sovande barn**



**11.30-11.50**

#### Häng med på äventyr med Funny och humlan Djoj

Det är ingen vanlig dag, det är Humlan Djojjs födelsedag! Funny vill fira Djoj med ett härligt födelsedagskalas och är i full färd att fixa i ordning inför den stora dagen när det dyker upp en mystisk figur... Plötsligt är födelsedagstårten borta! Hur ska Funny hinna baka en ny tårta till Djojjs födelsedagskalas?

Värd: **Funnys Äventyr**



**12.30-13.00**

#### Anknytning

Lär känna ditt barn, en föreläsning om anknytning.

Maria Borda är antropolog, författare och föräldracoach. Hon har studerat och skrivit om föräldraskap i olika kulturer i 15 år.

Värd: **underBARA BARN**



**13.30-13.50**

#### Malmös största Babyrytmik

För föräldrar med sina barn. Var med på stans största babyrytmik! Sjung, klappa och dansa till klassiska barnvisor med roliga små inslag för barnen. En stund där du och ditt barn får en mysig och musikalisk stund tillsammans. Sätt er ner i ringen, klappa takten och sjung med i sångerna!

Värd: **Funnys Äventyr**



**14.15-14.45**

#### Mamma Baby Yoga med Bethany

Följ med på en 30 minuters

mammababyyogaklass! Klassen börjar med mjuk babyyoga och massage för dig och ditt barn att träna tillsammans, följt av en yogapraktik bara för dig. Bebisen kommer att gråta och vicka runt, det är okej!

Vi fokuserar på stretching och stärkande ställningar, samt andnings- och meditationstekniker specifikt för kvinnor efter förlossningen. Ingen yogaerfarenhet krävs för att gå med. Tips! Ta med en filt och leksak till ditt barn.

Värd: **underBARA BARN**



**15.00-15.30**

#### Sova hela natten

Bästa sömntipsen för få en hel nattsömn till din älskling.

Värd: **Malin King/Sovande barn**





## På scen

Samla hela familjen och följ med till sagornas värld. Lyssna till gedigen kunskap och inspirerande föreläsningar om sömn, amning, förlossning i livet som förälder.

### LÖRDAG 23/3



11.00-11.20

**Roligheter med Pettson och Findus** med efterföljande karaktärsträff där barnen får möjlighet att ge karaktärerna en kram, en high five eller varför inte ta en bild tillsammans!

Värd: **Funnys Äventyr**



11.30-12.00

**Återhämtning efter förlossning**  
Tiden som nybliven förälder och strax efter förlossning är omvälvande och bitvis svår. Låt oss prata om fysisk återhämtning efter förlossning.

Värd: **Capio**



12.15-13.00

**Allt du behöver veta om ditt nyfödda barn**

Första tiden med din bebis.

Värd: **Maria Garin, Barnsjuksköterska och Cristina Lundström, BVC Bambino**



13.15-13.45

**Därför ska du ha en barnförsäkring**

Lyssna till Per Täckenström från ICA Försäkring om vikten att skaffa barnförsäkring tidigt i livet.

Värd: **ICA Försäkring**

14.00-14.30

**Bröst är bäst - Amningens crashcourse**

Amningens fördelar och för vem. Hur ammas det i Sverige idag? Matnyttiga fakta. Här får du stöd och råd kring amning. Lyssna på barnmorskan Carinas råd och vägledning om amning och passa på att träffa oss i vårt amningscafé för mer information.

Värd: **Föda i Skåne**



14.45-15.15

**Förbered dig för papparollen**

En guide för blivande pappor.

Värd: **DaddyHood**



15.25-15.40

**Häng med på äventyr med Funny och humlan Djoj**

Det är ingen vanlig dag, det är Humlan Djojjs födelsedag! Funny vill fira Djoj med ett härligt födelsedagskalas och är i full färd att fixa i ordning inför den stora dagen när det dyker upp en mystisk figur...

Plötsligt är födelsedagstårtan borta! Hur ska Funny hinna baka en ny tårta till Djojjs födelsedagskalas?

Värd: **Funnys Äventyr**

