



# Le journal du Brain Gym

**BRAIN GYM**<sup>®</sup>  
France

N°16- Hiver 2007

3€

Chers amis lecteurs,

L'année se termine et nous sommes ravis de vous proposer ce quatrième et dernier numéro de 2007.

Nous félicitons les nouveaux auteurs qui nous ont rejoint au cours de ces dernières éditions. Merci à tous ceux qui écrivent, corrigent, dessinent, créent et inspirent ces parutions.

De nouvelles idées, rubriques et suggestions nous parviennent chaque trimestre, stimulant ainsi la conception de chaque numéro.

Cette créativité est une belle récompense.

Nous sommes heureux de voir l'Éducation Kinesthésique prendre une place de plus en plus importante dans des domaines de plus en plus variés, qu'ils soient scolaires, professionnels ou de loisirs.

De belles perspectives pour 2008!!

Pour nous accompagner dans ces nombreux projets, notre cousine *Brain Gym Belgium* vient de voir le jour en Belgique. Nous souhaitons à ses créateurs plein de belles réussites kinesthésiques.

Ce numéro clôturant l'année 2007, vous trouverez le bulletin d'adhésion 2008 accompagnant ce journal.

Nous souhaitons vivement poursuivre cette aventure avec vous, c'est pourquoi nous comptons sur votre soutien.

Très belles fêtes de fin d'année à tous.

## **Calendrier BGF**

Prochaine AG : 6 juin 2008

Congrès BGF : 6 juin 2008

Les 7 dimensions de l'intelligence avec

Paul Dennison : 31 mai au 4 juin 2008

Apprendre avec tout son potentiel avec Paul

Dennison : 7 et 8 juin 2008

Prochains CA : ? janvier, 8 mars au soir et 6 juin après l'AG.

## MENU

Qu'attendons-nous tous du journal du Brain Gym	3
« Ça se passe près de chez vous »... en Belgique...	4
Petite expérience à partager	5
Cinq mouvements de Brain Gym en chanson	6
Plaisir d'apprendre la musique	7
C'est bientôt Noël	8
Formation en Brain Gym en Vendée	9
Roue en couleurs et en mots	10
Témoignage	11
Mon livre de chevet du moment	11
Étude de cas	12
Brain Gym et projet éducatif local	13
Nouvelles glanées	14
Les adresses	15

## L'ASSOCIATION BRAIN GYM FRANCE

L'association Brain Gym France réunit trois types de membres :

1. Les membres **sympathisants** s'intéressent à l'Éducation Kinesthésique. Ils peuvent à leur demande figurer sur la liste des étudiants en Éducation Kinesthésique.

**Sympathisant classique** : 10€ ; reçoit le journal de l'association – 4 numéros par an et tous les courriers de l'association par la Poste de manière classique.

**Sympathisant internet** : 5€ ; reçoit le journal de l'association – 4 numéros par an et tous les courriers de l'association par courriel (email), via internet. Charge à vous de les imprimer chez vous si vous le souhaitez. Les courriers et journaux sont envoyés au format Acrobat (pdf).

2. Les membres **consultants** sont des professionnels de l'Éducation Kinesthésique, **ils la pratiquent en individuel**.
3. Les membres **instructeurs-consultants pratiquent l'Éducation Kinesthésique en individuel et l'enseignement**. Tous suivent un code déontologique. Les consultants-instructeurs qui adhèrent à notre association suivent les programmes internationaux en vigueur et un programme de formation continue.

Vous former auprès d'eux est la garantie d'une formation reconnue au niveau international.

Ce que nous proposons pour tous nos membres :

- Une liste des instructeurs et consultants.
- Une rencontre annuelle.
- Un journal trimestriel.
- Un site internet : [www.braingymfrance.org](http://www.braingymfrance.org)

Le but premier de l'association est de développer et faire connaître l'Éducation Kinesthésique, tout en réunissant professionnels de la méthode, professionnels de l'éducation et grand public.

