

Corsi di Massaggio Ayurvedico per Neonati e Donne in gravidanza

"I nostri figli non ci appartengono, anche se arrivano attraverso di noi. Dobbiamo solo accompagnarli per un tratto del loro cammino e cercare di farli crescere felici"

Il massaggio del neonato appartiene ad una antichissima tradizione indiana che vedeva la relazione della madre con il bambino come un continuum energetico fra la vita uterina e quella esterna.

Il tocco delle mani, imbevute di olio tiepido, sulla pelle del bimbo nutre il neonato allo stesso modo del grembo materno prima della sua nascita e lo aiuta a prendere coscienza dei confini, che non sono più le pareti uterine. Inoltre, il massaggio, stimola e regola il sistema circolatorio, muscolare, immunitario e gastrointestinale. La stimolazione tattile delle terminazioni nervose della pelle, che trasmettono gli stimoli al cervello, determina la sensazione di uno stato di benessere e facilita la crescita psicofisica del bambino. Non solo una tecnica, ma è un modo di comunicare con il proprio bimbo, favorendo la relazione armoniosa tra genitore e figlio.

Calendario Corso 2008-2009:

(Sabato 9.30-18:00, Domenica 9.30-14.00)

1° gruppo: 01 – 02 Novembre 2008 2° gruppo: 24 – 25 Gennaio 2009
3° gruppo: 14 – 15 Marzo 2009 4° gruppo: 20 – 21 Giugno 2009

Conferenza di presentazione ore 21,00:

21 Ottobre 2008 – 23 Gennaio 2009 – 03 Marzo 2009 – 09 Giugno 2009

(Ingresso libero)

Sabato Parte teorica:

- Breve cenno di ayurveda: medicina antica di autoconsapevolezza e di cura preventiva.
- Donna in gravidanza ed ayurveda.
- Importanza del massaggio a livello fisico e psicologico nel caso di una donna in dolce attesa (a seconda delle diverse costituzioni)
- Scelta oli (a seconda dei diversi tipi costituzionali e dei disturbi), precauzioni e tempi.

Sabato Parte pratica:

- Dimostrazione pratica e ragionata delle manualità del massaggio.
- Esercitazione guidata del massaggio

Domenica Parte teorica:

- Importanza a livello psicologico e fisico del massaggio
- Importanza del contatto madre e figlio
- Scelta oli e materiali, precauzione e tempi
- Scelta dei diversi trattamenti a seconda dell'età (primi 7 giorni, dopo 7 giorni, dopo un mese di vita)

Domenica Parte pratica:

- Dimostrazione pratica e ragionata delle manualità del massaggio
- Esercitazione guidata del massaggio

Quota di partecipazione: € 160,00 + quota associativa

Insegnante: Valentina Beretta

Per informazioni e Iscrizioni:

Ananda Ashram

* **Via Prandina, 25 ; 20128 Milano. (Zona via Padova, Pontenuovo, viale Monza)**

* **Via Marazzani, 7 ; 20132 Milano (Zona Parco Lambro, Palmanova, Udine)**

Tel: 02.2590972 ; Cell: 329.7210347 www.yogamilano.it ; info@yogamilano.it