

*Pour tout renseignement, inscription ou prise de rendez-vous  
en Shantala*

*Christiane Pallen  
+32 479 37 96 59  
christiane@ressourcements.be*

*Centre Ressourcements asbl - Ecole Belge de Thérapie et Pratiques Psycho-Corporelles  
☒ Welriekendreef 45 - B-3090 Overijse • ☎ +32 2 657 65 37 • ☎ +32 2 657 75 47  
✉ info@ressourcements.be • 🌐 www.ressourcements.be*



**NOUVEAU  
PROGRAMME  
2011-2012**

# Shantala

Massage indien pour bébés et enfants  
pour amplifier la conscience de leur être  
et favoriser l'éveil de leurs sens

**Formation professionnelle certifiante en 24h  
Ateliers mensuels**



**Conférence  
Mardi 27/9/11 à 20h  
Entrée gratuite - Sur réservation**



---

## ORIGINE DU SHANTALA

Le Shantala, massage des bébés et enfants, est originaire de l'Inde, où il est transmis de génération en génération, depuis des siècles. En Occident, il suscite depuis une quarantaine d'années un regain d'attention par rapport aux bénéfices qu'il peut apporter au développement de l'enfant.

---

## APPORTS SPÉCIFIQUES DU SHANTALA

La pratique régulière du Shantala permet :

- de développer un lien sécure entre l'adulte et l'enfant qui va ainsi pouvoir développer sa sécurité intérieure par le toucher, dans un climat de confiance, de tendresse et d'amour
- de retrouver des sensations de bercements, de balancements qu'il a connus *in utero*
- d'harmoniser le fonctionnement des systèmes respiratoire, circulatoire et digestif, s'il y a lieu
- de stimuler le système immunitaire régénéré par la force de vie intérieure qui lui est transmise par le massage
- de conserver la tonicité des muscles et la souplesse des articulations au fur à mesure de sa croissance
- de percevoir ses limites corporelles et d'apprendre à les respecter



---

## PUBLIC CONCERNÉ PAR LES SÉANCES EN SHANTALA

Tout parent qui souhaite découvrir les bonheurs du massage pour son bébé ou son enfant ou pour tout parent qui souhaite soutenir son enfant dans des besoins spécifiques (détente, tonicité, concentration, sécurité, sommeil) peut demander une consultation individuelle.

La séance peut varier de 30 minutes à une heure.

Le prix est de 40 euros de l'heure.

Le parent nomme clairement le temps voulu avant de commencer la séance.

---

## NOMBRE DE PARTICIPANTS

Les sessions de sensibilisation sont constituées de maximum 6 personnes adultes, chacune accompagnée d'un bébé ou d'un enfant entre 3 mois et 12 ans.

Pour les formations, le nombre de participants est de 10 personnes maximum. Ce nombre permet ainsi de préserver une qualité relationnelle entre la formatrice et les participants ainsi qu'un suivi plus personnalisé de chacun dans son évolution de la pratique.

## PARTAGE D'EXPÉRIENCES

---

Masser les bébés ou les jeunes enfants peut faire penser à donner des caresses sur leur peau . Mais ces caresses ont une intention particulière ; elles apportent de l'apaisement, de la sécurité, de l'énergie, une structure corporelle, ceci dans une ambiance de douceur, de tendresse, de chaleur, d'amour et d'ouverture.

Ce sont des moments de communication principalement non verbale où tout se passe par le regard et le toucher.

Ceci demande à l'adulte de développer d'une part l'écoute de sa disponibilité à lui-même et d'autre part l'écoute des limites et des besoins du bébé ou du jeune enfant.

Ces massages peuvent devenir dès lors des moments de communion entre l'adulte et le bébé ou le jeune enfant.

De là peuvent naître une véritable chaleur humaine et une relation intense dans un climat d'amour et de sécurité.

Ces massages, pour les jeunes mamans, peuvent être la découverte de leur bébé dans une dimension encore plus profonde ou des retrouvailles avec leur instinct maternel endormi ou perdu avec la vie du passé.



## OBJECTIFS DES SESSIONS DE SENSIBILISATION

---

- apporter une structure dans le déroulement possible d'une séance donnée à un bébé ou à un enfant
- favoriser le climat de communication entre l'adulte et le bébé ou l'enfant
- passer un moment agréable et privilégié avec le bébé ou l'enfant.

