

# SHANTALA

Workshop de formação profissional técnica, dotando os formandos de competências para a execução de massagem indiana para bebés - Shantala.

## CONDIÇÕES DE ACESSO

Idade igual ou superior a 18 anos

## CARGA HORÁRIA TOTAL

Formação: 7 horas

## SAÍDAS PROFISSIONAIS

Técnico de massagem shantala

## DESCRIÇÃO

A Shantala é uma técnica de massagem milenar de origem indiana, introduzida no ocidente por Frédéric Leboyer. A técnica envolve uma sequência de movimentos de deslizamento e pressões, com recurso a óleos essenciais. Destina-se a bebés a partir de um mês de idade, tendo como objectivos:

- Relaxamento
- Tonificação dos músculos
- Estimulação do sistema neuromotor
- Alívio de cólicas
- Promoção de um sono tranquilo

## OBSERVAÇÕES

## INCLUI

O formando não terá qualquer custo adicional, estando todos os materiais necessários para a formação, incluídos no valor do workshop.

Após a conclusão do curso o formando tem acesso a um diploma emitido pelo CEN.

## CONDIÇÕES ECONÓMICAS

Inscrição: 25,00 euros  
Seguro escolar: 5,00 euros  
Mensalidades:  
Nº mensalidades: 1  
Valor das mensalidades: 45,00 euros

## DOCUMENTOS NECESSÁRIOS

Cartão de Cidadão

### CEN LISBOA

213 958 860 | 932 487 209  
info.lx@cen.pt

### CEN PORTO

225 366 238 | 933 728 803  
info.pt@cen.pt

### CEN FUNCHAL

291 234 124 | 932 482 530  
info.fu@cen.pt