

# Babymassage met een 'plus'



**Daar zitten ze dan: 5 mama's met hun 5 kindjes. Het is de eerste les van de cursus Babymassage-plus. Na een korte inleiding en een ontspannende oefening voor moeder en kind gaan ze aan de slag met masseren en daarna wordt er nog een thema behandeld.**

Wat is er zo leuk en zinvol aan babymassage? Neem een baby die veel huilt. Dat geeft spanning; voor het kindje, maar ook bij de moeder. Het kindje voelt de spanning van de moeder. Zo ontstaat al snel een vicieuze cirkel. Als een baby gemasseerd wordt, kan het huilen verminderen. Door de massage wordt spanning losgelaten, door zowel moeder als kind. Maar babymassage doet méér: het kindje gaat beter slapen, het huilen wordt minder, het kindje wordt alerter, er is meer aandacht en spierverspanning vermindert. Tijdens een cursus babymassage begint de ontspanning al en wordt de band tussen moeder en kind versterkt. Door de aanraking komt de baby beter in zijn of haar vel te zitten.

Naast de 'algemene' babymassage zit de 'plus' in de speciale technieken die worden geleerd. Denk bijvoorbeeld aan onrust, (darm) krampjes, overstrekken en reflux, maar ook in de babyreflexologie die Lisette combineert en integreert in de massage. Hiermee krijgen de moeders extra handvatten om snel en effectief een aantal kwaaltjes en ongemakken aan te pakken, waarvoor geen olie nodig is en de baby niet hoeft te worden uitgekleed. Na een wat aarzelend begin zijn er 5 mama's die vanuit hun gevoel aan het masseren zijn, de spanning van de eerste minuten loslaten en kindjes die zichtbaar ontspannen. Aan het eind van de les gaan er 5 blijde mama's richting huis met 5 ontspannen, slapende baby's.

## Reflexologiepraktijk Lisette

Lisette Tiggelaven

Trombonestraat 20, 3822 CH Amersfoort

06-30894491

[info@reflexologiepraktijklisette.nl](mailto:info@reflexologiepraktijklisette.nl)

[www.reflexologiepraktijklisette.nl](http://www.reflexologiepraktijklisette.nl)