## L'Éducation Kinesthésique®/Brain Gym®

L'Éducation Kinesthésique est une approche qui se propose de stimuler nos compétences par des activités :

- artistiques (crayonnage en miroir, dessin, jeux de rôle) ;
- éveil et expression corporelle (danse, musique, coordination, motricité) ;
- mouvements de **Brain Gym®** pour améliorer l'apprentissage (enfants à l'école, travail au bureau...) ;
- visuelles (mouvements de *Gym Visuelle* très efficaces devant l'ordinateur et pour conserver une vision saine) ;
- de développement personnel (réflexes archaïques et posturaux) ;
- gestion du stress et des tensions.

L'Éducation Kinesthésique s'appuie sur des travaux entrepris depuis des décennies sous la direction de **Paul Dennison** (USA), docteur en sciences de l'éducation, et de sa femme **Gail** (danseuse et artiste).

Nos influences sont nombreuses :

- Danse, gymnastique douce, technique Alexander, yoga...
- Shiatsu, énergétique chinoise
- Technique crânio-sacrée, *Touch For Health*
- Pédagogie (M. Montessori, A. Gesell...)
- L'intégration sensorielle de J. Ayres
- La théorie des intelligences multiples de H. Gardner
- L'optométrie comportementale (visiologie) et la méthode Bates
- Développement des réflexes archaïques et posturaux (S. Masgutova)

L'Éducation Kinesthésique est une approche *éducative* théorique et pratique qui se propose d'aider chacun à explorer sa manière d'apprendre et à se développer. Elle se focalise sur le potentiel de la personne en utilisant le meilleur enseignant : le mouvement (*kinesthésie*).

## Définition

Éducation : mise en œuvre des moyens propres à assurer la formation et le développement d'un être humain (Petit Robert 1979).

Kinesthésique : qui se rapporte à la kinesthésie (le sens du mouvement) : sensation interne du mouvement des parties du corps assurées par le sens musculaire (sensibilité profonde des muscles - proprioception), par la vision et par l'oreille interne (équilibre, labyrinthe).

L'Éducation Kinesthésique est donc une approche éducative qui utilise des mouvements et des activités motrices et artistiques pour développer notre potentiel.

## Un réseau de qualité

Un des objectifs de l'association *Brain Gym France* est de développer un réseau de qualité dans l'enseignement et la pratique de l'Éducation Kinesthésique/Brain Gym®, de faire respecter le code déontologique de la profession et de représenter officiellement l'Éducation Kinesthésique sur le territoire français.

# Qu'attendons-nous tous du journal du Brain Gym ?

## Des échanges !

Nous avons tous dans la tête des choses pour nourrir cet échange, que ce soit un ressenti lors d'un stage ou d'une séance, un compte-rendu de séance individuelle, une idée venue d'une discussion ou d'une réflexion, des changements dans votre travail avec l'apport du Brain Gym, des observations lors d'atelier, des ressentis de personnes participant à vos ateliers ou ayant fait une séance individuelle avec vous, et bien sur des illustrations ( amis créatifs et dessinateurs merci de vous faire connaître pour continuer à rendre le journal encore plus vivant), des histoires pour enfants, des photos, ou quelques lignes sur des livres que vous avez lus bref tout ce qui fait le journal.

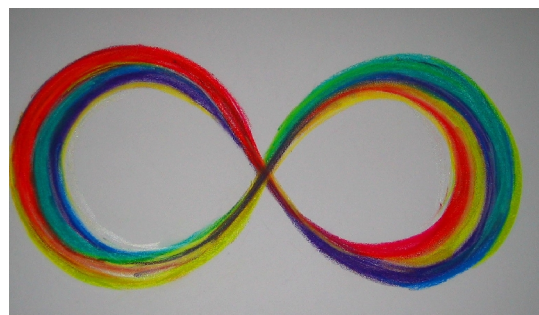
Que vous soyez sympathisants, débutants ou confirmés tant dans l'écriture, le dessin, la photo... que dans le Brain Gym, n'hésitez plus à écrire et à contribuer à l'élaboration du journal. Même les idées, les expériences qui vous paraissent les plus simples sont enrichissantes pour tous. Et si vous êtes victime de la peur de la page blanche, envoyez nous vos idées que nous pourrions retranscrire.

Dans l'attente de vous lire à l'adresse [secretariat@braingymfrance.org](mailto:secretariat@braingymfrance.org),  
ou alors par courrier :  
Marie Bisson, 22 place St Jacques, 50310 Montebourg.

