

# Le massage félin

## Apprendre les bons gestes



C'est une blague ! s'exclament les uns, n'ayant encore jamais croisé un masseur félin de leur vie. Massage et caresses, c'est du pareil au même, assurent les autres, croyant savoir masser leur chat. La technique requiert une tout autre expertise, comme l'explique Sandrine Martinat, dont le métier s'intitule masseuse-canin et félin. Dans cet article, elle nous explique les bons gestes et les bienfaits que cela procure au chat. *Le massage félin*, et si on osait ? encourage-t-elle. Suivez-la.



Tigrou, la mascotte de Sandrine

canin mais NOS CHATS ? Car oui, le massage peut s'appliquer à tous les animaux et notre chat n'en est pas exclu.

### Qu'est-ce que le massage et pourquoi masser son chat ? \*

Le massage est l'application d'un ensemble de techniques manuelles qui visent le mieux-être des personnes grâce à l'exécution de mouvements des mains sur les différents tissus vivants (peau, ligaments, muscles). Le massage permet une amélioration de la santé tant le bien-être physique que psychique. (*source Wikipédia*).

Le massage par son toucher précis et mesuré va permettre de :

- Relaxer votre animal par la libération d'endorphines dans le corps
- Améliorer la circulation sanguine et lymphatique
- Accompagner votre chat tout au long de sa vie et l'aider à mieux vieillir.

### Quelles zones ?

Le plus important est surtout qu'il favorise et renforce la relation particulière que vous avez avec votre animal. Ainsi en le touchant, vous allez sentir votre chat sous vos doigts. Quelles sont ses zones les plus douces ? Y-a-t-il des zones plus chaudes ? plus froides ? quelles sont les réactions de votre chat quand vous lui touchez la tête, le cou, le dos, les pattes ? Qu'apprécie-t-il le plus ? et a contrario, que déteste-t-il ?

Le massage concerne TOUS les chats (jeunes, vieux, d'appartement...). Les chats seniors seront plus enclins à apprécier les touchers. Un jeune chat en pleine forme n'éprouvera pas le même besoin qu'un chat ayant quelques raideurs en raison de son âge avancé.

Cependant plus tôt vous habituez votre

chat à accepter votre toucher, plus il sera facile de le masser au fil des ans.

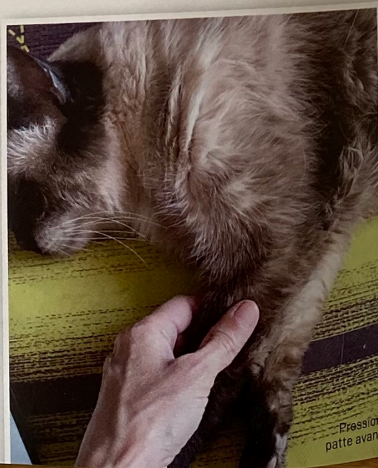
### Quand et comment masser son chat ?

Quand est la plus grande inconnue de notre équation !

En tant que masseuse, quand on m'appelle pour masser un chien, c'est assez facile car le chien est là, présent dans la maison, et si la phase de contact est plus ou moins longue, le chien va se poser plus facilement pour sa séance. Séance de massage qui peut varier entre 20 et 45 minutes en moyenne suivant la taille du canidé.

Mais le chat ? Le petit roi de la maison. Qui rentre, sort, dort, grignote, celui qui veut être sur vos genoux mais en aucun cas être touché ou se cache sous le lit dès qu'il entend la sonnette... Difficile de prendre rendez-vous pour votre compagnon à poils et d'être certain qu'il sera dans de bonnes conditions pour une séance de massage qui dure en moyenne 10 minutes !

