

Massage & Shiatsu avec mon bébé

PROGRAMME

arrivant sur terre

Dans chaque séance on va reprendre les mouvements apprises dans la séance précédente et se focaliser sur certaines zones et points d'acupuncture / zones réflexes.

1 Les bases:

les mains
qui écoutent

2 le dos

structure physique
& énergétique

3 Ventre & Poitrine:

soutenir l'arrivée sur terre,
digestion et respiration

4 les jambes et les pieds:

l'énergie physique

5 les bras et les mains:

l'énergie émotionnelle

6 la tête et le cou:

la relation

Mon bébé est mon étoile polaire le long du massage!



“Le massage peut rester seulement une technique, une sorte d’exercice...ou il peut vous emmener bien plus loin, rester simplement une technique ou devenir un art. Et pour tout art, il faut un maître. Il y a des choses que vous ne pouvez pas apprendre dans les livres... Un Maître est ici. Qui t’attend. Votre bébé vous enseignera!

Votre bébé sera votre maître.

Tout ce qu’il faut, c’est de l’attention, de l’ouverture. Et une grande simplicité”

Leboyer 1977

Les bénéfices du massage / shiatsu

Aider le bébé à devenir plus stable et à l'aise après la naissance

Soutenir la relation et le rapprochement avec les parents / tuteurs.

Favoriser le développement physique et émotionnel du bébé.

Renforcer le système immunitaire.

Soutenir les systèmes physiologiques du corps
(c.à.d. circulatoire, nerveux, gastro-intestinal)

Soulager les problèmes digestifs tels que coliques, gaz, constipation.

Aider à réguler les habitudes de sommeil.

Établir une communication non verbale profonde, respectueuse des deux: une ressource pour toute la vie