Nous vous laissons à vos plumes ou claviers...

« Si tu as une pomme, que j'ai une pomme, et que l'on échange nos pommes, nous aurons chacun une pomme. Mais si tu as une idée, que j'ai une idée et que l'on échange nos idées, nous aurons chacun deux idées. »

**George Bernard Shaw** (1856-1950)



# « Ça se passe près de chez vous »... en Belgique

L'équipe de rédaction et de conception de *Brain Gym Belgium*



Un beau rêve s'est enfin réalisé ...

C'est avec grand plaisir que nous vous annonçons la naissance de « *Brain Gym® Belgium, asbl* », cousine germaine de *Brain Gym® France* !

Brain Gym Belgium  
Rue Gery Everaerts, 10  
B- 1300 LIMAL  
info@braingymbelgium.be  
ING 340-0253472-49

Venez découvrir notre association sur le site en construction [www.braingymbelgium.be](http://www.braingymbelgium.be) !

Bonne nouvelle donc pour les Belges : vous pouvez dès à présent vous abonner au Journal du Brain Gym via le compte de BGB ! Les Belges abonnés à ce journal via l'asbl BGB pourront recevoir leur abonnement, soit en version électronique, soit en version papier. **Les néerlandophones et les germanophones bénéficieront en outre d'une traduction partielle des articles du journal.**

Trois options d'abonnement vous sont proposées :

- abonnement au journal seul
  - version électronique : 15€ (A)
  - version papier : 35€ (B)

- abonnement avec affiliation comme membre adhérent (bénéficie d'une réduction sur le prix des activités proposées par BGB – à consulter sur le site)

→ version électronique : 20€ (C)

→ version papier : 40€ (D)

- abonnement avec affiliation comme membre effectif (réservée aux instructeurs BG qui peuvent alors participer aux AG de l'asbl, être repris dans la liste des professionnels diffusée sur le site BGB, bénéficiant d'une réduction sur le prix des activités organisées par BGB et sur le prix des supports pédagogiques créés par BGB)\*

→ version électronique : 50€ (E)

→ version papier : 70€ (F)

## Comment vous abonner ?

C'est simple ! Vous procédez au versement du montant de votre abonnement sur le compte 340-0253472-49 de BGB, en précisant dans votre communication la lettre correspondant à l'option choisie, (de A à F) Et votre nom ainsi que l'adresse électronique ou postale à laquelle le journal sera envoyé.

Un grand MERCI à *Brain Gym France* de promouvoir la collaboration entre nos deux associations, qui se concrétise dès à présent par la participation de BGB à la rédaction de ce beau journal !

# Petite expérience à partager ...

Par Marie-Anne SAIVE  
Consultante et instructrice en Éducation Kinesthésique

## Allume ton étoile !



La période des fêtes m'inspire pour partager avec vous une très belle expérience.

Dans le cadre d'une semaine de sensibilisation au respect et à la bientraitance organisée par une école élémentaire, j'ai été sollicitée pour animer de courts ateliers de Brain Gym dans chacune des classes maternelles et primaires. Je disposais de 45 minutes par classe.

J'ai orienté l'atelier sur l'écoute et le respect de soi afin que chacun (re)trouve l'étoile qui l'habite et puisse communiquer plus aisément avec les autres.

J'ai pris le temps de faire ressentir aux enfants combien leur structure ressemblait à une étoile. Debout, jambes écartées, bras écartés vers le haut, les enfants vivaient l'étoile à cinq branches.

Nous avons respiré par le centre de notre étoile (*respiration abdominale*) et avons partagé les situations où nous ressentons notre étoile briller : moments de plaisir, de joie, de bonheur, d'exploit...

Nous avons aussi exploré les moments où nous sentons notre étoile se ternir et avons découvert les grandes émotions de base : la tristesse, la peur, la colère, le doute de soi...

Et j'ai présenté l'ECAP comme un outil de prédilection pour « allumer mon étoile ».

★ La *respiration abdominale*, pour être en contact

avec ma force vitale, le centre de mon étoile.

