



## **Oferta Masażu dla Mam**

Doskonale wiemy, jak zmienia się ciało kobiety w trakcie ciąży, jak potrafi dokuczać ból obciążonego kręgosłupa, czy spuchniętych nóg. Mamy również świadomość w jaki sposób zmienia się nasze ciało po porodzie. Z myślą o wszystkich mamach, które marzą o zadbaniu o swoje ciało zaprosiłyśmy do współpracy doświadczoną masażystkę Hanię, która pomogła niejednej kobiecie w ciąży, jak i po szczęśliwym rozwiązaniu.

Ważne jest to, że Hania masuje mamę, kiedy jej dziecko jest obok w wózku, lub w trakcie masażu przytulane do piersi.....

Zapraszamy na wspaniały relaks :o)

W każdy czwartek od godziny 11.00-15.00 istnieje możliwość zapisu na masaż trwający 60 minut, koszt 150 pln

Rezerwacja i szczegółowe informacje w kawiarni lub pod nr tel. 22 207 23 61,

e-mail: [kontakt@mamamia.com.pl](mailto:kontakt@mamamia.com.pl)

### **Hania Kączkowska masażystka**

Mam 28 lat, moja przygoda z masażem zaczęła się jak miałam lat 10 i zainspirowana podróżą wakacyjną poprosiłam rodziców o książkę na temat masażu.

Pracę z ciałem zaczęłam od praktyki instruktora fitness równolegle podejmując naukę w studium masażu „Medikon”. Ta roczna szkoła zapewniała 200 godzin samej praktyki oraz przygotowanie z anatomii, a to najbardziej mnie interesowało.

Przez osiem lat mojej pracy miałam przyjemność przeżyć kilkanaście ciąży z moimi klientkami, ich córkami czy synowymi, a także pomagałam wielu z nich wrócić do formy po porodzie. Dolegliwości ciążowe i poporodowe takie jak bóle pleców czy puchnące nogi są mi znane i nie wywołują strachu mimo różnych opinii na temat masowania kobiet w ciąży. Wszystkie dziewczyny cieszą się fantastycznym zdrowiem, a niejedna z ich pociech już sama kładzie się na stole abym ją pomasowała.

## **Konsultacje terapeutyczne**

### **Dorota Ostrowska**

Jestem rekomendowanym psychoterapeutą Instytutu Integralnej Psychoterapii Gestalt oraz trenerem Polskiego Towarzystwa Psychologicznego. Mam doświadczenie w pracy z dziećmi i rodzicami zdobyte przez kilkuletnią pracę z młodzieżą w Młodzieżowym Ośrodku Profilaktyki i Psychoterapii. Prowadziłam tam psychoterapię indywidualną i grupową oraz konsultowałam problemy rodzinne.

Jestem mamą Marcela, lubię gotować i podróżować. W życiu kieruję się zasadą, że "ludzie są jak kwiaty stworzeni, po to, by się rozwijać", dlatego wierzę w potencjał człowieka i dobrze odnajduje się w pomaganiu. Jeśli widzisz kłopot w relacji z dzieckiem, przechodzisz kryzys małżeński, potrzebujesz wsparcia, czy też przyjacielskiej rozmowy, zapraszam na konsultacje.