

Massage til kvinder før og efter fødslen



Gravidmassage 1

På kursets lærer du at give en afspændingsmassage, og du får en række redskaber til at stimulere glæden ved kroppens frodighed og langsomhed.

Du lærer metoder til at afhjælpe almindelige graviditetsgener, som væske i ben og hænder, træthed i lænd og ryg og søvnproblemer.

Herudover lærer du specifikke metoder til bækkensmerter. Massagerelevant teori og anatomi indgår i kurset

- Omfang: 3 dage/24 timer
- Målgruppe: Jordmødre, sundhedspersonale, psykologer, massører, massageterapeuter m.v.
- Underviser: Bente Nørgård



Gravidmassage 2

Vi arbejder med massageteknikker specielt rettet mod den sidste del af graviditeten og begyndelsen af fødslen.

Derudover arbejder vi med frugtsommelighed og ikke mindst supervision, hvor vi tager udgangspunkt i de oplevelser og spørgsmål, som du har haft siden første Gravidkursus.

Og vi deler idéer til markedsføring af massage til gravide, så rigtig mange gravide får mulighed for at få massage.

- Omfang: 3 dage/24 timer
- Forudsætning: Gravidmassage 1
- Underviser: Bente Nørgård



Efterfødsels-Massage

I tiden efter fødslen sker der stadig mange ting i den nybakte mors krop. Eftervirkninger efter graviditeten og fødslen samt kroppens nye "arbejdsopgaver" med amning og løft sætter sine spor.

Lær en befordrende og lindrende massage til nybakte mødre

- Omfang: 3 dage/24 timer
- Forudsætning: Gravidmassage 1
- Underviser: Bente Nørgård

NYT KURSUS

Massage til lidt større børn



Massage i skolen

Du får de grundlæggende praktiske og teoretiske færdigheder i massage, og du bliver kvalificeret til at indføre Barn til Barn Massage i din klasse/skole.

- Omfang: 1 dag/7 timer.
- Forudsætning: Lyst.
- Målgruppe: Alle, som arbejder med børn
- Underviser: Line Ness.



Barn til Barn (Trin 1)

Du får de grundlæggende praktiske og teoretiske færdigheder i massage, og du bliver kvalificeret til at indføre Barn til Barn Massage i dit pædagogiske arbejde i fx. børnehave, SFO, skoler eller andre sammenhænge hvor

- der arbejdes med børn.
- Omfang: 2 dage/14 timer.
- Forudsætning: Lyst.
- Målgruppe: Alle, som arbejder med børn
- Underviser: Line Ness

MASSAGE MOD MOBNING!

NYT KURSUS



Specialpædagogisk Børnemassage

I specialpædagogiske sammenhænge er massage og berøring et fantastisk redskab til både at vække sløve børn og dæmpe de urolige. Oplev den positive virkning berøring har på børnenes koncentration og giv dem en bedre fornemmelse af deres krop, hvilket er en stor hjælp, når hjernen modtager for mange eller for få impulser.

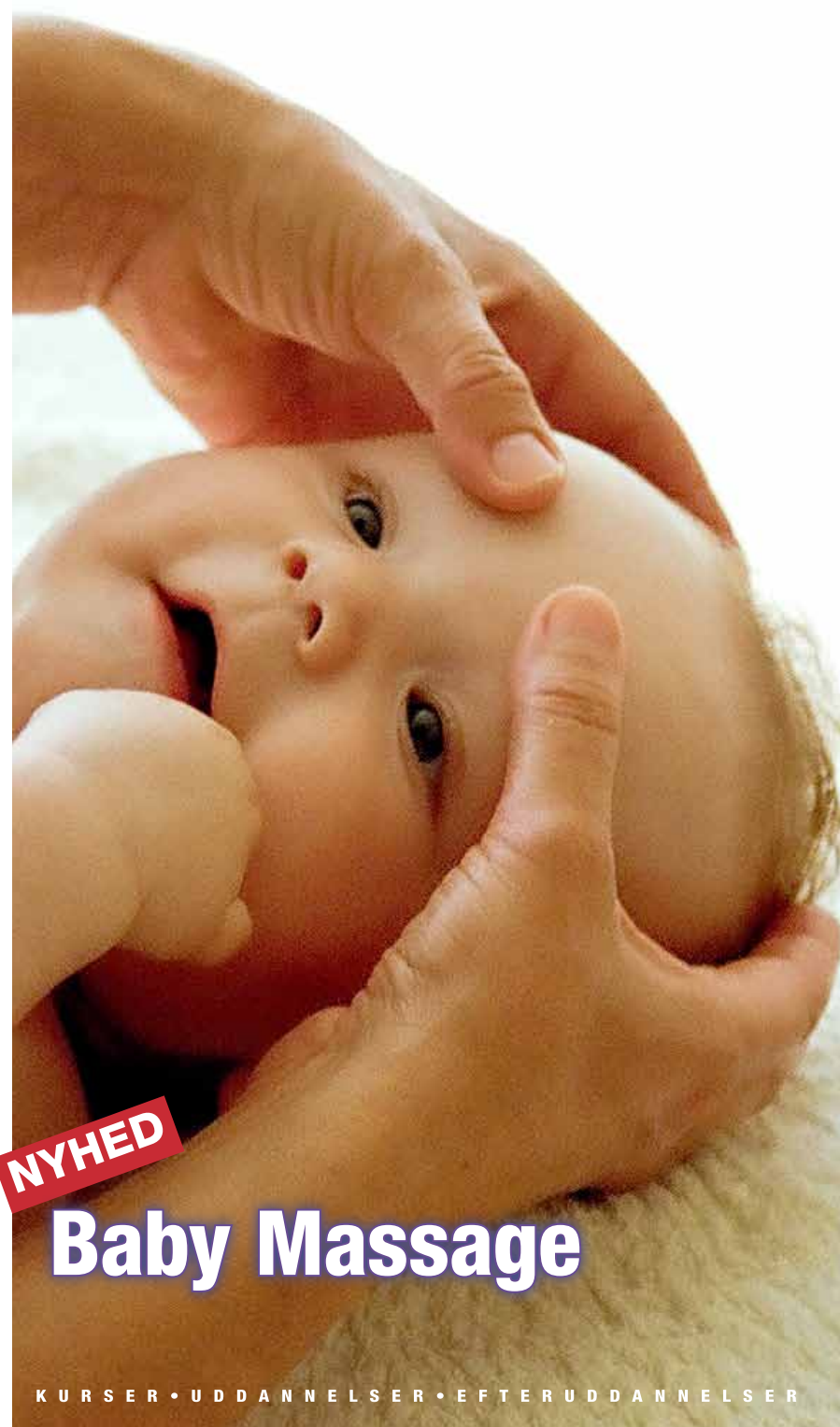
- Omfang: 2 dage / 14 timer.
- Forudsætning: Interesse for specialpædagogik
- Målgruppe: Massageterapeuter samt lærere, pædagoger/ støttepædagoger indenfor specialpædagogik
- Undervisere: Line Ness

