

Le Massage Sensitif® un outil d'apaisement qui constitue un véritable art de vivre...

Apprendre à respirer, profondément, lentement, en pleine conscience.

Apprendre à se détendre et faire le vide en soi, accéder au lâcher-prise pour prendre du recul, relativiser et mieux gérer le stress.

La libre expression corporelle, ainsi que l'accompagnement de la respiration, l'écoute corporelle et la fluidité du massage permettent de plonger en soi-même, de retrouver des sensations, de se reconstruire et de retrouver un équilibre corps/esprit.



FFMBE
Fédération Française du Massage Bien-être
www.ffmbe.fr



Infomeca
Institut de Formation au Massage Sensitif®
et à la méthode Camilli®
www.massagesensitif.tm.fr

Calendrier des ateliers
sur le site web : www.sylviebonom.fr

Membre agréé par
L'INFOMECA
Institut de Formation au
Massage Sensitif® et à la Méthode Camilli®
<http://massagesensitif.tm.fr>

Le Massage Sensitif® n'est pas de nature médicale
ou kinésithérapeutique

Sylvie Bonom

Somatothérapeute
en Méthode Camilli®

Praticienne et Formatrice
en Massage Sensitif®



Séances sur rdv à
Grenoble

Tél : 06.18.32.41.99

emergence38@hotmail.fr
www.sylviebonom.fr

Siret : 752 296 483 00015



Massage Sensitif®
Méthode Camilli®

SÉANCES BIEN-ÊTRE
SOMATOTHÉRAPIE
FORMATIONS
ATELIERS



La Méthode Camilli®

Le **Massage Sensitif®** est une approche originale du toucher qui permet à la personne massée de faire l'expérience d'une profonde relaxation et d'éprouver une grande sensation de bien-être physique et psychique.

Le Massage Sensitif® apporte soutien, détente, équilibre intérieur et génère un lâcher-prise. Il contribue à dénouer les blocages physiques, psychiques et émotionnels, à se libérer des tensions, du stress.

Le Massage Sensitif® incite à l'écoute de soi et à l'accueil de ses émotions.

Le Massage Sensitif® se caractérise par une approche progressive, la fluidité des mouvements, l'écoute des rythmes corporels.

Il favorise le dialogue entre le vécu physique et le vécu psychique, il associe l'écoute et la libre expression corporelle.



Le contact particulier du **Toucher Sensitif®** respecte la personne et l'accompagne à son propre rythme.

Le Toucher Sensitif® nourrit, répare et permet d'aller à la rencontre de soi-même et de son inconscient corporel et psychique.

Il permet de développer son sentiment d'exister comme sa capacité à communiquer et à mieux gérer sa vie affective, relationnelle et professionnelle.

Le Massage Sensitif® met l'accent sur la globalité de la personne, c'est un mode de communication par le Toucher.

Relation d'aide et accompagnement par le toucher

Redécouvrir son corps grâce au **Massage Sensitif®**

Le **Massage Sensitif®** se prodigue en séances individuelles :

▶ **Séance Bien-être** pour vivre l'expérience d'une exceptionnelle détente, lâcher le mental, se libérer du stress...

▶ **Séance de Somatothérapie** (Thérapie corporelle) associant écoute verbale et accompagnement corporel pour être soutenu, surmonter une difficulté dans une période critique de sa vie...

Le Massage Sensitif® peut également se vivre en partage lors d'un atelier week-end :

Pour apprendre une technique et accroître ses capacités de communication non verbale.

Aller à la rencontre de soi-même et des autres, en étant tour à tour massé et masseur dans un cadre sécurisé. Développer la confiance en soi...

