



**Ingyenes**  
**Ayurvédikus babamasszázs**  
**tanfolyam**  
**EFI szervezésében**



Az ayurvédikus babaápolás egyedisége abban rejlik, hogy a babák személyiségének megállapításával törekszik személyre szabott kezelést adni. A masszázst a baba test típusának megfelelő természetes, hidegen sajtolt olajjal történik, ami a masszázs végén meleg fürdő vételével tud a bőr mélyebb rétegeibe jutni.

**Előnye:**

- elősegíti a korai **gyermek-szülő kötődés** alakulását,
- javul a babák vérkeringése, így a test oxigén ellátása,
- elősegíti a **jó emésztést**, megelőzi a felfúvódás, gázok, székrekedés kialakulását,
- segíti az izmok és ízületek ellazulását,
- támogatja a babák szabadabb mozgását,
- segíti az elalvást és javítja az **alvás** minőségét,
- az olaj segíti az elhalt hámréteg természetes tisztulását és az új bőr képződését,
- a masszázs segíti a baba biztonság érzetének kialakulását,
- csökkenti a szervezetében lévő stresszhormonok szintjét.

Érdeemes minél előbb elkezdni, de legkorábban a köldökcsomó leesését követően lehet a babát olajokkal masszírozni. Ideális fél éves korig hozzászoktatni.

**Időpont:** 5 alkalmas tanfolyam, csütörtökönként 16-órától  
Első alkalom 2020.11.05. 16:00-17:30

**Helyszín:** Tapolca Alkotmány utca 5/A. fsz.

Szeretettel várom a kisgyermekes Anyukák és Kismamák jelentkezését is.

Bejelentkezés szükséges:

Cséplő Dóra  
+36 30 332-2393