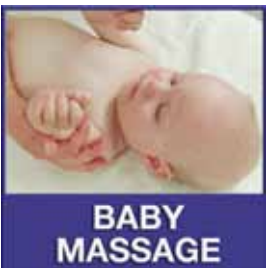


BABY MASSAGE

NYHED

Baby Massage





Baby Massage

Babymassage øger barnets kropsbevidsthed og kan løse spændinger, stimulere vejrtrækning, blodcirkulation, immunforsvar og fordøjelse samt lindre mavesmerter. Berøring og taktil kommunikation stimulerer udviklingen af talesprog, indlæring og motorik.

Blid massage er et vidunderligt redskab til nærhed og kontakt, sundhed og velvære – for alle gennem hele livet. For de mindste er berøring og bevægelse helt afgørende for vækst, trivsel og udvikling - både fysisk og psykisk

Positiv effekt

De positive effekter af berøring i form af blid massage er mange og veldokumenterede. For babyer og småbørn er berøring ligefrem livsvigtig. Som kroppens største og i starten mest følsomme sansorgan er huden nøglen til barnets motoriske og neurologiske udvikling.



Heldigvis modtager de fleste spædbørn masser af intuitiv berøring og kærlighed fra deres forældre, og mange mødre har lært spædbørnsmassage. Men børnene er jo ikke hjemme hele tiden. I dag tilbringer mange børn adskillige timer udenfor hjemmet. Forskellige fagpersoner har babyerne og småbørnene i hænderne inden de når børnehavealderen.

Kursets formål

- at udbrede kendskabet til vigtigheden af berøring og fordelene ved blid massage til børn mellem 2 måneder og 3 år

- at give kursisterne enkle redskaber til at støtte og optimere det lille barns udvikling, sundhed og trivsel

På kurset lærer du:

- teorien omkring betydningen af berøring og bevægelse
- babymassage af alle kroppens dele
- at give og modtage blid oliemassage
- øvelser og leg på bold, der fremmer kryds koordinationen og den motoriske udvikling
- idéer til, hvordan du introducerer og integrerer babymassage i vuggestuen eller byder forældre med babyer indenfor i din klinik.

Målgruppe

Kurset henvender sig specielt til massageterapeuter, vuggestuepædagoger, sundhedsplejersker, dagplejemødre samt andre sundhedsfaglige / pædagogiske faggrupper, der har med børn fra 2 måneder til 3 år at gøre.



Underviser



Hannah Lind Arlaud
Nordlys Massage®, Spædbørnsmassage-, Børnebehandlings-Terapeut, RAB. Fødselshjælper. Stor erfaring i massage til de mindste. Medudvikler af Babymassage.

Kursusfakta generelt

Du får de grundlæggende praktiske og teoretiske færdigheder i babymassage samt øvelser, der fremmer babyens motoriske udvikling. Du bliver kvalificeret til at indføre babymassage i dit pædagogiske eller terapeutiske arbejde i f.eks vuggestue, klinik eller andre sammenhænge, hvor du arbejder med børn mellem 2 måneder og 3 år.
Omfang: 3 dage/24 timer.

Forudsætning: se målgruppe

Undervisningen foregår i en afslappet atmosfære og skifter mellem teoretiske og praktiske oplæg. Der demonstreres og øves på livagtige massagedukker, og du udveksler massage med andre deltagere. Inden kurset skal du bestille en massagedukke. Vælg mellem europæisk, afrikansk og asiatisk. Pris kr. 750,-. **Med i kursuspriisen:** Massageolie og kompendium.

Se tid, sted og pris i
Kursuskalenderen
på www.nordlys.dk



**NYT
KURSUS**

Baby-Forældremassage

Blid massage fra jer som nybagte forældre til jeres baby er et unikt redskab til helt fra starten at styrke den dybe kontakt mellem jer og barnet. I introduceres til spædbørnsmassagen og lærer at give en dejlig mave massage, så I kan forebygge og afhjælpe nogle af de gener, som er almindelige den første tid. I lærer også øvelser, der fremmer barnets motoriske udvikling.

Målgruppe:

Forældre med babyer i alderen 2-6 måneder.



Baby-forældremassage

Når I helt fra starten masserer jeres baby blidt, styrker I den dybe kontakt mellem jer og barnet. Få en unik start på jeres nye tilværelse som familie.

- **Omfang:** 2 timer.
- **Forudsætning:** Lyst.
- **Underviser:** Hannah Lind Arlaud.