**Korzyści Masażu Shantala**

**Dla dziecka:**

***1. Zapobiega kolkom i poprawia trawienie,*  
*2. Naturalnie reguluje cykl snu,*  
*3. Uspokaja i wycisza,*  
*4. Zwiększa poczucie bezpieczeństwa,*  
*5. Stymuluje rozwój psychofizyczny,*  
*6. Buduje i wzmacnia więzi emocjonalne z rodzicami,*  
*7. Podnosi odporność organizmu,*  
*8. Zwiększa świadomość ciała i jego granic,*  
*9. Stymuluje układ hormonalny,*  
*10. Prowadzi do wzmocnienia układu odpornościowego,*  
*11. Powoduje usprawnienie układu krążenia,*  
*12. Stanowi dobry trening radzenia sobie z negatywnymi odczuciami,*  
*13. W przypadku niewielkich problemów neurologicznych, odpowiednio dobrana metoda fizjoterapii i masaż w obrębie twarzy prowadzą do tego, że dziecku łatwiej jest zacząć mówić oraz wyeliminować inne zaburzone funkcje.***

**Dla rodziców:**

***1. Redukuje stres i wszelkiego rodzaju napięcia, uspokajając i wyciszając,*  
*2. Prowadzi do złagodzenia objawów poporodowej depresji,*  
*3. Powoduje podniesienie wiary w umiejętności opieki nad dzieckiem,*  
*4. Pozwala umocnić więź z dzieckiem,*  
*5. Stwarza możliwość zrozumienia mowy ciała dziecka,*  
*6. Pozwala lepiej poznać dziecko,*  
*7. Daje możliwość nawiązania i pogłębienia więzi z dzieckiem,*  
*8. Pozwala na odkrycie zdolności opiekuńczych,*  
*9. Utrwala przekonanie o umiejętności zadbania o dziecko,*  
*10. Zapewnia możliwość relaksu i odprężenia.***

<https://masaz-shantala.pl/wol/?fbclid=IwAR2dDg2wh8KI4sQEMD6vMQhfhvrkghpjG7CLCZGwgPuF-mhbsVFU1rSt80I>