



CURSUS SHANTALA BABYMASSAGE

Over Shantala Babymassage

Shantalamassage is oorspronkelijk een vorm van totale lichaamsmassage die in India gebruikt wordt tijdens de dagelijkse verzorging van baby's. Het is een ritmische ontspanningsmassage, makkelijk aan te leren en heerlijk om te ontvangen.

De voordelen van Babymassage

Negen maanden heeft je baby doorgebracht in de baarmoeder, waar hij/zij lekker veilig werd gewiegd, gevoed en gekoesterd. Na de geboorte is alles niet meer vanzelfsprekend aanwezig. De enige taal die de baby de eerste maanden kent is de lichaamstaal. Babymassage helpt je om de taal van je baby te leren spreken. Een taal zonder woorden, de taal van het lichaam van jouw baby. Babymassage is een bewuste manier van aanraken en geeft je kindje veel warmte en geborgenheid, wat de basis is voor een emotioneel evenwichtig mens. Bovendien wordt door de massage oxytocine geproduceerd, dit hormoon speelt een belangrijke rol bij gevoelens van tederheid en verbondenheid. Het bevordert de hechting tussen jou en je baby. Het lichaamsbesef en zelfvertrouwen van je baby wordt groter.

Ook heeft de massage een gunstige invloed op de spijsvertering van je baby en geeft verlichting bij darmkrampjes. Je baby kan zich na een massage makkelijker overgeven aan ontspanning en slaapt dieper en rustiger. Maar je baby masseren is vooral gewoon heel erg leuk om te doen!

Wat leer je o.a. tijdens de cursus:

- verschillende specifieke massagegrepen voor de leeftijdsgroep van één tot tien maanden.
- Welke olie kan ik het beste gebruiken
- Met aandacht kijken naar je baby; hoe reageert en wat probeert hij/zij aan te geven.
- Praktische tips en extra informatie over o.a.: lichaamstaal, draag- en tiltechnieken.

Je kunt de cursus babymassage individueel of in een klein groepje (max. 5) volgen. De cursus is bestemd voor baby's van ongeveer 6 weken tot 10 maanden (kruipleeftijd).

In een individuele cursus is veel rust en ruimte. Dat kan fijn zijn bij bijvoorbeeld; een tweeling, een te vroeg geboren baby, een geadopteerd kindje, een baby die veel huilt of een baby die snel overprikkeld is. Dit kan plaatsvinden op het levensatelier of in overleg bij u thuis.

De kosten :

Individueel: per les van 1 uur 50 euro (tijdstop en plaats in overleg)

Klein groepje: 5 lessen van 1.15 uur 110 euro

Alle cursussen zijn inclusief thee, je eigen uitgebreide reader en babymassage olie.

Voor afspraken of verdere informatie kunt U contact opnemen met:

Godelieve Baeten: T: 06 460 43 609 E: info@praktijk-ontmoeting / g.baeten@live.nl