

## **'We raken de hemel aan als we onze handen op het menselijke lichaam leggen'**

**Carlyle**

### **Waarom BabyMassage?**

Warmte, aanraking, gewiegd en vastgehouden worden, lichamen contact en strelingen zijn voor een baby essentiële behoeften.

De huid speelt een belangrijke rol bij de gevoelsmatige hechting of binding tussen de baby en de ouder(s). Van alle zintuigen wordt de tastzin in de huid het eerst ontwikkeld. De manier waarop een baby wordt aangeraakt kan bepalend zijn voor zijn/haar verdere leven. Door je baby aan te raken is er contact en warmte, een geruststelling dat hij/zij niet alleen is, een bevestiging van zijn/haar bestaan en eigenwaarde.

### **Waarom BabyCommunicatie?**

Je baby leren verstaan en begrijpen is een hele kunst, hij/zij kan zich immers niet met woorden verstaanbaar maken.

In deze cursus babymassage besteed ik extra aandacht aan de manier waarop je met je baby kunt communiceren.

Een transparante communicatie geeft rust, vertrouwen en geborgenheid voor je baby.

### **Babymassage voor alle baby's**

Babymassage is in principe geschikt voor alle baby's vanaf 6 weken tot 10 maanden. Vooral

de eerste maanden zijn hiervoor geschikt. Je baby ligt nog stil en vindt het heerlijk om gekoesterd en aangeraakt te worden. Jouw vertrouwde geur en stem zijn immers heel dichtbij. Het is ook een prima manier om je baby nog beter te leren kennen en het versterkt jullie band met elkaar.

### **Te vroeg geboren, te klein, te ziek**

Prettige gebeurtenissen, een liefdevolle verzorging en lichamen contact laten net zulke diepe indrukken na als onprettige gebeurtenissen. Dat betekent dat intensieve betrokkenheid en lichamen contact, zoals bijvoorbeeld babymassage, een kans vormen om echt iets te doen voor te vroeg geboren kinderen en voor baby's met groeistoornissen, nachtmerries, slaapproblemen, enzovoort.

### **De cursus**

Tijdens de cursus leer je de Shantala methode om je baby te masseren. De Shantala massage is een uit India afkomstige. Het is daar een goed bewaarde gewoonte die van moeder op dochter wordt doorgegeven. De massage heeft een ritmisch karakter en is zowel ontspanningsmassage voor baby's en kinderen ontspannend voor de baby als de ouder.

### **Opzet van de cursus**

In een kleine groep van maximaal 4 baby's met ouder(s) wordt in 5 bijeenkomsten van circa 1½ uur de cursus gegeven.

Je leert in deze cursus o.a.:

- hoe het slaapgedrag kan verbeteren;
- het maag-darmgebied te masseren, dit kan een positief effect hebben bij darmkrampjes;
- hoe de weerstand tegen ziektes kan worden verhoogd;
- hoe je transparant kunt communiceren met je kindje.

Er zal ook veel aandacht zijn voor *bewustwording* in het contact en ontspanning. Tevens komen er verschillende thema's aan bod zoals: welke olie gebruik je, huilen, basisbevestigend dragen en lichaamstaal.

### **Kosten**

De kosten\* voor de cursus in groepsverband zijn € 85,- per één ouder en kind, inclusief cursusboek en olie.

Je kunt ook individueel de cursus volgen, aangepast aan jouw situatie. De kosten\*\* zijn dan € 60,- per uur (overdag).

Voor de avond/zaterdagochtend geldt een toeslag van € 10,- per uur.

\*Sommige zorgverzekeraars geven voor deze cursus een tegemoetkoming in de kosten.

\*\* De meeste zorgverzekeraars vergoeden deze kosten als alternatieve geneeswijze, zo niet dan geldt een korting op verzoek.



## Mijn achtergrond

In 1988 maakte ik kennis met de haptonomie en ervoer haar kracht: het evenwicht tussen gevoel en verstand.. In 1999 heb ik de opleiding tot haptonomische zwangerschapsbegeleidster afgerond. Sinds 1999 heb ik een eigen praktijk voor Ouder-Kind Kontakt in Dieren. De rode draad in mijn praktijkactiviteiten is ouders ondersteunen om een *geborgen start* voor hun (ongeboren) kindje te realiseren en hun kindje welkom te heten op Aarde.

Tevens geef ik de cursussen Babymassage en Peutermassage aan ouders. Dit vind ik een logisch vervolg op het contact wat ouders al ontwikkeld hebben met hun baby tijdens de zwangerschap. Het contact met hun kind krijgt door middel van deze Shantala Baby- en Peutermassage een nieuwe dimensie.

Het belang van transparant communiceren met kinderen in de leeftijd van 0 – 4 jaar is ontstaan tijdens de cursus Babymassage. Ouders en kinderen hierin begeleiden geef ik nu vorm in de Kind-Ouder Coaching.

Sinds 2004 geef ik ook Ontspanningsmassage voor de Zwangere Vrouw en de 'Jonge' moeder en de 'Lekker in je Vel' Verwennerij voor iedereen. Dit is bedoeld als moment van stilte en rust; een extraatje, een verwennerij, dat ik met veel plezier verzorg.

## Kadotips

*Als kraamkado kun je ook een kadobon geven voor de cursus babymassage.*

*Of wil je een kado voor de aanstaande ouders? Geef dan een kadobon voor een speciale introductiebijeenkomst Haptonomische Zwangerschapsbegeleiding. In deze vorm van begeleiding staat het contact met je ongeboren kind centraal.*

*Ten slotte kun je een zwangere vrouw of een 'jonge' moeder een kadobon geven voor een ontspanningsmassage.*

Wil je meer informatie over en/of je opgeven voor de cursus babymassage, individuele babymassage of mijn andere activiteiten? Bel me dan.



Praktijk voor  
Ouder-Kind Kontakt

Jolande Pit  
Mezenlaan 138  
6951 HR Dieren

☎ 0313 – 496756  
✉ info@ouderkindkontakt.nl  
🌐 www.ouderkindkontakt.nl

Aangesloten bij de Vakgroep Shantala Docenten en de beroepsvereniging alternatieve geneeswijze VBAG

# BabyMassage & BabyCommunicatie



**Een kadootje  
voor je baby  
èn jezelf!**