

Obsah

MZK – UK Brno



2610444113

Láskyplné doteky 7

Tradice masáže kojenců a malých dětí 8

Masáže napříč kontinenty 9

Doteky vytvoří pouto 10

Začátek života v blízkém kontaktu 11 Blízkost pro větší důvěru 12 Darovat bezpečí, teplo a lásku 14

Jak masáž na dítě působí 16

Uvolnit, posílit, podpořit 17 Pokožka jako brána do světa smyslů 18
Ani maminky nezůstanou zkrátka 19

Masáž miminka krok za krokem 21

Vše, co potřebujete, je láska 22

Ta správná atmosféra 23 Příprava na masáž 24

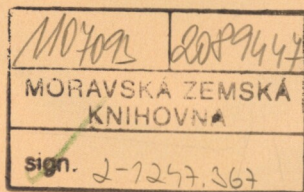
Důvěřujte si! Masáž podle intuice 26

Jemné směsi olejů pro jemnou dětskou pokožku 28

Není olej jako olej 29 Mandle, avokádo a spol. – ty nejlepší základové oleje 30

Levandule, růže, fenykl – přehled éterických olejů 30

Připravujeme masážní oleje 32





Průběh masáže 34

Správné načasování 34

Chce mé dítě vůbec být masírováno? 35

Důvěřujte své intuici 36

Pro podařenou masáž 38 Základní masážní postupy 40

Základy v kostce aneb Nezapomeňte! 41 Hlava a obličej 42

Hrudník a břicho 44 Nohy a chodidla 46 Dlaně a paže 48

Záda a zadeček 50 Závěrečné uklidnění 53

Řešíme běžné potíže 55

Účinná pomoc při potížích 56

Podpora pro miminko i rodiče 56 Nadýmání a zácpa 58 Strach a neklid 60

Prořezávání zoubků 62 Rýma 64 Atopický ekzém 66

Něco navíc: Spi děťátko, spi 68

Minimasáže a dotekové hry 73

Nápadité hravé masáže 74

Kolébání a houpání 75 Motýlková masáž 76

Masáže s verši a rýmy – pro tělo, duši i uši 78

Ukaž mi svoje nožičky: Masáž reflexních zón 80

Prsty běží po kůži 82

Šel pan doktor na návštěvu aneb Masírujeme obličej 84

Malý „jogín“ 86

Něco navíc: Miminkovské shiatsu 88

Rejstřík 94