**Massage du visage**

Ces massages peuvent se faire lorsque la personne est couchée sur le dos ou sur le côté ou assise dans un fauteuil, dans une baignoire. Vous pouvez vous mettre derrière elle , lui servir de dossier lorsqu'elle est assise sur un tabouret ou une chaise. Vous pouvez vous mettre à ses côtés.

Le massage du visage se fait en règle générale sans produit sauf si la peau est très sèche et que vous avez peur de faire mal. Ayez des gestes délicats tout en évitant de chatouiller.

1. Pensez à bien installer la personne pour que la nuque soit bien posée
2. Faites quelques pattes de chat sur les épaules pour favoriser la détente.
3. Commencez par des manoeuvres de base en remontant plusieurs fois sur les côtés pour poser vos mains sur le front.
4. Lissez ensuite le front avec les pouces après avoir massé la zone entre les sourcils
5. Cherchez à lisser et peindre le visage avec vos doigts comme si vous cherchiez à recouvrir tout le visage de peinture, en alternant le pouce et l'index, l'autre doigt toujours en contre-appui sur le côté du visage. Faites plusieurs fois ce massage du front en direction du menton
6. Effectuez ensuite des gestes de massage avec les pouces sur le menton et la maxillaire inférieure, majeur et annulaire en contre-appui sous le menton^
7. Massez ensuite les deux côtés du visage avec index et majeur, détendez la zone de l'articulation de la mâchoire et poursuivez en massant progressivement le visage en direction des tempes sur lesquelles vous pouvez passer quelques instants
8. Massez toujours avec deux doigts le contour de l'oreille, tentez de "dérouler" le pavillon de l'oreille tout en douceur. Ne revenez plus sur le visage avec vos doigts qui sont chargés de sébumSi la personne l'apprécie, massez la tête comme si vous faisiez un shampooing
9. Effectuez quelques manœuvres de base avec vos avant bras.

Terminez avec quelques gestes dans les cheveux comme pour les peigner, sortez très progressivement de ce massage

Lissez le front depuis la racine du nez jusqu'au haut de la tête peut être un geste unique. C'est très calmant.