

CHARTRE MESSAGES – TOUCHER – TOUT TRAVAIL CORPOREL DANS LE CADRE DE L'ASSOCIATION « JARDINER SES POSSIBLES »

Objectifs et valeurs :

S'entraîner à prendre soin de l'autre et être attentif à la qualité des interactions dans le groupe.

- Détente, relaxation, prise de conscience du schéma corporel, retour à ses propres sensations corporelles, ancrage, plaisir.
- Toucher à but non thérapeutique
- Pas de gestes inappropriés : pas de sexe, pas de séduction ni d'érotisation. La drague est donc malvenue, le bar de nuit semble plus approprié pour ça.

L'Espace est un lieu public, les salles ne sont pas fermées, une personne peut rentrer par inadvertance, un enfant rechercher de son parent : nous devons donc éviter toute équivoque.

- Le participant doit porter au minimum une culotte, un maillot de bain ou un slip, sans exception. Un string n'est pas une culotte !!
- Hygiène corporelle : prendre une douche bien savonnée avant de venir, se brosser soigneusement les dents, les pieds, les ongles.
- Porter un tee-shirt et une tenue propre.
- Laver l'extérieur des burettes entre chaque séance.
- S'abstenir de massages si l'on est contagieux, consulter un médecin si nécessaire.
- Les participants doivent apporter avec eux : une paire de chaussettes à mettre après chaque massage à l'huile pour éviter de salir les sols, une grande serviette et un paréo pour recouvrir la table.
- Le massé doit être couvert d'un drap dès le début du massage afin que cela lui procure un sentiment de sécurité.

Il y a des huiles de massage et des paréos à la boutique si nécessaire.

Tout le monde participe à la mise en place, au rangement et au nettoyage de la salle.

- Il est important de respecter la charte et les consignes du proposant, celui-ci doit être vigilant, structuré et structurant. Au début de l'atelier il doit systématiquement poser son cadre et mettre sur la touche toute personne qui ne serait pas capable d'empathie et de respect envers l'autre (pré – requis.)

- Pour débiter le massage, le masseur doit demander l'assentiment du massé (même en couple) : « Est ce que tu es d'accord pour que je te masse ? »

Il attend la réponse et demande s'il y a une information particulière à prendre en compte.

- Ne pas oublier de remercier, le proposant, son partenaire, et les autres personnes du groupe.

- La société impose beaucoup de normes esthétiques externes, mais se souvenir que, dès lors que l'on entre dans un processus de massage, après dix minutes, le ressenti vient de l'intérieur, et alors, tout corps trouve son harmonie.

Libéré des comparaisons et du regard jugeant : TOUT CORPS EST BEAU.

La proposition est justement de sortir des jeux sociaux, pour entrer dans un espace corporel naturel avec soi même, retrouver son humilité et l'ouverture du cœur.