- ★ *Boire de l'eau*, pour que cette belle force vitale coule partout dans mon corps et qu'elle soit prête à jouer, circuler librement dans mon étoile pour en allumer chacune des branches.
- ★ Tenir les *points du cerveau*, pour que la lumière de mon étoile soit claire et brillante.
- ★ Faire des *mouvements croisés*, pour être prêt(e) à aller vers les autres, à communiquer avec eux, à découvrir leur étoile.
- ★ Respirer calmement en *contacts croisés* pour sentir que mon étoile peut rester allumée en toutes circonstances.

Et puis, j'ai pris ma guitare et nous sommes allés, en chantant à la rencontre des émotions qui parfois nous chavirent... en sachant, qu'avec les mouvements de Brain Gym qui nous aident à garder notre étoile bien présente, cette rencontre est beaucoup plus facile.

Voir la chanson sur la page suivante

J'ai été très touchée par les nombreuses réactions des enfants.

Un garçon de neuf ans est venu vers moi à la fin de l'animation. Il a serré très fort mon bras. Son visage était lumineux, ses yeux brillaient intensément et il m'a dit : « *Je le savais moi, je le savais qu'elle était là !!!* »

Quel cadeau !

Que votre journée soit « belle et branchée » !

Meilleurs vœux à tous...

...Et A très bientôt pour d'autres nouvelles belges !

Agnès, Anne, Dominique, Lena, Liselotte, Marie-Anne, Martine, Muriel, Osa, Sonja, Véro et Vinciane.

# Cinq mouvements de Brain Gym en chanson...

Sur un air de Jo Akepsimas

## *Refrain :*

Il y a une étoile  
Dans l'enfant que nous sommes.  
Fais briller ton étoile  
Là en toi, petit bonhomme.  
*(respiration abdominale)*



1

Si ta tristesse est profonde  
Comme un trou noir où tu tombes,  
Vois la lumière de l'étoile,  
Colorer l'eau de tes larmes.  
*(boire de l'eau)*



2

Si la peur te menace  
Comme un gros ogre tenace,  
Fais briller ton étoile,  
Tu verras, l'ogre détale !  
*(tenir les points du cerveau)*



3

Si ta colère est bouillante  
Comme un' marmite fumante,  
Allum' plutôt ton étoile  
Pour trouver les mots qui parlent.  
*(faire des mouvements croisés)*



4.

Si tu crois que ta lumière  
Brill' moins que cell' de ton frère,  
C'est que l'étoil' qui te garde  
Attend que tu la regardes...  
*(respirer calmement en contacts croisés)*





# Plaisir d'apprendre la musique

Par Luana LECUT

Bonjour,

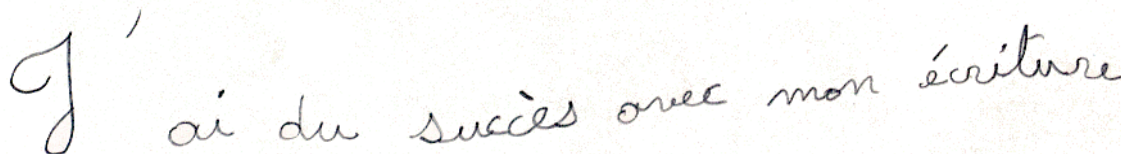
Je m'appelle Luana, j'ai 11 ans et je fais du Brain Gym avec ma maman qui est consultante. J'ai fait plusieurs équilibrages et à chaque fois j'étais très contente.

Voici ma 1<sup>ère</sup> expérience :

Lorsque j'avais 8 ans, j'étais désolée car je détestais mon écriture et je rêvais d'écrire comme les grands. Comme ça me rendait vraiment triste, Maman m'a proposé de m'aider avec le Brain Gym.

Elle m'a expliqué comment choisir mon objectif et ce que je voulais le plus, c'était « J'ai du succès avec mon écriture. »

J'ai écrit mon objectif sur une feuille. Voilà le résultat, c'était horrible :

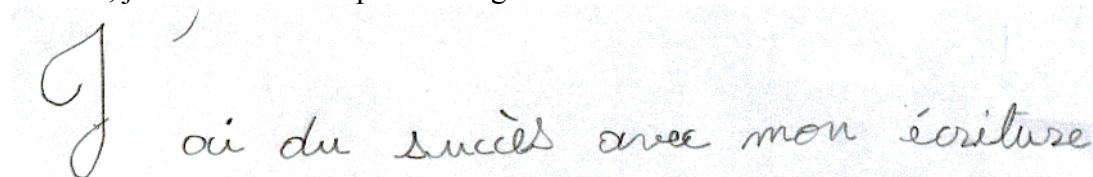


J'ai du succès avec mon écriture

Alors j'ai dû faire des exercices, des huit couchés, allongée sur le dos, avec les genoux et les bras en direction opposée.

