



# SPÄDBARNSMASSAGE

Massagegrupper hösttermin 2018

Familjecentralen Åmål

Grupp 1

9,16,23,30 Augustus 13.00-14.00

Grupp 2

6,13,20,27 September 10.00-11.00

Grupp 3

4,11,18,25 Oktober 13.00-14.00

Grupp 4

1,8,15,22 November 10.00-11.00

### Varför spädbarnsmassage?

Spädbarnsmassage är ett tillfälle för dig som förälder att få en lugn och avkopplande stund tillsammans med ditt nyfödda barn och lära känna, förstå och besvara ditt barns signaler och kroppsspråk.

Massage är en kärleksfull beröring som stärker banden mellan dig och ditt barn och som stimulerar barnets alla sinnen.

Massage är ingen behandling men den har ändå visat sig kunna ge många positiva effekter vid regelbundet användande, till exempel kan den:

- Utveckla och stärka den viktiga anknytningen mellan barnet och föräldern,
- Hjälpa barnet att frigöra stress och slappna av.
- Lindra barnets besvär vid magknip och kolik.
- Stimulera barnets koordination, balans och muskelutvecklingen.

### **Praktisk info:**

Inga förkunskaper behövs, vi går igenom IAIM:s (Internationell Association of Infant Massage) program för spädbarnsmassage och instruktören är certifierad spädbarnsmassageinstruktör. Kursen är gratis och omfattar 4 träffar under ca. 1 timme.

**Träffarna är på torsdagar.** Efter massagen finns möjlighet att stanna på öppna förskolan för att fika tillsammans.

Vill du vara med i en av grupperna och är ditt barn mellan **6 veckor och 6 månader** gammal anmäl dig gärna via att skicka en email till

[Liesje.schulz.weijmar@amal.se](mailto:Liesje.schulz.weijmar@amal.se)

Ta med din partner, ni är jätte välkomna båda två!

Ta med filt eller badlakan till att lägga ditt barn på och ha bekväma kläder själv då vi kommer att sitta på golvet.

**Anmäl dig så snart som möjligt, senast en vecka innan kursstart. Tack!**

Funderingar?  
Har du funderingar, hur bara av dig!  
Vi hjälpa dig gärna!

*” Genom att leka tillsammans,  
lär vi oss leva tillsammans”*

### Kontaktuppgifter

Liesje Weijmar Schultz

✉ [Liesje.schulz.weijmar@amal.se](mailto:Liesje.schulz.weijmar@amal.se)

☎ 0532-170 29

👉 Följ Åmåls familjecentralen på facebook😊

