

► et sa région

Initiative Christine Gros vient de créer « Premier sens », un cabinet de massage itinérant

La pause massage au travail ?

« LE FIL CONDUCTEUR de mon activité, c'est le toucher. À tous les âges de la vie. Et en tous lieux », image Christine Gros.

Juriste de formation, la jeune femme arrivée dans la région, il y a quelques mois, lance une activité de massage « bien-être » qu'elle qualifie d'itinérante. Ce qui lui confère, souligne Christine Gros « un aspect innovant ».

« Je ne suis pas dans le thérapeutique, ni dans le paramédical », précise celle qui s'est formée pour cela à l'IFJS, une école créée par un kinésithérapeute, en 1986.

« Comme juriste, je ne me sentais pas dans mon élément. Dans le cadre d'une reconversion, je me suis formée à l'esthétique pour obtenir un diplôme d'État. Puis j'ai engagé un cursus de praticien en massage bien-être », raconte celle qui a exercé dans le Pas-de-Calais, avant d'arriver en Franche-Comté où elle a créé le cabinet « Premier sens », affilié au réseau « bien-être et compagnie ».

Quel public touche-t-elle ? Le toucher, « ça déclenche dans notre corps des hormones de bien-être », évoque Mme Gros.

Si le côté apaisant d'un massage peut donc concer-

ner tout un chacun, Christine Gros axe son activité autour de trois concepts majeurs.

Le premier est à destination des bébés. Autour de cette thématique, c'est un atelier sur cinq semaines qu'elle propose. « C'est un accompagnement à la parentalité. Afin de renforcer le lien d'attachement entre le parent et son enfant », développe Christine Gros.

À travers cet atelier qui peut-être collectif, elle se propose d'apprendre aux parents les gestes d'un massage shatala d'inspiration indienne. L'atelier est également prétexte à des échanges et intègre le massage de la maman « afin qu'elle aussi reprenne soin d'elle ». Pour Christine Gros, c'est évident : « Il faut savoir prendre soin de soi pour bien s'occuper des autres ».

« Doux mais toniques »

Deuxième public prospecté : les entreprises. Christine Gros défriche un terrain encore vierge. Elle se met à disposition des salariés, des comités d'entreprise ou des dirigeants pour des massages assis. « Des massages très courts, très doux mais très toniques », détaille-t-elle. L'objectif, c'est de lutter contre « les troubles musculo-squelettiques » d'une



■ Christine Gros pratique le massage bien-être.

part, via des massages des cervicales, des bras, des poignets réalisés sur une chaise ergonomique. « Ça prend l'équivalent d'un temps de pause. C'est une réponse aux mauvaises postures et aux gestes répétitifs du quotidien ». « C'est aussi un moyen de lutter contre la fatigue intellectuelle ». Elle espère sensibiliser les chefs d'entreprise à sa démarche :

« C'est une formule de management innovante. C'est du gagnant-gagnant. Ça peut entraîner un cercle vertueux », avance-t-elle.

Enfin, Christine Gros s'adresse aux maisons de retraite. En direction de résidents âgés chez qui le toucher est souvent synonyme de soins uniquement. « Je les aide à renouer avec leurs sens. C'est en musique. Il y a

des senteurs. Ce sont des massages des membres, du visage ». Elle complète sa prestation par des massages assis du personnel de ces établissements lors d'interventions à la journée.

Olivier BOURAS

Contact :
christine.gros@hotmail.fr ou site internet :
www.cabinetpremiersens.fr
Tél. 06.26.30.10.89.