Et puis encore des huit couchés, cette fois sur une feuille de papier.

Après les exercices, j'ai écrit la même phrase. Regardez comme c'était mieux :



J'ai du succès avec mon écriture

J'avais enfin réussi à écrire droit, sans m'appuyer sur une ligne, comme les adultes !

J'étais très fière. Alors ça m'a encouragée à faire mes exercices tous les jours pendant 3 semaines : des 8 couchés, du *crayonnage en miroir* et du *mouvement croisé*.

Pour m'aider, Maman a imprimé les 3 mouvements sur une feuille et je l'ai accrochée à côté de ma porte de chambre.

Depuis ce temps là, je n'ai plus jamais eu de souci avec mon écriture.

# C'est bientôt Noël

Par Marie BISSON  
Consultante et Éducation Kinesthésique

C'est bien connu le Père Noël réalise des prouesses la nuit de Noël.

Cette année il a décidé de nous dévoiler un des secrets de son efficacité. Et aussi le déroulement d'une nuit de Noël...

Pour être en pleine forme, il fait un peu d'exercice : haut les genoux et des torsions. Puis il charge son traîneau (mouvements croisés pour atteindre) quand tout à coup il voit un cadeau qui n'a pas de paquet : le robot ! Il regarde alors la pendule (tic-tac), il va bientôt être l'heure du grand départ. Vite du papier et des ciseaux et voilà tous les cadeaux sont en place pour être distribués aux enfants.

Le Père Noël dit au revoir aux lutins qui ont bien travaillé, ils profitent maintenant de leur début de vacances en jouant à la marelle, en sautillant, en patinant et d'autre encore jouent à marcher sur une poutre. Ils font tous une pause pour regarder le Père Noël s'envoler (X volant).

A son départ, il croise une colonie de pingouins, et juste avant de se poser près d'une maison, il aperçoit un chat qui se promène. Alors sur la pointe des pieds, il monte à l'échelle et marche comme un funambule sur le toit, il ne faut surtout pas faire de bruit ! Dans cette maison, il dépose une poupée de son pour Juliette et un lion en peluche pour le bébé Valentin. Tout le monde semble dormir mais le Père Noël a entendu du bruit juste à côté, il veut rester discret et décide donc d'aller à pas glissés voir ce que c'est. Il découvre sur le piano, le métronome qui est resté allumé, il le range et reprend son voyage.

Entre deux arrêts, il passe au dessus d'un moulin à vent, aperçoit des singes, il voit des grenouilles au bord d'un étang mais aussi d'autres dans l'étang en train de nager (nageur).

Le Père Noël a fini sa distribution, il est passé dans toutes les maisons, il rentre donc raconter aux lutins sa grande nuit de Noël. Quand il arrive, il trouve un mot sur la porte : « Nous sommes partis à la grande fête des lutins faire une grande marche, du cross contry et de la course (le coureur). A demain.»

Le Père Noël décide donc d'aller se reposer. Pour être bien détendu il étire ses bras en faisant des cercles tout en marchant un peu (les cercles) puis se glisse dans son lit pour une bonne nuit pendant que les enfants découvrent leurs cadeaux !



# Formation en Brain Gym en Vendée

Céline IMARI

Consultante et instructrice en Éducation Kinesthésique

L'année 2007 est une année riche de surprises et d'opportunités pour moi. Revenue dans l'ouest depuis deux ans, je développe mon activité de consultante et d'enseignante Brain Gym. Le Brain Gym dans la région est peu connu, peut être un peu plus sur Nantes, mais les Pays de Loire s'ouvrent et c'est tant mieux !!

Aujourd'hui, grâce à d'heureuses rencontres, je propose des formations aux 26 mouvements de BG, pour les professeurs des écoles de Vendée.

