

Magdalena

od kiedy można zacząć masować dziecko taką techniką

- Wprowadzać elementy masażu, można już od pierwszych dni życia. Masować techniką Shantala najlepiej od 2 miesiąca życia.

Anna

Czy można się samemu nauczyć masażu czy lepiej poradzić się eksperta żeby nie zrobić dziecku krzywdy?

- Można posiłkować się filmami instruktażowymi, ale zawsze lepiej i bezpieczniej nauczyć się pod okiem eksperta.

Agnieszka

Jak długo powinien trwać masaż?

- Masaż powinien trwać ok 45 min. Pamiętajmy jednak, że jeśli dziecko nam zaśnie nie kontynuujemy masażu.

Anna

Od kiedy można zacząć masować dziecko?

- Najlepiej od 2 m-ca życia, wcześniej możemy wprowadzać elementy masażu np głaskanie.

Anna

Czy są organizowane może teraz jakieś szkolenia online z masażu Shantala?

- Oczywiście, sama również prowadzę szkolenia online i rodzice są zadowoleni.

Natalia

masaż wykonujemy oliwką i po kąpielu?

- Do masażu możemy użyć oliwki, oleju kokosowego, dobrze jest gdy skład natłuszczacza jest jak najbardziej naturalny. Korzystnie jest masować dziecko po kąpielu, ponieważ jest to świetny relaksacyjny wstęp do masażu.

Armatys

jaka powinna być temperatura w pokoju do masowania maluszka?

- Temperatura do masażu w pomieszczeniu powinna być w granicach 23-24 C.

Kamila

Jak długo powinien trwać masaż ?

- Masaż powinien trwać ok 45 min. Pamiętajmy jednak, że jeśli dziecko nam zaśnie nie kontynuujemy masażu.

Anna

Kiedy najlepiej wykonywać masaż? Przed kąpielą? Po kąpielu? A może rano?

- Elementy masażu Shantala możemy wykorzystywać o każdej porze. Cały 45 min masaż dobrze jest wykonać po kąpielu, która jest wspaniałym wstępem do masażu przed snem.

Małgorzata

Kiedy kończyć masaż szantali? czy np 2 letnie dziecko nadal masować czy raczej sobie odpuścić?

- Masować techniką Shantala można nie tylko niemowlęta czy dzieci ale również dorosłych.