

MASSAGE BEBE SHANTALA

SELON LA TRADITION AYURVÉDIQUE



Le toucher est le premier sens qui se développe dans le ventre maternel.

ATELIER MASSAGE BÉBÉ A DESTINATION DES PARENTS

CONTRE-INDICATIONS :

Attention un bébé présentant des phénomènes inflammatoires, des infections cutanées, des fragilités vasculaires ou des problèmes ostéopathiques, **ne peut pas être massé.**

Déroulement des ateliers

Découvrez un protocole de massage pour bébé et apprenez à masser en toute confiance.

A destination des parents, les ateliers de massage pour bébé se découpent en 2 ou 3 séances selon les besoins et la capacité d'assimilation. Mon rôle est de vous accompagner jusqu'à ce que vous vous sentiez en confiance pour masser bébé au quotidien.

L'atelier se déroule au domicile des parents et dure entre 1h et 1h30 et a lieu une fois par semaine.

Le massage se divise en plusieurs séquences : tête, épaules, tronc, jambes, dos et une séquence de baby yoga et se fait à l'huile et à la pâte.

Le massage réalisé dure entre 15 et 20 minutes. En fonction de l'âge du bébé, la durée diminue (environ 6-7min pour les premiers massages).

Lors des séances je suis accompagnée d'un poupon sur lequel je réalise les gestes pendant que le parent les effectue en même temps sur son enfant.

CE MASSAGE TRADITIONNEL EST TRANSMIS DE MÈRE EN FILLE EN INDE



QUAND COMMENCER ?

Après un accouchement par voie basse, il est conseillé d'attendre 28 jours avant d'effectuer un massage pour laisser le temps au bébé et à la maman, de récupérer. En cas d'accouchement par césarienne le plus tôt sera le mieux. Votre bébé a besoin de contact, de peau à peau. Le massage est idéal et peut être transmis à un proche le temps que la mère se repose.

QUELS SONT LES BIENFAITS ?

Ils sont nombreux : Le massage apporte au bébé une communication et un dialogue avec ses parents, cela améliore la compréhension de l'enfant.

Le bébé est dans un cocon apaisant. Il est imprégné dans chacune de ses cellules par l'ocytocine secrétée lors du toucher.

Il permet une meilleure connaissance de chaque partie du corps, apporte une sécurité d'être et une détente profonde. Il stimule et rééquilibre le système immunitaire, le sommeil et la digestion et favorise le développement psychomoteur.

COMMENT S'ORGANISER ?

L'atelier s'organise au rythme de bébé, rien n'est imposé, tout est improvisé. Il est préférable de fixer les RDV d'atelier en fonction du rythme de bébé : pas pendant des heures de sieste ou de repas, et à des heures pas trop rapprochées de ces derniers.

Bien sûr rien n'est fixe, il est avant tout question d'adaptation !

D'un point de vue psycho-émotionnel ce massage a un effet extraordinaire sur la détente du bébé ainsi que du donneur.



VOUS AVEZ ENCORE DES QUESTIONS ?

N'hésitez pas à me contacter pour toute question ou interrogation, j'y répondrais avec joie.

Au plaisir de vous accompagner dans cette belle aventure qu'est le massage avec bébé.

Anne-France

