

**La biblioteca t'ofereix:**

## **Espai 0-3: lloc de trobada per a famílies**

Espai adreçat als nadons i a la primera infància orientat a introduir al teu fill/a al món dels contes.

Acosta't i pregunta'ns!



**Matins de dilluns a divendres De 10 a 13 h**



# **Recursos Espai 0-3**

## **Massatge infantil**



Assessorament, consells i recursos per a mares i pares d'infants i nadons sobre temes de criança i desenvolupament infantil.

**Tria documental 1**

Biblioteques  
de Mataró

Pompeu Fabra | Antoni Comas

**Bi  
bli  
ote  
ca**

 [culturamataro.cat / bibliotecavirtual.diba.cat](http://culturamataro.cat / bibliotecavirtual.diba.cat)

   Biblioteques de Mataró

 Ajuntament  
de Mataró

 Diputació  
de Barcelona  
[www.diba.cat](http://www.diba.cat)

**Biblioteca Pompeu Fabra** / Plaça d'Occitània, s/n / 937 412 920 / [b.mataro.pf@diba.cat](mailto:b.mataro.pf@diba.cat)  
**Biblioteca Antoni Comas** / C. d'Enric Prat de la Riba, 110 / 937 022 813 / [b.mataro.ac@diba.cat](mailto:b.mataro.ac@diba.cat)

## Propostes:

### Beneficis del massatge infantil\*

- Relaxa o estimula el sistema nerviós.
- Ajuda a dormir.
- Agilitza la digestió i elimina toxines.
- Millora la comunicació adult-nadó, en la mesura que els altres sentits encara no estan ben desenvolupats, el tacte pren importància en la comunicació amb el món i amb els altres.
- Millora la seguretat i la confiança del nadó en un món desconegut, en la mesura que obté sensacions agradables a través del massatge.

\* Extret de: BALAGUER O.; BUSCATÓ, Y.; COMELLAS, M. Crèixer amb tu. Massatge infantil. Generalitat de Catalunya. Departament de Benestar i família. [Document on-line]

### Contes per acaronar:

*Col·lecció Ballmanetes* de l'editorial Abadia de Montserrat amb títols com: Escarabat bum, bum!, Sol, Solet i Ballmanetes!

NANCLARES, S. *La siesta*. Barcelona: Kokinos. 2000.

NORAC, C. i DUBOI. C. K. *L'illa de les carícies*. Barcelona: Ed. Coimbo. 1999

NORAC, C. i DUBOI. C. K. *Les paraules dolces*. Barcelona: Ed. Coimbo. 2003



### Cursos de massatge infantil a Mataró:

- **Centre de Formació Permanent Tres Roques**  
Pl. Canigó, 7 (c. Tres Roques)  
Contacte.: 93 758 24 75 o tresroques@ajmataro.cat

## Bibliografia recomanada

GELABERT, Damaris. *Massatge amb cançons* [enregistrament sonor].  
Barcelona: Totsona, DL 2011

HERNÁNDEZ, Maite. *Dinámicas y masajes de 4 a 6 años: [guía práctica de relajación para padres y educadores]*.  
Natalia Velilla(coaut.). Madrid: San Pablo, cop. 2005.

KALBANTNER, Karin. *Shiatsu para bebés y niños: contactos felices para los más pequeños*. Tina Haase (coaut.); fotografías de Monika Wernke.  
Barcelona: Urano, 2013.

LEBOYER. F. *Xantala. Un art tradicional: el massatge dels infants*.  
Barcelona: Alta Fulla. 2003

SANZ MENGÍBAR, José Manuel. *Masaje del bebé: [ejercicios y juegos]*.  
Alcobendas: LIBSA, cop. 2008.

VELILLA, Natalia. *Canciones y masajes de 0 a 3 años: [guía práctica de relajación para padres y educadores]*.  
Maite Hernández (coaut.). Madrid: San Pablo, cop. 2005.

*Masaje infantil: amor a mano* [enregistrament vídeo] / Mercè Cazes.  
[Barcelona]: OK, DL 2011.

