



Familien Navigator



stadt
oberhausen



Babymassage

Mo. 11.30 bis 12.45 Uhr, wo: Bahnhofstraße 64

Die Babymassage ist ein schönes und wichtiges Instrument, um die Entwicklung deines Babys zu fördern. Durch liebevoll sanfte Berührungen und Streichbewegungen kannst Du eine wunderbare Verbindung zu Deinem Baby aufbauen und gleichzeitig seine körperliche und geistige Entwicklung unterstützen.

Vorteile für Seele und Emotionen:

- bindungsfördernd (sicheres Bindungsverhalten führt zu höherer Resilienz)
- Stresslinderung durch Ausschüttung von Oxytocin und Endorphinen
- Wahrnehmungssteigerung und Sinnlichkeitsempfinden
- Förderung des Wohlbefindens

Vorteile für Körper und Organismus:

- verbesserte Koordination und Beweglichkeit
- Vertiefung der Atmung
- Förderung der Verdauung und des Stoffwechsel
- Förderung der Durchblutung
- stärkt das Immunsystems

(bei regelmäßiger Massage)

Im Idealfall ist Dein Kind zwischen vier Wochen und fünf Monate alt.

Zum Kurs selber solltest du folgende Dinge mitbringen:

2 Handtücher

Wickelunterlagen zum Unterlegen

Bequeme Kleidung für dich/ evtl dicke Socken

Windeln für das Baby

Ggf. Wechselkleidung für dich und dein Baby

(falls mal etwas daneben geht)

Massageöl, Infomaterialien zum Kurs sowie Getränke und Snacks sind inkl.

Wann?

Termin(e)

Montag von 11.30 bis 12.45 Uhr

Angebotstermin

Von 03.02.2025 (11:30 Uhr) bis (Uhr)

Wo?

Hebammenpraxis Sterkrader Storchennest

Bahnhofstraße 64
46145 Oberhausen