



Les Ateliers de Murielle

Instructrice Animatrice Praticienne Bien-Être.

Atelier de massage bien naître pour bébé du 0 à 3 ans.



Depuis la naissance de bébé, chaque jour apporte son lot de nouveautés et de progrès. Autant de sources de fierté pour les parents qui ne se lassent pas de s'émerveiller devant les évolutions de leur enfant. Chacun à leurs rythmes, les bébés se développent selon deux axes principaux : de la tête aux pieds et de la colonne vertébrale aux mains. Connaître ce principe fondamental permet de mieux comprendre le fonctionnement de son enfant, mois par mois. Cela va également renforcer les liens parent/enfant contribuant ainsi au développement affectif et moteur de bébé. Le massage bien naître aide à passer les différentes étapes de l'apprentissage de la vie à son rythme et en douceur.

Que fait-on dans un atelier bien-naître ?

Les séances sont personnalisées. Elles varient selon les besoins de l'enfant. Le déroulé de base d'une séance d'une heure :

1° - Une partie théorique où l'on aborde avec le ou les parents des sujets sous forme de discussion et accompagnés de documentation qui sont en rapport avec le besoin spécifique de l'enfant.

2° - Une partie pratique qui est dédiée à l'apprentissage des mouvements de massage avec une huile végétale bio. Suivant les séances, différentes zones du corps de bébé sont massées : les jambes et les pieds, le ventre, la poitrine et les bras, le visage et la tête, le dos.

3° - Une partie relaxation parent(s) / enfant.

4° - Pour terminer, nous faisons un bilan de la séance et je vous envoie la documentation de la séance du jour.

Les bienfaits du massage côté bébé :

- Apaiser, calmer (difficulté à dormir).
- Apaise les maux de ventre (digestion, difficile, colique).
- Renforce les liens d'attachements (libération de l'hormone ocytocine).
- Apporte une meilleure cognitivité.
- Aide à la gestion des émotions.
- Aide à la prise de conscience de son corps par l'apprentissage de son schéma corporel.
- Aide à la motricité, à la coordination.
- Aide à l'intégration de certains réflexes primitifs.
- Aide à développer son audition (entendre la voix de ses parents et la musique rituelle).

Les bienfaits de l'apprentissage du massage côté parents :

- Permet une pause privilégiée quotidienne avec son bébé pour mieux l'observer et le connaître.
- Aide à prendre confiance en soi et répondre aux besoins de son enfant.
- Peut être un bon moyen de substitution pour les mamans qui reprennent le travail et dont l'arrêt de l'allaitement est parfois difficile.
- C'est nourrir son enfant autrement avec des gestes bienveillants.
- Le massage permet de garder un contact physique régulier avec son enfant.



Ateliers adaptés aux enfants spécifiques, en déficit ou en situation de handicap :

Les enfants avec un handicap physique et/ou psychologique : autistes, mal entendants, non voyants, handicap physique, prématurés, hospitalisés, hypertoniques, hypotoniques, adoptés, enfants de parents séparés ou divorcés, désorganisés, maltraités.

Ces bébés ont besoin de beaucoup plus d'attentions. Ils doivent être d'avantage rassurés et stimulés. Leur fragilité les rend plus vulnérables face au monde extérieur.

Le massage peut être un plus que l'on peut leur apporter par le biais du toucher et de contacts réguliers permettant de les apaiser.

Les massages ne pourront se pratiquer qu'après accord du corps médical qui suit l'enfant.

En aucun cas, ils ne devront se substituer, remplacer un traitement médical ou un suivi régulier prescrit par les professionnels de la santé : pédiatre, médecin généraliste, pédopsychiatre, sage femme, kinésithérapeute, psychomotricien...

Les bienfaits du massage pour ces enfants :

- Aide à l'éveil et à s'ouvrir au monde qui l'entoure.
- Aide à l'acquisition à plus d'autonomie afin de grandir sereinement.

Le massage sera adapté au cas par cas.

Les bienfaits de l'apprentissage du massage pour les parents :

- Aide à créer ou à renouer des liens d'attachements par le biais d'un toucher bienveillant. Il peut être un accompagnement pour les parents qui ont vécu un accouchement difficile ou l'annonce d'un diagnostic en lien avec l'enfant.
- Aide à rompre l'isolement (famille monoparentale ou bébé avec une différence).
- Aide à avoir confiance en leur rôle de parents.
- Aide les mamans en dépression post-partum (énorme changement de vie).
- Aide les mamans qui ont eu un déni de grossesse afin d'améliorer la relation parent/enfants par l'apprentissage de techniques de stimulation de l'affectif (geste et toucher).