

# Le Massage Maman et Massage Bébé

---

## Massage maman et bébé

### Massage Bien-Etre Maman-Bébé



Le Massage Maman-Bébé combine un massage d'une heure pour la Maman et un massage pour le Bébé, où la Maman apprend à masser son Bébé.

Il se pratique de préférence après le bain de bébé, mais ce n'est pas une obligation.

Quant au papa, il est lui aussi très vivement invité à participer.

#### <p style=margin-top: 0.42cm;>**Les bienfaits du massage Maman-Bébé**

Pour la jeune Maman, le massage Maman-Bébé lui apporte un moment de pause et de détente après le stress des premiers temps. Il permet aussi de renouer avec son corps et de dénouer les tensions de certaines zones très sollicitées pendant la grossesse comme le dos, les lombes, le ventre, les jambes, etc.

L'apprentissage des gestes justes pour masser son bébé va lui permettre également de renforcer le lien avec son bébé par ce toucher très doux, mais aussi de l'apaiser et de faciliter son développement. Car les bébés manquent souvent du contact physique qui est nécessaire à leur développement. Un bébé touché se développe plus vite qu'un bébé privé de contacts. Le toucher est une nourriture pour la peau, mais c'est aussi une nourriture du Cœur, une manière de dire «Je t'aime» avec les mains.

Dans les cultures traditionnelles la maman porte le bébé contre-elle et dort souvent avec lui, ou très proche de lui. Elle le masse aussi, comme en Inde ou en Afrique, où les mamans disent qu'elles «finissent leur bébé». En étant toujours à son contact le nourrisson n'est pas coupé de son environnement, ce qui diminue son stress. Et il prend mieux conscience de son corps, il est plus calme. Jusqu'à l'âge de 7 mois, il ne sait pas qu'il est un être distinct, séparé de sa mère. Le massage favorise alors l'éveil de sensations nouvelles, la découverte de son corps et son bien-être.

[Tarif](#) [Rendez-vous](#)

N.B.  
L'importance du toucher dans le développement de l'enfant a été démontrée par Laurence Vaivre-Douret, psychomotricienne française: le massage est utilisé dans les centres de prématurés, avec des bienfaits évidents sur la courbe de poids, l'éveil, etc...Masser les nouveaux-nés régularise plus tôt leur sommeil.

Des chercheurs israéliens ont observé vingt enfants, dès l'âge de 10 jours : la moitié a bénéficié pendant deux semaines de trente minutes de massages quotidiens. A 8 semaines, les Bébé massés étaient mieux adaptés aux cycles jour/nuit que les autres. Leur sécrétion de mélatonine, hormone des rythmes biologiques, était calée sur celle de leur mère.

Le toucher, la friction, le massage apportent aux nouveaux nés et aux Bébé un plus grand bien-

être et une preuve de tendresse incontestables.

-o0o-

© [Cajoling](#) 1999 - 2018