

INITIATION DU MASSAGE BEBE, SHANTALA MJC DE GAILLAC

Le massage bébé, appelé **SHANTALA**, est un vrai moment de **détente et de tendresse partagées** qui favorise le bien-être de l'enfant et des parents.

Il permet de **créer du lien affectif** grâce au toucher doux et affectueux.

Avec ce langage corporel les parents **communiquent avec leur enfant** et lui font **passer des émotions**. En retour, bébé réagit : regards, sourires et détente sont au rendez-vous.

Ce massage favorise la **relaxation** ce qui permet à bébé d'atténuer son stress, ses peurs, ses angoisses et son irritabilité.

Il favorise le **transit intestinal**, facilite la **digestion** et ainsi atténue les douleurs (coliques, constipation, gaz..)

Il **régularise** le rythme de **sommeil** (détente, sécrétion de mélatonine pendant un massage)

Il stimule et délie les **muscles**, améliore la **circulation sanguine** et renforce le **système immunitaire**.

Il contribue à la **construction du schéma corporel** et au **développement** de votre bébé.

Il **rassure, détend et reconforte les parents** souvent désemparés, impressionnés par leur nouveau-né.

Je vous propose de me retrouver pour une « *initiation au massage bébé* ». Un pur moment de douceur à partager. Ayant des parents sourds qui communiquent en Langue des Signes, je vous transmettrai quelques signes pour communiquer avec bébé afin de lui permettre d'exprimer ses besoins et ses émotions.

Matériel :

- un tapis de yoga
- un coussin bien confortable
- un poupon (minimum 30cm)
- un bloc note
- une bouteille d'eau

Sur **inscription au 06.03.47.12.89** (N'hésitez pas à me contacter si vous avez besoin d'infos complémentaires)

Au plaisir de partager cet agréable moment avec vous.

Karine K-iétude

<https://k-ietude.jimdo.com>