

Projet massage

Un corps sain dans un esprit sain ! Ce vieil adage nous renvoie à la nécessité de prendre soin de soi

Dans la relation à la personne handicapée le contact corporel et le toucher sont des moyens privilégiés de communication. Le corps est bien souvent notre principal outil de travail. Il donne des soins, de l'attention, il ressent les tensions, les souffrances ou le bien-être de l'autre. À ce titre, la relaxation et le massage non thérapeutique apparaissent comme des moyens particulièrement efficaces pour échanger, partager mais aussi soulager, apaiser, détendre

Véritable outil de communication, le massage permet de connecter l'adulte à l'autre quand l'expression verbale n'est pas possible ou simplement affectée.

Un échange se crée entre le masseur et la personne recevant les soins en rétablissant la fonction du toucher dans une autre dimension, sur la notion de plaisir et non plus d'hygiène seulement.

Tout d'abord, une stimulation physique qui éveille les sens et qui redonne à la personne une **conscience de son corps**.

Ensuite, **une relaxation et une sensation de confort apaisantes** pour l'esprit au sein duquel la détente est primordiale pour l'épanouissement de l'individu.