**Välkommen till en kurs i spädbarnsmassage**

**för barn mellan 2 månader- 6 månader**

Vi träffas vid 5 tillfällen på **Gottsunda öppna förskolan Kristallen**: 1 september, 8 september, 15 september, 22 september, 29 september mellan klockan 10.00- 11.30. **Anmälan krävs!**

*Spädbarnsmassage är en kärleksfull beröring av huden. Många undersökningar visar på att ju mer kärlek, ömhet och beröring barnet får, desto bättre är förutsättningarna att barnet kommer att växa och utvecklas väl, både fysiskt och psykiskt.*

**Massagen har visat sig kunna ge många positiva effekter vid regelbundet användande, till exempel kan den:**

- utveckla och stärka den viktiga anknytningen mellan barnet och föräldern,
  man kommer varandra nära.
- stärka förälderns förmåga att tyda barnets kroppsspråk och signaler.
- hjälpa barnet att frigöra stress och slappna av.
- lindra barnets besvär vid magknip och kolik.

Massage är ingen behandling utan en stund av avslappning och välbefinnande för både föräldrar och barn.

**Du behöver ta med:**

* 2 handdukar
* 1 mjuk filt
* Ombyte av kläder till dig själv och barnet om det råkar kissa på dig eller sig själv
* Extra blöjor
* Ha bekväma kläder på dig, vi kommer att sitta på golvet

**För att anmäla er och ert/era barn, ring eller skicka meddelande till mobilnummer: 072 593 63 54. Blir ni sjuka eller får förhinder under kursen, meddela oss detta!**

**Varmt välkomna önskar Rebecca på Gottsunda Öppna Förskolan Kristallen**