Retour en arrière, janvier 2007, je suis contactée par M., étudiante au CFP de la Roche sur Yon (Centre de Formation Professeur des Ecoles). Le sujet de son mémoire est « Comment canaliser les énergies des enfants dans une classe ». Elle connaissait déjà le BG pour l'avoir vu pratiqué dans des classes suédoises, lors d'un voyage d'études. Du coup nous nous rencontrons pour discuter de l'éducation kinesthésique et de son application sur un sujet comme le sien!

Deux mois plus tard, j'invite M. à mon stage niveau 1 de BG. Dans le même temps, elle en parle à ses professeurs au centre de formation et ceux-ci sont très intéressés. Ils me contactent et nous discutons assez vite de l'éventualité d'une journée initiation aux BG pour 40 professeurs des écoles en formation ! ... Euh, oui, bien sur, pourquoi pas...

Le nombre m'inquiète un peu, le temps imparti également, mais je trouve l'opportunité très intéressante. A moi de les motiver !

Paul et Tania Landon m'ont déjà donné l'autorisation d'utiliser les images du cours et je me prépare à cette « porte ouverte ».

Sauf que... quelques jours plus tard, Michel P. m'appelle, il est responsable de la formation « Apprendre par cœur, apprendre par corps »... Eh oui, moi aussi, j'ai trouvé leur thème super et plein de promesses. Il est très embêté, un de ses interve-

nants ne peut venir et il doit le remplacer sur trois jours ! Serais-je d'accord pour faire une formation BG pour 20 à 23 étudiants ? Alors là, je suis aux anges : une formation complète niveau 1, un public d'instits et largement le temps pour expérimenter.

Joli mois de mai 2007, les trois jours furent fantastiques pour moi. Notre groupe, 100% féminin, était très dynamique et enthousiaste. Une seule personne sur 23 connaissait déjà le BG. Elles m'ont laissé ma chance, d'autant plus qu'elles venaient toutes pour l'enseignement de quelqu'un d'autre ! Nous nous sommes amusées, et nous avons pu pratiquer tous les exercices en insistant sur le rapport direct avec les situations de travail en classe. Nous avions à notre disposition une salle agréable, beaucoup de lumière et un grand tapis dont nous en avons fait bon usage... Toutes les participantes se sont investies dans ce stage. Le dernier après midi, elles se sont mises en petits groupes (selon les niveaux de classe : cycle 1, 2 et 3) et elles ont pris du temps pour créer une histoire, un jeu, une chanson, afin d'amener les activités de BG en classe. Nous avons donc fini le stage par une séance de partage de leur travail et le résultat était extraordinaire. J'étais tellement contente. Pour preuve, je vous ais choisi deux de leur idées, pour des classes de niveaux différents. Vous m'en direz des nouvelles.

Aujourd'hui je recommence des stages dans le même centre de formation, à raison de trois mercredis sur trois mois. Le premier était la semaine dernière et il laisse déjà présager une excellente dynamique. J'ai eu quelques retours très positifs des premières étudiantes même si le stage avait eu lieu en fin d'année scolaire et j'espère en avoir d'autres.

C'est une formidable expérience !

# Roue en couleurs et en mots

Par Marie Anne SAIVE  
Consultante et instructrice en Éducation Kinesthésique

Inspiration au fil des méridiens. Voici le début d'une série pleine de créativité.  
Crayonnage en miroir à l'appui.



14 avril 2007  
J'ai choisi "Le lien  
libre" pour commencer  
la série  
"L" c'est trois "l"  
Lettre souple et pleine d'espace  
espace large et  
pour autant contenu...  
Le lien suffisamment ouvert  
pour pouvoir rayonner...  
libre pour garder l'ouverture  
sans crainte l'abandon...

# Témoignage

Je vous livre ce message d'une amie enseignante. Il est intéressant et nous montre combien ces mouvements de Brain Gym sont riches et puissants. A quand des modules de Brain Gym dans les IUFM ? En espérant que vous aurez une place pour ce témoignage.

**Témoignage de Mme C. ,Professeur des écoles titulaire, chargée de remplacements.**

Le type de poste que j'occupe m'oblige à changer d'écoles et de lieu géographique régulièrement, et donc de m'adapter très rapidement aux différents niveaux de classe, (maternelle au Cm2).

