

Anleitung zur Gesichtsmassage bei Babys

Sanfte Massage zur Stärkung der Gesichtsmuskulatur



- 1.** Mit den Zeigefingern von den Augenbrauen in Richtung Haaransatz streichen. 3x
- 2.** Die Ringmuskulatur um das Auge mit den Zeigefingern ausstreichen. je 3x
 - ❖ Oberhalb des Auges:
Von der Nasenwurzel in Richtung Schläfe.
 - ❖ Unterhalb des Auges:
Vom Nasenrücken in Richtung Schläfe
- 3.** Die Wangen vom Kiefergelenk Richtung Mund ausstreichen, so dass ein Fischmund entsteht. Warten bis die Gegenbewegung vom Baby kommt, kurz halten, lösen. 3x
- 4.** Mit sanftem Druck in kleinen Kreisbewegungen rund um den Mund wandern. 1x