

# Babymassasje

- et språk som sier mer enn ord



Kurs for  
foreldre og barn





## Babymassasje- den livsviktige berøringen



- Babymassasje er et fantastisk verktøy for å styrke det gode samspillet mellom foreldre og barn.
- Babymassasje hjelper foreldre til å forstå og tyde barnets kroppspråk.
- Babymassasje hjelper både deg og barnet til å frigjøre spenninger, og gir dere et pusterom i hverdagen.





# Babymassasje

- trygge og harmoniske barn gjennom positiv kroppskontakt

Gjennom babymassasje gir du barnet ditt en god start på livet. Det møtes med respekt, trygghet, nærhet og varm berøring.

For fedre kan babymassasje være en unik mulighet til å få en nær og god kontakt med barnet. Barnet får oppleve pappas gode hender.

Når vi gir barnet massasje føler det seg sett og verdsatt, og får på den måten styrket selvbildet.

## **Massasjen kan med små justeringer tilpasses større barn.**

Nærkontakt er viktig gjennom hele oppveksten. Selv om barnet blir for stort til å sitte på fanget, trenger det fortsatt berøring. Massasje er et uvurderlig verktøy til å komme nærmere barnet, og kan være en fin måte å kommunisere på når ord blir for vanskelig.



## **Kurset- et hyggelig avbrekk i hverdagen**

Det tar bare noen få timer å lære baby massasje. Det er fint å starte med massasje fra barnet er seks uker til det når krabbestadiet. For større barn anbefales individuell opplæring.



### **På kurset lærer foreldrene:**

- en metode for massasje av barnet
- om massasjens gode virkninger
- å tolke og svare på barnets signaler
- å tilpasse massasjen til større barn
- gode tidspunkter for å massere, og når man ikke bør massere barnet
- litt teori om baby massasje

**På kurset treffer du andre foreldre som er opptatt av det samme som deg.**





## Babymassasjens gode effekter

Babymassasje gitt på riktig måte kan:

- hjelpe barnet til å slappe av og frigjøre spenninger
- styrke tilknytning mellom barnet og den voksne
- fremme et godt søvnmønster
- styrke og stabiliserer barnets sirkulasjon og fordøyelse
- stimulere hud, berøringssans og motorikk hos barnet



- gjør foreldre mer bevisst på barnets kroppsspråk
- gi barnet trygghet og selvtillit
- lindre ved luft og kolikksmerter
- gi nybakte foreldre økt trygget i rollen som mor eller far
- er godt for barn og voksne!





Informasjon og påmelding til:

**Torill Bratt Hånsett**

Mob. 907 81 507

[www.torillbratt.no](http://www.torillbratt.no)

Alle instruktører i BIN er sertifisert gjennom  
International Association of Infant Massage (IAIM).



**Babymassasje i Norge - BIN**

Postboks 5265 Majorstua, 0303 Oslo

Tlf.: 950 43 950

E-post: [info@babymassasje.com](mailto:info@babymassasje.com)

[www.babymassasje.com](http://www.babymassasje.com)