

REBOZO, UN SOIN FÉMININ

Le rebozo est une écharpe courte venue du Mexique et qui suit les femmes dans leur quotidien (portage des bébés, foulard, panier ...). Elle a donné son nom au soin et aux techniques faites avec elle.

Virginie a été au Mexique étudier le rebozo avec des sages-femmes traditionnelles. Sur place, elle a pu toucher sa puissance, sa profondeur et sa douceur. Et aussi découvert un ensemble de techniques qui se pratiquent seule, et qui procurent beaucoup de détente, notamment pendant la grossesse.

Ce soin féminin se donne dès la puberté sans limite d'âge. Il se pratique après



■ Une écharpe très douce

une naissance mais aussi pour marquer des étapes de la vie, en rapport avec la féminité ou simplement des passages, des changements, des évolutions. Traditionnellement, c'est un moment où l'on « prend soin » de la femme après un accouchement.

Celle-ci vient avec une intention qui lui

est propre : « Ce sera la tonalité qu'elle va donner au soin et avec laquelle nous allons travailler. Pour donner le soin il faut être deux pour une femme qui le reçoit. Il est constitué de trois étapes majeures ; le massage bien-être aux huiles, à quatre mains, puis le temps de montée en chaleur, puis l'enveloppement/serrage du corps. Les praticiennes s'attachent à s'adapter à la personne et surtout à respecter son rythme. »

Cette bulle hors du temps dure 2h30.

CARNET D'ADRESSES

Formations au Rebozo :

06 86 50 85 59

rebozo.infos.inscriptions@gmail.com,

www.rebozoaufeminin.fr