



KINDERMASSAGE

De kindermassage is erop gericht om het teveel aan prikkels bij kinderen te verminderen en ze beter te laten ontspannen. Massage is de manier voor kinderen om los te komen van alle indrukken. Massage brengt ontspanning, rust en stimuleert het zelfvertrouwen. Maar massage is ook prettig en gezellig.

Kinderen in deze tijd kunnen letterlijk en figuurlijk vol lopen. In het dagelijkse leven wordt er veel van kinderen verwacht. De ontwikkeling van het kind verloopt snel en dit leidt soms tot onrust, angsten, spanningen, gedragsproblemen en slapeloosheid.

De massage is speciaal afgestemd op het kind, waarbij de nadruk ligt op een zachte en ontspannen aanraking. Bij kindermassage gaat het niet om het manipuleren van de spieren.

Door gerichte, liefdevolle aanraking en aandacht worden kinderen zich bewust van hun lichaam en voelen ze waar zijzelf beginnen en ophouden.

„Een knus moment. Het is een rustmoment in hun soms al zo drukke week. Door de aanmaak van oxytocine (knuffelhormoon) tijdens de massage voelt je kind zich na afloop heerlijk ontspannen en fijn“.

Tijdens de massage is altijd 1 van de ouders aanwezig. Het is prettig wanneer je je kind voorbereidt op de massage.

Vertel je kind waarvoor ik bij jullie thuis kom en dat ik een massagetafel meeneem. Vertel dat de ouder hier ook bij blijft, zodat je kind hierdoor een veilig gevoel behoudt. Als je kind bang is om zijn kleren uit te doen, kan de massage over de kleren. Het kind bepaalt. Ook bepaalt je kind de lengte van de massage.

Harteknuffel maakt gebruik van Shantala Kindermassage®, ontwikkeld door de Massage Academie. De Shantala Kindermassage is de meest veelzijdige kindermassage welke er bestaat en is volledig afgestemd op kinderen in de leeftijd van 4 t/m 12 jaar.

Bij de Shantala Kindermassage is het heel belangrijk om het kind een goed afgestemde massage te geven, waarbij het gaat om een zachte en ontspannen aanraking. De massage zorgt ervoor dat de kinderen zich veilig en geaccepteerd voelen.

Studies wijzen uit dat wanneer kinderen regelmatig gemasseerd worden ze intensiever spelen, rustiger slapen, productiever en minder agressief zijn. Shantala Kindermassage kan ook een positief effect hebben op kinderen met ADHD en aan autisme verwante stoornissen.

Mocht je interesse hebben of meer informatie willen over de kindermassage, neem dan vrijblijvend contact op met Harteknuffel via onderstaande gegevens.

HARTEKNUFFEL JEUGCOACHING & KINDERMASSAGE
MEIDOORNPLEIN 7, 7151 ZR EIBERGEN
06-29280666 | INFO@HARTEKNUFFEL.NL | HARTEKNUFFEL.NL



OVER ANNE

Ho! ik ben Anne, getrouwd met Michiel, moeder van 3 prachtige jongens en woonachtig in het mooie Eibergen.

Na jarenlang in verschillende takken van de geestelijke en psychische gezondheidszorg te hebben gewerkt, is het nu tijd om te werken aan mijn passie en de opgedane kennis en ervaring te gebruiken als jeugdcoach in mijn eigen praktijk Harteknuffel.