



L'instant présent
- Massages -

Massages en Établissement pour personnes âgées

Dans un univers souvent médicalisé, le massage bien-être peut permettre de réactiver le sens du toucher, de créer du lien, un échange, un réconfort. Effectué avec écoute, douceur et bienveillance il peut devenir une évidence tant pour les personnes âgées qui en bénéficient que pour les soignants et les familles qui en constatent les effets positifs.

Je me propose donc d'offrir à vos résidents, une parenthèse de détente, d'apaisement et de réassurance.

Massages personnalisés de 20 minutes, le résident choisit la partie du corps qu'il souhaite être massée.



Massage des mains

Ce massage procure à la fois un soulagement physique et un réconfort émotionnel profond.

Il aide à assouplir les doigts et les poignets raidis par l'âge ou l'arthrose, diminue les tensions musculaires et soulage l'inconfort lié aux rhumatismes.

Il stimule la circulation par des mouvements doux qui activent le flux sanguin dans les mains et les doigts et, grâce à l'huile de massage, il permet de nourrir la peau souvent sujette à la déshydratation.

Il apporte réconfort, apaise l'anxiété en aidant à réduire le stress, l'agitation ou la nervosité et donne une conscience corporelle positive et un sentiment de sécurité.



L'instant présent
- Massages -



06 34 30 50 81



instantpresentmassages.com



instantpresentmassages26@gmail.com



Prestations sur le lieu de résidence
Déplacement gratuit 20 km autour
de La Roche Saint Secret et Beconne,
50 cts du km au delà.



Massage des pieds

Ce massage, pratiqué régulièrement permet de soulager les tensions, d'activer la circulation sanguine et d'améliorer le confort de marche.

Il permet une détente musculaire en soulageant les douleurs plantaires et articulaires.

Il est particulièrement utile en cas de jambes lourdes ou de rétention d'eau.

Il permet de diminuer le stress et favorise un sommeil réparateur.



Massage du visage et du crâne

Le visage et le cuir chevelu concentrent de nombreuses tensions liées au stress, à la fatigue et aux émotions du quotidien. Etant des zones très réceptives au toucher, il procure une sensation de détente et de lâcher prise tout en offrant un véritable moment de reconnexion à soi.

Ce massage associe des gestes enveloppants et des mobilisations douces de la nuque et de la tête.



Massage du dos

Le dos constitue un pilier pour le corps humain, mauvaises postures, sédentarisme entraînent l'accumulation de tensions au niveau de celui-ci.

Le massage du dos permet la détente des muscles dorsaux et le soulagement des courbatures et contractions.

Il permet de se détendre totalement et de favoriser un meilleur sommeil.



Massage des jambes

Ce massage permet d'atténuer la sensation de jambes lourdes en stimulant la circulation sanguine, favorisant le retour veineux.

Il favorise le drainage des toxines en stimulant le système lymphatique.

Il permet aussi de relâcher les muscles pour décontracter le corps et libérer les tensions qui se sont accumulées. Sensation de jambes légères assurée.

Ces massages sont particulièrement adaptés pour répondre aux besoins, aux attentes, aux envies du moment des résidents. Techniques de relaxation idéales pour relâcher les tensions, parce qu'ils n'auront pas à s'adapter au massage, c'est le massage qui s'adaptera à eux. Tous les massages apportent réconfort, apaisent l'anxiété en aidant à réduire le stress, l'agitation ou la nervosité et donnent une conscience corporelle positive et un sentiment de sécurité.

Ces prestations n'ont aucun but thérapeutique et en raison de leur nature, ne s'apparentent en rien à la pratique de la masso-kinésithérapie ainsi qu'à toute pratique médicale.



06 34 30 50 81



linstantpresentmassages.com



linstantpresentmassages26@gmail.com



Prestations sur la résidence

Déplacement gratuit 20 km autour
de La Roche Saint Secret et Beconne,
50 cts du km au delà.

L'Instant présent
- Massages -