



Baby Balance® - hoitokortit asiakkaille

Heli Ahlsten, 16.05.2023



MIKSI KOTIHOITOA?

- Vauvalle on tärkeä saada kotona hierontaa myös hoitojen välissä
- Vanhemmat haluavat osallistua
- Vahvistaa vauvan ja vanhemman sidettä



MIKSI KORTIT?

- Vanhemmille tulee usein paljon informaatiota ensimmäisellä kerralla
- Voivat olla väsyneitä, jännittyneitä, epäilevät itseään
- Tarvitsevat aikaa sisäistää



MITEN TOIMII?

- Käynnillä näytetään ja käydään läpi kotihoito-ohje
- Muistin tueksi saa ohjekortin mukaan
- Kortin alaosaan on myös lisätty apuviivoja, joille voi kirjoittaa muita käynnillä ilmi tulleita asioita tai vinkkejä kotiin



HAASTEET?

- Pieni tila, paljon sanottavaa
- Ohjeiden ymmärrettävyys
- Toteutus niin, että helppo tehdä lisää ja muokata



Esimerkki kortista



Jalat

Ohje

- 1. Aloita oikeasta jalasta**
- 2. Nypellä varpaat kauttaaltaan**
- 3. Käy jalkapohja läpi kauttaaltaan.**
Aina kantapään juuresta varpasiin saakka peukalolla painelemalla
- 4. Sivele jalkapöytä nilkan suuntaan**
- 5. Käy koko jalka läpi pyörivin liikkein**
- 6. Toista vasempaan jalkaan**



MUUT OHJEET

Te



Kasvot



Vatsa



Selkä



Pää



MUUT OHJEET



Lantio



Rintakehä



Suu



Suolisto



MUUT OHJEET



Hartiat



Pakarat



Kädet

