



PERNAH GAK SIH  
BINGUNG SELAMA MASA  
**KEHAMILAN**

TAPI NGGAK TAHU HARUS  
TANYA KE SIAPA? 🤔



Geser untuk tahu jawabannya »»



## Bunda bisa ikut kelas ibu Hamil!

Kelas Ibu Hamil adalah kelompok belajar untuk membekali para ibu hamil agar mampu menjalani kehamilan, persalinan, dan merawat bayi dengan baik. Selain itu, ibu hamil juga bisa tanya-tanya tentang kehamilannya.

## Disana belajar apa aja?



1

Gizi Ibu Hamil



2

Senam ibu hamil



3

Persiapan  
Persalinan



4

Perawatan Bayi  
Baru Lahir



5

Perawatan Pasca  
Persalinan dan Nifas



6

Kepengurusan  
Akta Kelahiran



# MANFAAT

## Kelas ibu Hamil

1

### Dapat Teman dan Tidak Merasa Sendiri

- Bisa cerita bareng ibu hamil lain
- Bertukar keluh kesah sesama ibu hamil
- Saling menyemangati di masa kehamilan



### 2. Bebas Tanya Apa Aja ke Ibu Bidan

“Normal gak yaa ngerasain ini?”  
“Ini aman gak yaa buat ibu hamil?”  
“Kok moodku naik turun yaa?”

3

### Tahu Mitos Vs Fakta Kehamilan

Mitos : Nanas menyebabkan keguguran  
Fakta : Nanas mengandung vitamin C yang bermanfaat bagi ibu hamil



### 4. Cegah Penyakit dan Komplikasi

Mencegah infeksi menular seksual, HIV/AIDS, kurang energi kronis, anemia, dan tanda bahaya pada kehamilan ataupun persalinan.



# TUNGGU APA LAGI ?

Ikut kelas ibu hamil minimal 4x selama kehamilan,  
cegah stunting sejak dalam kandungan.

## GRATIS

Sesuai Jadwal  
di Posyandu Terdekat



**Yuk sebar info ini  
ke ibu hamil di sekitarmu!**



# KELAS IBU HAMIL

Solusi Cerdas Cegah Masalah Kehamilan

## Apa itu Kelas Ibu Hamil?

Kelas Ibu Hamil adalah kelompok belajar untuk membekali para ibu hamil agar mampu menjalani kehamilan, persalinan, dan merawat bayi dengan baik. Selain itu, ibu hamil juga bisa tanya-tanya tentang kehamilannya.

## Manfaat Kelas Ibu Hamil?

- Dapat Teman dan Tidak Merasa Sendiri
- Bebas Tanya Apa Aja ke Ibu Bidan
- Tahu Mitos Vs Fakta Kehamilan
- Cegah Penyakit dan Komplikasi

**Yuk datang ke Kelas Ibu Hamil minimal 4x selama masa kehamilan!**

**GRATIS**

Sesuai Jadwal  
di Posyandu Terdekat

