



## LES BONNES MESURES D'HYGIENE POUR LE MASSAGE



<b>SOMMAIRE</b>	1
-Avoir les bonnes mesures d'hygiène pour le massage	2
-Se couper les ongles	3
-Masser avec une tenue	3
-L'hygiène de la personne qui reçoit ce massage du visage	3
-On s'installe comment	3

# AVOIR LES BONNES MESURES D'HYGIENE POUR LE MASSAGE

L'hygiène est la base fondamentale pour la personne qui va faire le massage.

L'hygiène n'est pas seulement un respect pour la personne qui reçoit, c'est aussi un respect de vous-même, de votre espace où vous faites ce massage du visage, c'est aussi une protection de votre santé.

De simples gestes nécessaires pour vous mais aussi pour la personne qui reçoit ce massage du visage et idéals pour vous dans la vie de tous les jours.



[45200.ecosystem-partners.fr](http://45200.ecosystem-partners.fr)

Avant et entre chaque personne à masser, lavez-vous correctement les mains avec un Savon surgras. Évitez les savons en morceau qui conservent l'eau, ils restent humides et gardent les microbes.

Après avoir humidifié vos mains, frottez bien le dos de vos mains, entre les doigts, sous les ongles et remonter au niveau des poignets.

Le lavage doit durer 1 minute.

Séchez vos mains avec un papier à usage unique

## SE COUPER LES ONGLES

On ne peut pas dire qu'il y a une tête de l'emploi pour être masseur ou masseuse ! Cependant il y a des mains de l'emploi. Un masseur ou une masseuse doit avoir les ongles coupés à ras. Des ongles longs, outre cela n'est pas être hygiéniques, peuvent blesser la personne qui reçoit.

Il est impossible de bien pratiqué avec des ongles longs.

## MASSER AVEC UNE TENUE

Pour votre confort et l'hygiène du client, il est préférable d'avoir une tenue spécifique pour masser. Choisissez un pantalon souple qui ne bloquera pas vos mouvements, et votre respiration un t-shirt ou un haut à manches courtes.

Le style débardeur est à utiliser sous réserve, il peut ne pas protéger vos aisselles et retenir la sueur.

## L'HYGIENE DE LA PERSONNE QUI REÇOIT CE MASSAGE DU VISAGE

Notre société fait que nous sommes souvent pris par le temps. Vous inviterez la personne (Femmes et hommes) qui recevra ce massage du visage de passer un gant de toilette à température ambiante afin de décongestionner le visage.

Pour une femme, elle prendra le temps de retirer tout maquillage ou crème. Les cheveux seront attachés.

## ON S'INSTALLE COMMENT

Je vous déconseille de vous installer sur votre lit celui-ci étant souple, il ne vous permettra pas de tenir une posture correcte.

La personne qui reçoit ce massage peut être installée sur un petit matelas quant à vous, vous pouvez vous installer sur un coussin placé sous votre fessier voir le dos appuyé.

Vous aurez pris le temps d'aérer votre pièce. Si vous le souhaitez, installer une musique douce et éventuellement quelques huiles essentielles vaporisées dans l'air de votre pièce

Je vous déconseille de disposer des bougies, cela est trop dangereux et votre attention ne sera pas complète pour la personne qui reçoit ce massage.

Instaurer pas forcément une pénombre totale dans un premier temps afin que vous puissiez prendre les repères sur votre carte du visage.

Au fil du temps et de votre pratique, vous n'aurez plus besoin de cette carte.