



ASSOCIATION S.A.M.Y. ST ANDRE MASSAGES YOGA



L'Association SAMY, Saint André Massages Yoga est une association Loi 1901 créée en avril 2011 et dont l'objet est de « faire découvrir et promouvoir les techniques et disciplines de bien être à tous les âges de la vie ». Les différentes activités sont animées par une bénévole de l'association, dont les formations ont été validées par la remise de certificats (instructrice certifiée AFMB, instructrice certifiée MISA France, monitrice certifiée en Méthode Educative 3C, animatrice Tibou Relax).

L'association SAMY propose des outils concrets et positifs pour :

- **gérer les défis communs du quotidien familial et pour permettre à l'enfant et à l'adolescent de créer des relations fluides, respectueuses et harmonieuses avec lui-même et avec autrui**

↳ **Les ateliers Massages* bébés (jusqu'à 12 mois) :** technique et accompagnement parental dans le cadre de l'Association Française de Massage pour Bébé- AFMB, branche française de l'Association Internationale de Massage pour Bébé). 5 Séances en groupe ou individuelles. (Crèches, domicile des parents, siège social SAMY) pour apprendre aux parents à masser leur bébé.

↳ **Les ateliers Tibou Relax :**

*** Tibou bébé pour les 18 à 24 mois accompagnés de leur(s) parent(s):**

- A travers des séances ludiques, parents et enfants profiteront de ces moments de détente, de partage et de joie. Les techniques de massage sont simples et faciles à mémoriser, nous commencerons également à proposer à l'enfant, des mouvements inspirés du yoga de façon très ludique (histoire racontée).

*** Tibou yoga pour les enfants de 2 à 6 ans avec leur(s) parent(s) ou en Centres de Loisirs (en présence d'animateur(s) :**

- Pour favoriser l'imaginaire et le développement de votre enfant, les ateliers ont grand intérêt pour les enfants sur plusieurs points : L'équilibre, la respiration et la relaxation. Les enfants ne réalisent même pas qu'ils apprennent tout en restant dans le plaisir de jouer!

Inspiré du yoga, les enfants bénéficient des mouvements et de la respiration basées sur le yoga, tout en s'amusant. Les postures et la respiration ouvrent les parties du corps qui sont tendues et le corps peut se détendre et le mental se calmer.

↳ **Les ateliers Massages* enfants 4-12 ans (enfants/enfants ou enfants/parents)** dans le cadre de l'Association MISA France, branche française de l'Association Internationale Massage in Schools (MISP International) : Un massage réalisé par les enfants à travers les vêtements pour apprendre le respect et la concentration. Les séances enseignent également la douceur et la

maîtrise du geste (coordination). Elles valorisent grandement l'enfant par la découverte et l'apprentissage de l'aptitude à «faire du bien», d'une part, et le plaisir de recevoir, d'autre part.

Les ateliers sont proposés au sein des structures scolaires, centres de loisirs, mais également au sein de la cellule familiale (**ateliers relaxation familiale**).

⇒ **Les séances relaxation Adolescents** inspirées de pratiques traditionnelles et modernes adaptées aux jeunes, elles s'adressent aux adolescents. Elle vise l'amélioration des capacités par le développement de l'attention et l'écoute, la créativité, l'adaptabilité, la réflexion, la confiance en soi, la diminution de l'agressivité et de la violence, la gestion du stress et l'équilibre psychologique et physique.

Ces séances sont en lien avec la formation Méthode Educative 3C (concentration-Calme-Contrôle) effectuée par l'animatrice.

⇒ **L'animation « bulle de détente » enfants à enfants de 4 à 10 ans**

Pour animer une fête, un anniversaire, un évènement autour de l'enfant, nous pouvons organiser des séances « bulle de détente ».

-La séance d'une heure se compose de jeux de relaxation et de massages* réalisés par les enfants à travers les vêtements dans le dos, comme le « massage météo », « la pizza », « le jardin »...

-Les enfants découvrent une nouvelle façon de s'amuser, de partager et de respecter son corps et celui de l'autre.

Et pour les parents...pas d'énervement, pas de stress !!!

⇒ **Les stages en partenariat avec d'autres associations, professionnels :**

De temps en temps, quelques journées ou ½ journées sont organisées en partenariat sous forme de mini-stages à thèmes (stage massages* enfants et réflexologie plantaire, sophrologie et yoga enfants...) au fil de nos rencontres avec d'autres associations ou professionnels.

L'Association SAMY privilégiant le temps d'échange parents/enfants, les activités sont planifiées en fonction de votre disponibilité et de celle de l'animatrice (soir après 17h30, WE, vacances scolaires...).

*Le terme massage étant réservé aux kinésithérapeutes, il est utilisé par l'Association SAMY comme terme généraliste pour déterminer des manœuvres tactiles corporelles non thérapeutiques.

Association SAMY – 24 allées des platanes – 40390 St André de Seignanx

Tél. : 05 59 56 76 99 – mail : claudiesamy@yahoo.fr

Site internet : saintandremassagesyogasamy.e-monsite.com