

La Magie du Plat Ventre !!!

Avant de vous lancer :

- * bébé éveillé et attentif
- * utiliser une surface ferme
- * le bébé doit-être surveillé en permanence

DOS

- Renforce la posture
- Renforce le dos
- Aligne la colonne

COU

- Renforce les muscles de la nuque
- Améliore le contrôle de la tête

CERVEAU

- Intégration sensorielle
- Développement cognitif
- Conscience de son environnement

TÊTE

- Limite le syndrome de la "tête plate" (plagiocéphalie)

YEUX

- Développement de l'oculo-motricité
- Perception de la profondeur

BRAS

- Prépare au ramper
- Stimule pour attraper en hauteur

JAMBES

- Aide à solliciter les muscles pour le ramper

HANCHES

- Étire / Stimule les muscles des hanches

VENTRE

- Aide pour les coliques (gaz, constipation)

MAINS

- Participe à ouvrir la main et mieux contrôler les préhensions

Dans la vie de tous les jours :

* dans la serviette après le bain

* après les changes

* le rot sur les genoux des parents

* jeux de l'avion, devant un miroir

* liniment / massage

* en peau à peau

