

► et sa région

Éducation Les élèves des classes maternelles de Sainte-Anne apprennent à se poser et à se respecter, grâce à un rituel de massage initié depuis peu.

Se masser pour se poser

« Cela donne une ambiance de vie de classe » constate déjà Marie-Claude Gloriau, la chef d'établissement chargée des classes de primaires et de maternelles à Sainte-Anne.

Les 76 élèves répartis dans les classes maternelles de l'école de Lure mettent en place, depuis quelques semaines seulement, un nouveau rituel. Ils se massent. « Les enfants sont en binômes. Je leur apprend les mouvements. Je montre sur la maîtresse. Cela se passe dans la salle de classe. C'est sur les vêtements. L'enfant demande à son camarade la permission » décrit Christine Gros, la formatrice qui a introduit ce programme MISP (massage in schools program), à destination des 4-12 ans, dans l'établissement luron.

« Ce programme existe depuis 1999 au niveau international. Il est arrivé en France, en 2007. Une cinquantaine d'établissements y adhèrent actuellement » résume Christine Gros.

L'objectif ? « C'est avant tout de permettre aux élèves



■ Christine Gros apprend les bases aux enfants de Sainte-Anne.

Photo DR

d'être bien dans leur corps et dans leur esprit. Cela permet de rentrer plus facilement dans les apprentissages. Les notions fondamentales, c'est le respect, l'écoute de l'autre et cela doit se faire avec beau-

coup de bienveillance » decode Mme Gros.

Concrètement, ce rituel se déroule pour l'heure deux fois par semaine. Il n'est pas obligatoire. « C'est douze minutes de massage » précise-t-elle. Elle s'appuie sur des images très simples de la

vie de tous les jours pour guider les gestes. Le dessin d'un coiffeur, par exemple, permet de conduire un massage du cuir chevelu. « Il faut que chaque enfant s'assure que c'est agréable pour son petit copain. »

Le principe ? Ce program-

me lancé par une Québécoise et une Suédoise vise à déclencher des hormones de bien-être. « Au bout de trois ou quatre semaines, cette hormone, l'ocytocine reste dans le corps » decode Christine Gros.

« Les enseignants voient déjà les retombées. Il y a plus de douceur, de respect ou qui se met en place » estime la directrice de Sainte-Anne qui assure que ces ateliers collent parfaitement avec certains axes du projet d'école. « On souhaite que l'enfant soit acteur de son apprentissage. Cette méthode permet aux petits d'avoir une autre entrée dans la disponibilité d'apprentissage ».

Pour elle, ces massages peuvent être assimilés à un rituel sécurisant. Il offre aux élèves, le temps de se poser. Elle envisage d'ailleurs de monter l'expérience de puissance. À destination des classes de primaire. « Certains parents viennent me voir. Ils constatent que les enfants exportent le concept dans la cellule familiale. Ils partagent... » se réjouit Christine Gros.

Olivier BOURAS