



Familjecentralen i Filipstad

FÖRÄLDRAKURS I SPÄDBARNSMASSAGE



FILIPSTADS
KOMMUN

Vad är spädbarnsmassage?

Spädbarnsmassage är en kärleksfull beröring av det lilla barnets hud, kroppens största sinnesorgan.

Massagen ger dig och ditt barn en upplevelse av kontakt, kommunikation, glädje och kärlek. Det ger dig som förälder en möjlighet att fördjupa och utveckla samspelet med ditt barn.

Det är ingen behandling utan en stund av välbefinnande för er båda.

Det har dock visat sig att särskilt magmassagen, om den utförs regelbundet, kan lindra magknip och gasbesvär.

Finns det några fördelar med att massera spädbarn?

Ja många fördelar, bland annat så får barnets alla sinnen stimulans. Ni har ögonkontakt, doft och närhet, du småpratar med barnet och ger lugna strykningar med varma mjuka händer. Det får barnet att känna sig älskat och tryggt.

Ni slappnar av båda två, barnen brukar sova bättre efter massagen. Du lär känna, förstå och besvara ditt barns kroppsspråk och signaler.

När är kursen?

Vi träffas under fem torsdagar på förmiddagen.
Det är som mest 7 deltagare i varje grupp.

Hur går det till?

Vi träffas på Öppna Förskolan på torsdagar. Då är det stängt för övrig verksamhet.

Barnen ligger på skötbäddar på golvet och föräldrarna sitter på en kudde. Annika som leder masserar en docka.

Vi använder kallpressad vegetabilisk olja, som ni får på första träffen.

Kursen ger er mycket mera om ni försöker att massera hemma också.



Men kom ihåg...vi ska inte prestera något, bara ha en mysig stund. Tiden passar inte alla, några vill äta, sova eller skrika, så är det.



Hur anmäler jag mig?

Du kan anmäla dig till Annika på Öppna Förskolan
Telefon: 073-270 39 57

Vad kostar det?

För 75 kronor får du två häften, massageolja, ett gruppfoto, mycket information men framförallt en mysig och avkopplande stund med ditt barn.

Välkomna!



FILIPSTADS
KOMMUN