Pour ma « santé mentale », j'ai réalisé, au fil des remplacements, que j'avais besoin de "faire du bien" aux élèves avant de commencer les apprentissages (en m'en faisant aussi).

Depuis deux ans, dans les classes où j'arrive, je commence systématiquement par quelques minutes d'étirement et de Brain Gym (mouvements que j'ai appris auprès d'une amie Consultante en Brain Gym) et ça marche !

Ma dernière expérience significative date d'il y a quelques jours. Je remplaçais pour quelques heures

Isabelle HOERMANN  
Consultante en Éducation Kinesthésique

en fin de matinée une collègue dans une classe de CM2 réputée difficile. Je devais terminer de faire copier une poésie et l'expliquer (le chêne et le roseau), ceci un quart d'heure avant la récréation. Je constate que les élèves sont bien peu concentrés, à la limite d'être désagréables. Après la récréation, je reprends donc par quelques mouvements.

Je remarque des ricanements qui se dissipent rapidement. La classe après quelques minutes est prête à travailler ! L'explication de texte se fait avec beaucoup de sérieux et de calme.

Pour les élèves de cette classe par exemple, le broissage des méridiens leur a beaucoup plu.

En se touchant eux-mêmes, ils se procurent un bien-être quasi-immédiat et ils en redemandent ! L'atmosphère de travail devient plus sereine, plus studieuse.

Le casque d'écoute a eu aussi beaucoup de succès.

Évidemment, il est difficile de mesurer l'impact de ces mouvements sur les apprentissages, mais j'ai entendu à 11h 30 les élèves me demander "S'il vous plait, vous pourrez apprendre à notre maîtresse quand elle reviendra, la relaxation, on voudrait continuer, c'est trop bien"...

## Mon livre de chevet du moment

Par Josette Gabriel  
Consultante Étudiante et instructrice en Éducation Kinesthésique

### ***La marche, un mouvement vital***

Nous connaissons tous les bienfaits de la marche et en Brain Gym des mouvements croisés.

Ce livre nous démontre que marcher est l'aboutissement d'un apprentissage long qui nous a préparé, pendant la 1<sup>ère</sup> année de notre vie postnatale, à la conquête de notre verticalité.

Pour beaucoup d'entre nous, l'apprentissage de la marche a sauté quelques étapes, mêmes minimes, ou a été contrarié dans son développement. Ces lacunes peuvent laisser des traces responsables d'une mauvaise gestuelle, voir d'un déséquilibre tant physique que psychique.

L'auteur nous propose de (re)vivre les 12 mouvements archétypaux à travers des exercices progressifs et dans l'ordre dans lequel ils apparaissent dans le développement moteur du bébé. En ce sens c'est vraiment intéressant à mettre en parallèle avec le travail de Svetlana MASGUTOVA sur les réflexes dynamiques et posturaux.

De plus pour chaque mouvement le lien est fait entre éveil nerveux, musculaire, organes/méridiens, sensoriel et éveil de soi, ce qui donne à ce livre et à la pratique proposée, une dimension beaucoup plus large que ce que l'on peut croire (de nombreux exemples de personnes ayant pratiqué ce travail sont là pour vraiment le valider).

Vivre chacun de ces 12 mouvements primitifs est loin d'être facile et suscite des sensations et des émotions inattendues !

J'apprécie également de les reprendre avec les petits enfants pour qui les mouvements croisés sont vraiment difficiles à installer. Ce travail progressif avec eux permet de revivre les différentes étapes progressivement. C'est pour moi une activité complémentaire aux remodelages des réflexes.

Alors, bonne marche à tous !

De Cristina CUOMO  
éditions Daupin (nouvelle édition)

# Étude de cas

Par Claire LECUT

Consultante et instructrice en Éducation Kinesthésique

## ***Chi va piano, va sano....***

LS a passé la quarantaine. Pianiste concertiste de métier, elle est à un tournant de sa vie, tant sur le plan professionnel que privé.

