



## **Kleingruppenworkshop: Babymassage & Aromatherapie**

*Workshop für Mama mit Baby ab der 3. Lebenswoche bis ins Krabbelalter*

- **Gesamtdauer:** ca. 2 Stunden
- **Aktuelle Termine findest du hier:** [www.naturfamilie.at/termine](http://www.naturfamilie.at/termine)
- **Kosten:** € 49,00 inkl. hochwertigem Massageöl, Skript als PDF, Getränke und kleinem Pausensnack

*In der Kleingruppe (max. 3 Teilnehmer) erlernst du die Grundtechniken der traditionell indischen Babymassage nach Frederik Leboyer und der Schmetterlingsmassage nach Eva Reich. Dabei übst du unter meiner Anleitung, die verschiedenen Massagetechniken an deinem Baby anzuwenden. Weiters lernst du verschiedene hochwertige Aromaöle der „Dr. Eberhardt Babyserie“ kennen und richtig einzusetzen. Natürlich bleibt auch genug Zeit sich in entspannter Atmosphäre mit den anderen Müttern über die eigenen Erfahrungen des Elternseins auszutauschen. Der Kurs besteht aus einem kurzen Theorieteil und einem anschließenden Praxisteil.*

### **Welche Wirkung hat die Babymassage:**

- stärkt die Mutter-Kind-Bindung
- stärkt den Kreislauf und das Immunsystem
- lindert Koliken, Erkältungen, Zahnungsproblemen
- regt die Verdauung und den Stoffwechsel an
- fördert die motorische Entwicklung
- verbessert die Durchblutung
- positive Wirkung auf die körperliche und geistige Entwicklung
- vermehrte Ausschüttung des Hormons Oxytocin (Glückshormon)
- erleichtert das Einschlafen und das Entspannen



**Mitzubringen:** Decke, Handtuch, Schreibutensilien, ev. Wickelunterlage

*Die Babymassage ist eine reine Wohlfühlmassage, und ersetzt nicht den Besuch beim Arzt, in der Apotheke oder bei der Hebamme. Vor Kursstart ist immer Rücksprache mit dem Kinderarzt zu halten.*

**Anmeldung** bei Stephanie Neuhofer  
per Mail: [office@naturfamilie.at](mailto:office@naturfamilie.at)  
per Telefon/SMS/WhatsApp: 0676/86 86 1935  
oder facebook-PN

