

# Atelier massage bébé

**B**ercés par une musique douce, Tiago, 1 mois 1/2, et Adèle, 3 mois 1/2, sont confortablement installés, tout nus et sur le dos, face à leurs mamans, qui s'enduisent les mains d'huile Wéléda®. Le massage commence, guidé par Marie Hursin, puéricultrice. Les jeunes femmes prennent le pied droit de leur nourrisson entre les paumes de leurs mains, massent tout le pied, puis la cheville avec les pouces, pressent doucement le mollet, la cuisse, font glisser leurs mains le long de la jambe. Puis reproduisent les mêmes gestes du côté gauche. Les petits sont calmes et détendus. « *Adèle sourit, ça doit être agréable pour elle* », observe Anne-Laure, sa mère. Les deux mamans ramènent alors les pieds de leur bébé vers la poitrine, les genoux sur le ventre, « *pour aider le transit* », précise Sophie Guillaume, la seconde puéricultrice. Elles massent ensuite son ventre, en cercles de plus en plus larges, dans le sens des aiguilles d'une montre, effectuent une diagonale allant de l'épaule au bassin, pour aider au développement de l'appareil respiratoire. Suivent les aisselles, les bras, les mains, les poignets. Les deux mères retournent ensuite délicatement leur petit, leur massent les fesses, remontent le long de la colonne vertébrale, pressent les épaules. Arrive le tour du cuir chevelu, des oreilles et du visage : elles caressent le front avec les pouces, les joues, la mâchoire, et terminent le massage en enveloppant les épaules, le corps, les jambes. « *C'est génial, commente la mère de Tiago. D'habitude il est un peu nerveux, je n'en reviens pas de le voir si calme !* »

Ce massage, dit « contenant », est destiné aux nourrissons de 0 à 4 mois, même si parfois, l'atelier de



L'EPE accueille des petits de 6 mois. Passé cet âge, la technique diffère : le bébé connaît mieux son corps, bouge davantage, le massage se transforme en jeu. Ce moment privilégié de communication parent-enfant permet de renforcer le lien d'attachement,

le toucher étant le sens favori du nourrisson. C'est aussi l'occasion pour les mères de se poser, d'être

## Et ailleurs...

Plusieurs EPE mènent des actions à destination des tout-petits et de leurs parents, pour accompagner ces derniers, les aider à mieux comprendre leur bébé et favoriser le lien précoce mère/enfant. L'EPE Ile-de-France propose aussi des séances de massages animées par une psychomotricienne. L'EPE de Moselle organise, à l'initiative de la maman d'un enfant sourd, l'atelier « *Signe avec moi* ». Les parents y apprennent à communiquer avec leur tout-petit à l'aide de gestes simples, inspirés de la langue des signes. Les enfants, âgés de 5 à 18 mois, parviennent à exprimer leurs besoins (soif, faim) et certaines émotions (tristesse) avant même de savoir parler. L'EPE d'Aix et pays d'Aix a mis en place, en partenariat avec le Conseil général des Bouches-du-Rhône, l'action « *À l'écoute des tout-petits et de leurs parents à la PMI* ». Deux après-midis par mois, une psychologue clinicienne de l'EPE est présente le jour de la pesée à la PMI de l'Aix-en-Provence. Elle écoute les jeunes mères qui peuvent lui faire part de leurs inquiétudes, de leur éventuel baby-blues, de leur difficulté à se réapproprier leur corps, etc. **P. P.**



© Peggy Pircher

entièrement disponibles pour leur bébé, ce qui n'est pas toujours facile à la maison.

La séance achevée, Anne-Laure demande des conseils de portage. Il est aussi question des yeux d'Adèle, qui louche un peu, et d'allaitement : Tiago refuse le sein, ce qui peine sa mère. Ces ateliers<sup>1</sup>, qui peuvent accueillir jusqu'à sept bébés, permettent aussi de rassurer les mamans, de répondre à leurs questions sur les pleurs, le sommeil, l'alimentation... Ensemble, elles échangent leurs expériences, se conseillent, se soutiennent. Aujourd'hui, les deux mamans repartent ensemble, le sourire aux lèvres. Les petits se sont endormis.

**Peggy Pircher**

1. Les parents (les mères le plus souvent, mais il arrive que les pères les accompagnent) s'inscrivent pour 3 ou 4 séances d'1h30. Participation : 9 € pour l'ensemble.