

Praktisks seminārs vecākiem „Es saviem mīļajiem...”

Norises laiks: sestdiena, 2011.gada 10.decembris, plkst. 10:00 – 15:00

Norises vieta: Noliktavas 5, Rīga

Darba valoda: latviešu

Mācībspēks: **Sanda Seska**, lecavas veselības un sociālās aprūpes centra virsmāsa, sertificēta fizikālās medicīnas un rehabilitācijas māsa, masiere – bērnu un pieaugušo masāžā, ārstnieciskās pēdu aprūpes speciāliste. Medicīnas jomā strādā kopš 1990.gada. Trīs bērnu (9, 12, 15 gadi) mamma.



Projekta vadītāja: **Zane Kvedere**, tālrunis 66105682, mobilais tālrunis 26189503

Mērķauditorija: vecāki, īpaši tie, kuru bērniem ir runas traucējumi, hiperaktivitāte, neirozes, autisma iezīmes, mācīšanās grūtības

Seminārā apgūstamās tehnikas: **Tauriņu pieskārienu masāža** (Maigās Bio-Energētikas tehnika) – ļoti saudzīgu pieskārienu masāža visam ķermenim. Pēc masāžas mazinās spriedze, tonuss un hiperaktivitāte. Bērni kļūst atvērtāki, *vieglāk pieejami*, mazāk raizējas par savām neveiksmēm. Palīdz pilnveidot un uzlabot emocionālo saikni savstarpējās attiecībās. Ļoti laba tehnika grūtniecēm, zīdaiņiem, īpaši pirmos trīs mēnešus pēc dzimšanas (palīdz bērnam izplest enerģētisko lauku ap sevi, tā ļaujot mammām attālināties), adoptētiem bērniem, kā arī pieaugušajiem.

Brazīļu pirkstu masāža (Maigās Bio-Energētikas tehnika) – darbība notiek ar kāju pirkstiem, bet iedarbība jūtama visā ķermenī. Masāžas mērķis ir līdzsvarot ķermeņa enerģiju. Hiperaktīvi bērni pēc metodes dažkārt jūtas atslābināti un reizēm „iekrīt” dziļā miegā, laba sāpju un temperatūras mazināšanas metode.

Taktīlā masāža roku pirkstiem – masējot pirkstiņus ar eļļu, tiek veikta viegla, nomierinoša, aktivizējoša masāža, kuras rezultātā bērns nomierinās, atslābinās un reizēm pat aizmieg. Masāžas laikā, aktivizējot pirkstu punktus, notiek impulsu pārvade uz galvas smadzenēm un ādā izstrādājas dabiskie opiāti un oksitocīni.

Ārstnieciskā ietekme jeb atbildes reakcijas uz šīm masāžām:

- ▲ Aktivizē un līdzsvaro muskulatūras darbību
- ▲ Uzlabo miega kvalitāti
- ▲ Uzlabo psihoemocionālo attīstību – bērns kļūst aktīvāks, atvērtāks, drošāks, samazinās nervozitāte
- ▲ Uzlabo normālas acu, sejas un mutes muskulatūras kustības
- ▲ Labvēlīgi iespaido krūšu kurvja orgānu darbību
- ▲ Uzlabo runas kvalitāti – runa kļūst skaidrāka, bērns vēlas atkārtot vārdus un ieklausās, kā tos izrunā un cenšas tos izrunāt pareizi
- ▲ Uzlabojas savstarpējās attiecības (nostiprinās uzticēšanās un *piesaiste*)

Apraksts: Seminārā varēsiet satikt pieredzējušu masieri, kura ikdienā strādā ar bērniem, kuriem ir runas traucējumi, valodas raustīšana, paaugstināts un pazemināts muskuļu tonuss, nervozitāte u.c. . Seminārā apgūtās tehnikas varēsiet izmantot dažāda vecuma bērniem (un arī pieaugušajiem). **To apgūšanai nav nepieciešamas medicīnas priekšzināšanas, jo bērnam vissvarīgākais ir Jūsu pieskāriens un uzmanība.** Turklāt varēsiet ietaupīt gan laiku, gan naudu, ja iemācīsieties tās veikt paši.



leguvumi:

- ▶ Speciālista pieredze un ieteikumi!
- ▶ Iespēja praktiski pārbaudīt jauniegūtās zināšanas!
- ▶ Dalīšanās pieredzē!
- ▶ Vienkāršas tehnikas, kas var palīdzēt Jūsu bērnam!



09:30 – 10:00	<i>Reģistrācija un rīta kafija</i>
10:00 – 10:30	<i>Ievads. Iepazīšanās un gaidu nospraušana, pasūtījuma precizēšana.</i>
10:30 – 12:00	Maigā Bio-Enerģētika un tās Tauriņu pieskārienu masāža – īss stāstījums, praktiska masāžas demonstrācija un izmēģināšana.
12:00 – 12:20	<i>Kafijas pauze</i>
12:20 – 15:00	Brazīļu pirkstu masāža – praktiski. Taktīlā masāža roku pirkstiem – īss stāstījums un praktiska izmēģināšana. Jautājumi, diskusijas.

Dalības maksa vienam cilvēkam Ls 12 (t.sk. PVN), ja nāk abi vecāki – par abiem Ls 18. Cenā ir iekļautas kafijas pauzes. Apmaksu ir iespējams veikt ar pārskaitījumu pirms semināra vai skaidrā naudā klātienē.

Seminārā varēs iegādāties Tauriņu pieskārienu masāžas DVD latviešu valodas tulkojumā (cena Ls 6).

Ja vēlaties piedalīties šajā seminārā, **noteikti pirms tam piesakieties**, uz e-pastu zane@narmadastautskola.lv atsūtot savu vārdu/uzvārdu un kontaktinformāciju!

