



PROGRAMME DEMASSAGE BEBE

Le massage bébé s'adresse aux parents qui souhaitent masser leur bébé, dans le respect de celui-ci, dans une relation enrichissante et bienveillante. Vous apprendrez les techniques et les mouvements issus du massage indien, Suédois, du yoga et de la réflexologie plantaire afin d'apprendre à masser vous même votre bébé, tout en facilitant les échanges et la communication non verbale...

Nous découvrirons ensemble, les meilleures conditions du massage sûr et réussi, et nous veillerons à ce que le rythme du bébé soit respecté. Convivialité, chaleur et écoute seront privilégiées lors de cette expérience inoubliable.

Atelier collectifs ou individuels cadeau naissance

- ✧ Atelier collectif (5 cours hebdomadaires) d' 1H30*.

Dans un souci de confort, le groupe est constitué de 5 bébés au maximum, des parents et de l'institutrice en massage bébé.*

- ✧ Atelier individuels à domicile (5 cours) durent environ 1H00.*

*Remise d'un Livret récapitulant les mouvements ainsi qu'un flacon d'huile bio

Déroulement des séances

- Accueil
- Petite Relaxation

- Pratique , apprentissage des mouvements :Atelier 1 : jambes et pieds,
Atelier 2 : ventre et mouvements anti- colique,
Atelier 3 : poitrine et bras,
Atelier 4 : visage et dos,
Atelier 5 : mouvements doux.

- Ensuite il y a un temps de théorie sur le développement de l'enfant.
- Puis un temps de discussion sur un sujet choisi ensemble à partir du 2èmes atelier.
- Pour finir une petite collation vous est proposée.



Bienfaits observés

Pour l'enfant :

- ^ Relaxation, détente, bien être
- ^ Soulagement de certains maux (coliques, gaz, constipation, poussées dentaires)
- ^ Éveil, développement du schéma corporel
- ^ Enrichissement du lien d'attachement

Pour le parent :

- ^ Moments privilégiés avec son bébé
- ^ Découverte de son langage corporel
- ^ Renforcement de la relation
- ^ Valorisation

Pour la famille :

- ^ Renforcement de la relation (parents enfants, fratrie)
- ^ Soutien des liens intergénérationnels
- ^ Adaptation du massage pour bébé à l'enfant plus grand

Pour la société :

- ^ Accompagnement et développement du toucher respectueux
- ^ Réactualiser la notion de bienveillance
- ^ Réduction de la maltraitance, de la violence
- ^ Réduction des coûts de soins médicaux nationaux résultant d'une société en meilleure santé

Le massage vous permettra de soulager les coliques et autres petits maux, de régulariser ses systèmes circulatoire, nerveux, lymphatique, respiratoire et digestif, de stimuler son développement sensoriel et de sécuriser votre bébé tout en le relaxant et en améliorant son sommeil.

Contact

Instructrice : Annaïg Certenais

0630778514

leveilpourdeuxmains@orange.fr

<http://www.leveilpourdeuxmains.fr/>