

MAGDALENA FABRITIUS

MASAŻ

niemowląt i nie tylko

czyli jak się cieszyć
rodzicielstwem dzień po dniu



NOVAE RES

MAGDALENA FABRITIUS

MASAŻ

niemowląt i nie tylko

czyli jak się cieszyć
rodzicielstwem dzień po dniu



NOVAE RES

Spis treści

Rozdział 1

Moja przygoda z masażem 9

Rozdział 2

Historia masażu 23

Rozdział 3

Dlaczego dotyk jest tak ważny
w życiu człowieka? 33

Rozdział 4

Czym jest masaż niemowląt
i dlaczego warto masować? 45

Rozdział 5

Jak się zaprzyjaźnić z masażem? 69

Rozdział 6

Noworodek i jego wrażliwy zmysł dotyku 91

Rozdział 7

Masowanie starszaka 101

Rozdział 8

Czy można masować wcześniaki? 119

Rozdział 9

Wybór olejku do masażu 129

Rozdział 10

Jak zapobiegać kolkom niemowlęcym? 141

Rozdział 11

Kangurowanie,
czyli wspaniały kontakt skóra do skóry 153

Rozdział 12

Rodzicielstwo na luzie i z uśmiechem 163

Rozdział 13

Rymy i piosenki 181

Rozdział 14

Instrukcja masażu 193

Kilka słów na zakończenie 221

Podziękowania 221

Informacja dla czytelników 223

Inspiracje i materiały źródłowe 225