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

---

- Développer des outils pour accéder et amplifier sa disponibilité à soi-même (présence, ancrage)
- Découvrir sur soi tous les mouvements de massage et éveiller sa conscience sur les apports de ceux-ci
- Amener l'élève à acquérir des états d'Etre adaptés en fonction des besoins de l'enfant (calme, doux, tonique, ferme ...)
- Acquérir la précision des mouvements de massage
- Prendre connaissance de la symbolique des différentes parties du corps
- Décoder la spécificité des mouvements appris en cas de traitements nécessaires chez l'enfant ou le bébé (diarrhée, constipation, rhume...)
- Structurer une séance de massage

## PUBLIC CONCERNÉ PAR LA SENSIBILISATION OU LA FORMATION

---

Les sessions de sensibilisation ou la formation en Shantala s'adresse autant au public familial (parents, grand parents) qu'au public professionnel ( pédiatres, kiné post-natal, infirmières, logopèdes, psycho-motriciennes, ergo-thérapeutes, puéricultrices, instituteurs (-trices) étant en contact avec des enfants.

Tout enfant de constitution saine ou handicapée ou bébés prématurés peuvent être massés.



**Christiane Pallen**

Institutrice maternelle depuis 1981, elle découvre le Massage Synergétique® en 1995. C'est pour elle, d'une part, le début d'un parcours de développement personnel, et d'autre part, les joies de découvrir un nouveau loisir, de nouvelles rencontres et de nouvelles qualités d'échange dans ses relations. Elle participe ainsi pendant deux ans, avec passion et assiduité, aux formations de Réflexologie plantaire, de Drainage lymphatique et du Shantala,

qu'elle enseigne depuis 12 ans au sein du Centre Ressourcements.

En 2000, elle s'élance dans la toute première formation en Thérapie Psycho-Corporelle Evolutive® donnée par Joëlle Thirionet et devient Praticienne certifiée en TPCE® en 2004 après un long et intense parcours à la découverte des profondeurs de son être. Cette formation l'amène encore à amplifier sa qualité de vie personnelle et à bénéficier d'outils complémentaires pour sa pratique tant dans ses formations de massage que dans ses consultations.

---

**ATELIERS MENSUELS EN SHANTALA**

Pour permettre aux personnes de se familiariser tout en douceur avec le Shantala. Un dimanche par mois de 10h30 à 12h.

---

**LA FORMATION EN SHANTALA**

La formation comprend 20 heures de cours collectifs entre adultes et 4 heures de pratique avec les enfants.

Les 20 premières heures de cours sont consacrées aux apprentissages théoriques et pratiques.

Les révisions de ces apprentissages se feront au cours des 4 heures de pratique sur les enfants où le participant vient accompagné d'un enfant d'un bébé.

Pour pouvoir bénéficier d'une certification, les participants doivent présenter un testing.

Conditions requises pour passer le testing de certification :

- avoir suivi les 20h de cours collectifs entre adultes et les 4h de pratique avec les enfants
- avoir rempli un contrat de 5 séances de massage donnés et de 5 massages reçus, soit en collaboration avec les participants du groupe, soit avec des personnes extérieures.

Le participant obtient sa certification à condition d'avoir réussi son testing théorique et pratique.

La durée du testing est de 2h et s'élève à 80 euros

A l'issue de chacune de ces étapes, le participant devient praticien certifié en Massage Shanatala par le centre Ressourcements.

---

**DATES ET PRIX**

**Ateliers mensuels de Shantala (10 €/adulte/atelier)**

Dimanche 2 octobre 2011 de 10h30 à 12h

Dimanche 13 novembre 2011 de 10h30 à 12h

Dimanche 11 décembre 2011 de 10h30 à 12h

**Formation professionnelle certifiante : 24h**

*Session d'automne*

5 vendredis de 18h30 à 22h30 : 14, 21 et 28/10/11 ; 18 et 25/11/11 (entre adultes)

2 vendredis de 18h30 à 20h, 2 et 9/12/11 (révisions sur les enfants)

Prix : 216 € (testing non-inclus)

**Conférence**

Mar. 27/9/11 à 20h (entrée gratuite - sur réservation)