



# LEARN TO MASSAGE YOUR BABY

## Infant Massage

This is a wonderful way to experience the way your baby communicates with you. With nurturing touch, you and your baby may feel more relaxed. Research shows that babies who are massaged:

- May sleep deeper and longer
- Spend more quiet time and alert for learning
- Increase bonding and attachments with their parents
- Improves elimination

Reserve your spot!

RSVP at (562) 775-6104

**Fridays**

Five Class Series:  
February 7th, 14th, 21st, 28th  
March 7th

**Time:** 9:30am to 10:30am

**Whittier Wellness  
Community**

7643 S. Painter Ave  
Whittier, CA 90602

Best for babies between 6 weeks old and pre-crawling!

Families who complete the 5-week series will receive a gift card.

Sponsored by:  
Wellnest

[www.wellnestla.org](http://www.wellnestla.org)  
323-373-2400



# APRENDE A MASAJEAR A TU BEBÉ

## Masaje Infantil

Esta es una manera maravillosa de experimentar la forma en que su bebé se comunica con usted. Con el tacto cariñoso, usted y su bebé pueden sentirse más relajados. Las investigaciones demuestran que los bebés que reciben masajes:

- Puede dormir más profundamente y por más tiempo
- Dedique más tiempo a la tranquilidad y esté alerta para aprender
- Aumentar el vínculo y los vínculos con sus padres.
- Mejora la eliminación

¡Reserva tu plaza!

Confirme su asistencia al (562) 775-6104

**Martes**

Cinco clases:  
Febrero 7, 14, 21, & 28  
Marzo 7

**Hora:** 9:30am to 10:30am

**Whittier Wellness  
Community**

7643 S. Painter Ave  
Whittier, CA 90602

¡Lo mejor para bebés entre las 6 semanas de edad y antes de gatear!

Las familias que completan la serie de 5 semanas recibirán una tarjeta de regalo.

Patrocinado por:  
Wellnest

[www.wellnestla.org](http://www.wellnestla.org)  
323-373-2400