

# SHANTALA BABY MASSAGE CURSUS



JiskMassage  
Praktijk voor Massage & Therapie

Schipbeekstraat 42  
1078 BM  
Amsterdam  
020 8450066

[info@jiskmassage.nl](mailto:info@jiskmassage.nl)  
[www.jiskmassage.nl](http://www.jiskmassage.nl)





## Cursus Shantala babymassage

Veilig negen maanden in de baarmoeder gewiegd en gevoed worden is een hele ervaring. Maar dan komt het moment dat een nieuw leven start, alles is niet meer vanzelfsprekend aanwezig, we zullen nu samen verder moeten. Maar hoe zal dat gaan? Er gebeurt zoveel en ..... verstaan we elkaar wel voldoende?

Shantala babymassage is een bijzondere manier om elkaar te leren kennen. Zonder woorden leren we de taal van de baby te verstaan, *lichaamstaal*. In de eerste negen maanden is dit de enige taal die de baby spreekt.

Met de Shantala babymassage, die eenvoudig te leren is, activeer je zowel jouw eigen zintuigen als die van jouw baby, waardoor je intuïtief aanvoelt wat goed is voor jouw baby.

Door de Shantala babymassage slapen baby's regelmatig, krijgen ze een betere spijsvertering en een groter besef van geborgenheid. Zij accepteren zichzelf gevoelsmatig gemakkelijker.

De cursus Shantala babymassage is bestemd voor moeders of vaders met baby's vanaf ongeveer zes weken tot acht a negen maanden.

### Wat leer je nog meer?

- Tiltechnieken en het dragen van de baby op haptonomische wijze.
- Het belang van vertragen en om in rust en met aandacht met jouw baby bezig te zijn.



- Wat te doen bij darmkrampjes?
- Kijken naar de reacties van jouw baby en welke grenzen de baby probeert aan te geven.
- Lichaamstaal van jouw baby en vele praktische tips.

Als ondersteuning van de Shantala babymassage oefenen we een stukje Shantala volwassenen- massage, over de kleding heen, om zelf te ervaren wat jouw kindje voelt.

Het gaat in de cursus niet alleen om het aanleren van massage. In feite leert de cursus het contact met de baby te verbeteren. Het gevoel van geborgenheid wordt versterkt. Rust en ontspanning bij de baby en tussen ouder en kind worden bevorderd. De baby kan er vaak beter van gaan slapen en ook op het huilgedrag kan de cursus een gunstige invloed hebben. Bovendien is de massage goed voor de ontwikkeling van de tastzin van het kindje.

De cursus Shantala babymassage wordt regelmatig gegeven op donderdagochtend door Jiska Kopmeiners. Zij is een gediplomeerd massage en bewegingstherapeut en speciaal getraind is in de Shantala babymassage.

Start op met regelmaat op donderdag om 9.30 tot 11.30 en wordt vervolgens wekelijks op donderdag gegeven. De kosten bedragen, tijdelijk, € 130.-, voor 5 bijeenkomsten.

Wil je ook meedoen of meer informatie ontvangen, bel dan gerust naar: 020 - 8450066 of mail naar [info@jiskmassage.nl](mailto:info@jiskmassage.nl)

