

Massage Femme Enceinte

« Chaque voyage est le rêve d'une nouvelle naissance »

Jean Royer.

Selon la tradition ayurvédique, la femme enceinte se fait masser tout le long de la grossesse. C'est un moment privilégié pour elle.

Le massage femme enceinte est un massage orienté sur le féminin sacré, sur la douceur.

Il permet à la maman de prendre une parenthèse pour elle, afin de pouvoir se retrouver, apprivoiser son corps modifié par la grossesse, et créer/intensifier le lien avec son bébé.

Cette séance massage est un véritable moment d'échange avec son bébé, un instant doux pour la mère et son enfant.

Ce massage caractérisé par son côté englobant, rassurant, maternant permet à la femme enceinte de vivre un moment de détente, et de sérénité.

Le ventre de la femme enceinte est massé, enveloppé avec bienveillance, ce qui favorise le lien mère/bébé.

Ce massage d'une durée d'une heure, est réalisé au sol, sur un futon confortable. Il est pratiqué à l'huile de Sésame biologique, selon la tradition Ayurvédique.

Massage corporel complet, il est organisé en 3 phases :

- Tout d'abord, un massage assis permettant de s'arrêter sur la zone du dos et du ventre.
- Puis en position latérale (droite et gauche) allant des épaules jusqu'au bout des doigts, puis des épaules jusqu'au bout des orteils.
- Le dernier temps se passe sur le dos.

Ainsi, c'est en allant du cuir chevelu jusqu'au bout de pieds, en passant par le dos et le ventre en fonction du terme de la grossesse, que ce massage apporte une vraie détente, une hydratation cutanée grâce à l'huile, et un soulagement au regard de certains maux de la grossesse.

Ce massage est pratiqué à partir du 4^{ème} mois de la grossesse jusqu'au moment de l'accouchement. Le nombre de séance est un choix personnel, mais une fréquence d'une fois toutes les trois semaines est conseillée.

Dans l'objectif de se retrouver, et de se réapproprier son corps, le massage peut également être reçu après l'accouchement. Il permettra de redonner énergie et vitalité à la femme, de diminuer les tensions suite à la mise au monde, et de se relâcher.

Les bienfaits du massage :



- Détendre la femme au niveau physique, émotionnel et psychologique.
- Nourrir les tissus, les articulations tout en soulageant les douleurs
- Equilibrer les différents systèmes et fonctions vitales
- Favoriser la connexion avec bébé, amener le lien et aider à créer une relation plus intense
- Aider à l'ouverture du bassin en préparation à l'accouchement
- Faciliter la circulation sanguine et lymphatique
- Se réapproprier son corps métamorphosé par la grossesse
- Ressentir les limites, les contours de son corps
- Se préparer à un accouchement harmonieux grâce à un toucher bienveillant, maternant et enveloppant

Un moment d'échange est prévu au début de la séance afin de faire connaissance, ce qui me permettra d'adapter le massage au plus près de votre état physique et émotionnel du moment. Une ambiance chaleureuse sera mise en place (musique douce), l'huile peut également être chauffée si vous en ressentez l'envie. Tout sera fait pour que vous vous sentiez accueillie et que vous passiez un doux moment pour vous.

Tarifs:

Massage 1 heure : 65 euros – au cabinet ou à domicile

Possibilités de forfait.

Contact : Charlotte Desvoies – Sage-femme et Praticienne massage femme enceinte et bébé – chadesvoies@gmail.com – 06.12.37.74.38