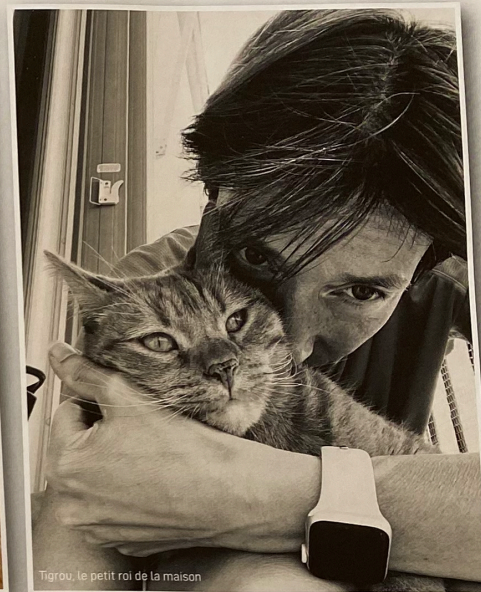
J'ai dans mes clients, un vieux chat malade. Lorsque j'arrive chez lui, il se met automatiquement sur la table pour sa séance et se lève pour me signifier que c'est bon, la séance est finie. Je vous accorde que c'est une exception et que les



Pression patte avant



Petits cercles sur la tête



Tigrou, le petit roi de la maison

chats que je masse moi-même sont peu nombreux. Ce sont des chats qui sont âgés, sédentaires, ont des soucis de surpoids ou parce que leurs humains veulent le bien-être de leurs matous mais ne se sentent pas de les masser eux-mêmes.

Je conseille donc de vous former aux gestes de massage pour en faire profiter votre chat car vous connaissez ses habitudes, vous savez quand il veut manger, sortir, jouer ou demande de l'attention. Enfin vous lisez en votre chat comme dans un livre ouvert, vous savez quand il peut être massé ! Mais vous ? Vous êtes le masseur, vous devez être dans les meilleures conditions pour ce moment de partage. Si vous êtes stressé, votre chat le sentira et refusera le massage. Donc adieu les soucis de la journée, on se met dans un environnement calme, sans éléments perturbateurs (adieu portable, famille, travail, jouets, nourriture...), on ne pense à rien d'autre que le plaisir de se retrouver avec son félin. Vous êtes à l'aise dans vos vêtements et dans votre tête, vous respirez calmement et en conscience.

Sur une table, sur vos genoux, à côté de vous... peu importe l'endroit où se trouve votre chat, tant que vous êtes à l'aise dans vos mouvements. Vous masserez

les parties du corps que votre chat vous présente. Et vous pouvez le masser TOUS les jours, s'il le veut. Vous êtes prêt ?

### Déroulement d'une séance

D'abord, vous signifiez à votre chat que vous allez le masser en le saluant et en lui présentant votre main. Puis vous allez respirer 3 fois profondément et lentement, apposer vos mains sur lui pour une prise de contact avant de commencer les techniques que vous aurez préalablement apprises lors de l'initiation.


### UN COMPLÉMENT BIEN-ÊTRE

Le massage ne remplacera JAMAIS les soins de votre vétérinaire qui est l'unique interlocuteur dans la santé de votre chat. Le massage est uniquement un complément bien-être.

Aussi si vous ressentez une boule que vous n'aviez pas détectée, que votre chat vous signifie une douleur, un mal-être, il est primordial de le surveiller, de ne pas le masser car vous pourriez empirer la situation, et de l'emmener chez votre vétérinaire.

Les techniques sont multiples et simples (effleurage, lissage, petits cercles, malaxage, grattage...) et vont concerner les différentes parties du corps. A chaque zone, ses techniques.

Le massage doit se faire en pleine conscience et très souvent au début, le masseur travaille en apnée tellement il se concentre sur le geste à effectuer mais rassurez-vous, la respiration s'acquiert au fur et à mesure de l'apprentissage. Les gestes sont doux, sans être trop appuyés donc vous ne pouvez pas blesser votre chat.

Patience et persévérance sont les maîtres-mots pour masser son chat. Au départ, cela durera peut-être 2 minutes et vous ne réaliserez que quelques touchers sur la tête. Pas grave ! Petit à petit vous allez parfaire vos gestes et votre chat vous laissera faire. Il se peut même que cela devienne une nouvelle habitude et que votre chat vous réclame sa séance ! 

Sandrine Martinat

### Tenté(e) pour vous initier au massage ?

Information séance et initiation de massage Sandrine Martinat - De Bons Poils [www.debonspoils.com](http://www.debonspoils.com) [debonspoils@outlook.fr](mailto:debonspoils@outlook.fr) 0783372833