



Je baby voelt dat je dichtbij bent en aan hem of haar denkt

Je weet of ziet goed wat je baby nodig heeft

Het versterkt jullie band en geeft vertrouwen

Shantala Babymassage Individueel Voor een fijne start met je kindje



VOOR WIE?

Ouders met een baby tussen de **6 weken en 9 maanden** oud

Een baby krijgen verandert je leven. Papa of mama worden is prachtig, maar het brengt ook vragen, onzekerheden en uitdagingen met zich mee. Voor de één wat meer dan voor de ander. Het kan fijn zijn als er iemand met je meedenkt, advies geeft en je ondersteunt.

Shantala babymassage kan daarbij helpen. Het is een zachte en liefdevolle manier om contact te maken met je baby. Je leert je baby masseren. Dit zorgt voor rust, ontspanning en een gevoel van veiligheid bij je baby.

HOE?

Shantala babymassage is makkelijk aan te leren en juist in de eerste maanden na de geboorte een fijn moment met je baby samen.

WAT ZEGT ONDERZOEK OVER BABYMASSAGE?

Onderzoek laat zien dat babymassage kan zorgen voor:

- Minder spanning
- Meer rust
- Fijn contact met je baby
- Groei van je kindje



WAT ZEGGEN OUDERS OVER BABYMASSAGE?

Andere ouders vonden Shantala babymassage erg fijn.

"Heel veel gehad aan tips over voeding."

"Ik heb mijn baby beter leren kennen."

"Mijn baby vindt het heerlijk en het is een fijn momentje samen."



Jeugdverpleegkundige komt bij jullie thuis

Tijdens drie bezoeken leer je de massage en krijg je tips en steun bij het zorgen voor je baby.



Babymassage

Je leert hoe je je baby rustig en op een fijne manier kunt masseren. Dat geeft ontspanning en zorgt dat je je baby beter leert kennen.



Praten over opvoeding en verzorging

De jeugdverpleegkundige bespreekt onderwerpen die te maken hebben met opvoeding en verzorging zoals, slapen, huilen en voeding.



Heb je zorgen of vragen?

De verpleegkundige neemt die rustig met je door.



WAAR KUN JE JE AANMELDEN?

Vraag op het consultatiebureau wat de mogelijkheden zijn.



Wil je de interventie zelf toepassen? Zie de interventiebeschrijving en de contactgegevens via de [databank effectieve jeugdinterventies](#) (NJI)