

# Il massaggio del bambino

*Un'esperienza  
di profondo  
contatto affettivo*



Il massaggio del neonato è un'antica tradizione presente nella cultura di molti paesi e solo recentemente è stato riscoperto e si sta espandendo nel mondo occidentale, grazie anche alle ricerche scientifiche che ne hanno riconosciuto gli effetti positivi sullo sviluppo e sul benessere del bambino. Con il massaggio i genitori possono infatti accompagnare, proteggere e stimolare la crescita e la salute del proprio bambino, imparando a calmare, rassicurare e tranquillizzare attraverso il tocco.

Il massaggio infantile è attualmente frutto della fusione di diverse tecniche: **massaggio indiano, massaggio svedese, riflessologia e yoga**. Si tratta di gesti semplici ed effettuabili da tutti che evocano le sensazioni cui il neonato era stato sottoposto durante la gravidanza, quando ancora era sospeso nel liquido amniotico del ventre materno.

Per i bambini piccoli la stimolazione della pelle è fondamentale: essere coccolati, accarezzati e massaggiati è nutrimento alla pari del cibo. Ma il massaggio non è solo tatto, bensì pieno contatto. È ascolto, rispetto dei ritmi, comunicazione; è uno scambio d'amore molto profondo che rafforza il legame genitore-bambino.

Il massaggio infantile non è una tecnica, ma un modo unico e privilegiato di stare con il proprio bambino, che, con le opportune modifiche, accompagnerà il genitore durante tutta la crescita del figlio.

# Come possono imparare i genitori?

Mamme e papà partecipano con i loro bambini a sedute di gruppo o individuali a cadenza settimanale. Il corso è condotto da un'insegnante A.I.M.I. (Associazione Italiana Massaggio Infantile) e si articola in 5 incontri della durata di circa 1h ciascuno.

Verrete accolti in un ambiente piacevole e rilassante, arredato con tenui colori pastello dalle proprietà distensive e riposanti. Uno spazio speciale dove recuperare l'armonia e il contatto con il vostro bambino, tra note musicali sussurrate e delicati profumi di oli essenziali.



Troverete una sala attrezzata con cuscini grandi e piccoli per i genitori, mentre per i bambini sarà a disposizione un comodo e accogliente nido imbottito con pula di farro da coltivazione biologica, un materiale naturale e traspirante che si adatta perfettamente alla forma e alla posizione del corpo, fresco e ventilato d'estate e in grado di rendere il calore corporeo d'inverno. Avrete a disposizione tutto il materiale necessario: traversine, asciugamani, copertine e una ciotolina di olio di mandorla per i massaggi

Durante gli incontri i bambini riceveranno un massaggio dalla loro mamma o papà seguendo le istruzioni dell'insegnante che mostrerà i movimenti su un'apposita bambola. Ci saranno inoltre spazi dedicati all'approfondimento di particolari tematiche oltre che al confronto e alla condivisione, preziosi momenti di crescita comune. Ogni appuntamento si concluderà con un momento di relax, con una tisana e un dolcino, e a fine corso verrà fornita una scheda riassuntiva dei massaggi, come traccia per la pratica a casa.

## GLI INCONTRI COMPREDONO:

- apprendimento pratico della sequenza completa dei massaggi;
- lavoro sul rilassamento del bambino attraverso il "tocco rilassante";
- esperienze di comunicazione non verbale stimulate dal massaggio: sorriso, contatto visivo, contatto attraverso la pelle....
- apprendimento di sequenze specifiche per alleviare disturbi vari come stipsi, meteorismo, coliche addominali e pianto;
- adattamenti del massaggio per il bambino che cresce;
- momenti di riflessione

## Il massaggio:

- E' un mezzo privilegiato per comunicare ed essere in contatto con il proprio bimbo
- Favorisce il legame di attaccamento rafforzando la relazione genitore -bambino
- Aiuta il bambino a rilassarsi e scaricare gli stress legati alle prime esperienze di vita
- Dona serenità, benessere, fiducia e gioia
- Facilita la conoscenza delle parti del corpo favorendo lo sviluppo dell'immagine di sé
- Regolarizza i ritmi sonno-veglia e allevia il disagio delle coliche gassose
- Stimola, fortifica e regolarizza i sistemi immunitario, respiratorio, circolatorio, muscolare e gastro-intestinale
- Nutre e sostiene nell'arte di essere genitori

## Informazioni pratiche

**Destinatari:** genitori di bambini con un'età compresa da 1 a 12 mesi

**Quando:** 5 incontri a cadenza settimanale di 1h ciascuno

**Dove:** presso il Nido Meraviglia, in via Filippo Reina n.117 a Saronno

**Costo del corso:** 80 € corso di gruppo, 120 € corso individuale



*Perchè parlargli non è il nostro unico modo di comunicare*

Imparare a massaggiare il proprio bambino:  
un'esperienza meravigliosa

**iscrivetevi**

...

Le mani della mamma e del papà  
aiutano, stimolano,  
sfiorano, avvolgono, giocano,  
guidano, insegnano,  
odorano di buono.....



**Per informazioni e prenotazioni:**

Dott.ssa Fontana Oriana, Psicologa clinica e insegnante A.I.M.I.

Tel. 342-7271341



A.I.M.I.

Associazione Italiana Massaggio Infantile