Elle a, depuis sa plus tendre enfance, toujours été brillante, mais se rend compte aujourd'hui à quel point cette nécessité de performance était mue par son désir de plaire à sa mère. De ce fait, LS n'était jamais satisfaite, sans cesse à la recherche du moindre défaut qui aurait pu être amélioré.

Aujourd'hui, LS est fatiguée de ce fonctionnement, de cette insatisfaction permanente et de cette dépendance à l'égard du regard d'autrui.

Lors d'une 1<sup>re</sup> séance, dans le cadre d'un objectif lié à « l'aisance de jouer devant son instrument en se passant de sa partition », le RLD s'est avéré nécessaire.

Au fil des semaines qui ont suivi, elle a expérimenté l'état d'éveil procuré par l'ECAP, et le ressenti de l'intégration hémisphérique.

Lors de la 2<sup>e</sup> séance, elle a affiné son objectif : « En situation de concert, j'ai conscience de moi-même, je m'estime et suis confiante ». Un équilibrage I accompagné d'un travail dans la dimension de la focalisation l'a aidée à progresser dans ce sens : les genoux et le sacrum verrouillés, la vue d'ensemble en mode de repérage. On peut comprendre à ce stade d'où lui venait ce besoin d'être sécurisée par la présence d'une partition sous les yeux, bien que connaissant sa musique par cœur.

Lors de la 3<sup>e</sup> séance, la formulation du nouvel objectif a pris un peu plus de temps, et avec l'aide de la roue de l'objectif, voici ce qu'il devint : « Je suis présente à moi-même et bénéficie pleinement de mes succès. » Ce que LS ne supporte plus, c'est de ne faire aucun cas de tous ses succès et de n'accorder d'importance qu'aux rares petites ombres au tableau.

Un équilibrage de *Brain Gym en profondeur* (7D) accompagné d'une vérification des réflexes archaïques ont mis en évidence un manque d'intégration au niveau des mouvements crâniens, des régulateurs corporels, et de 6 des réflexes archaïques.

La priorité a été donnée aux régulateurs corporels avec un travail dans le domaine émotionnel via un processus réceptif sur le thème de la satisfaction. « Je suis en sécurité et en paix » était en mode de repérage, par rapport à « Je suis en colère et fâchée » en mode automatique. Le moyen de transfor-

mation choisi fut « les contacts croisés » et la ressource choisie dans le temps présent « la sécurité et la paix ressentie avec un bon bouquin dans ma bibliothèque sous une lumière tamisée ».

Au bout de quelques minutes, le point des régulateurs corporels était de nouveau fort. Tout était rentré dans l'ordre, sauf 2 réflexes : celui de l'attachement et le spinal de Galant. C'est le réflexe d'attachement que le corps demanda de réintégrer, ce qui suffit pour renforcer tous les points en mode de repérage en début de séance, ainsi que pour affirmer l'objectif en mode automatique. LS était équilibrée dans le cadre de son objectif et le ressentait avec joie et soulagement. En guise d'exercice à faire chez soi, le corps demanda un des mouvements intégrés : celui du Choix « Je choisis facilement », ce qui résonna fortement en elle.

J'ai choisi de vous faire part de cette étude de cas, car je la trouve intéressante sur plusieurs plans, notamment sur celui de l'évolution des objectifs sur 3 séances :

- se passer d'une partition en jouant
- être en confiance pendant un concert
- être présente à soi-même et bénéficier de ses succès.

Les objectifs sont de plus en plus « intimes » et en profondeur. LS exprimait qu'au fil des séances, elle avait une meilleure conscience de ce vers quoi elle devait travailler, que cela l'aidait à affiner ses besoins car elle développait un meilleur ressenti de sa personne. Cette 3<sup>e</sup> séance n'aurait pas pu avoir lieu lors de notre 1<sup>er</sup> rendez-vous. C'est en quelque sorte une lapalissade mais cela nous rappelle que l'écoute est prioritaire afin de respecter la progression de tout un chacun dans son développement.

Il apparaît ici clairement que « le fruit tombe de l'arbre quand il est mûr » et que l'Éducation Kinesthésique est un outil pour aider la personne à déterminer en elle quel « fruit » est mûr. On peut ainsi considérer chaque équilibrage comme une opportunité d'ôter une « pelure » de l'oignon que nous sommes...

Face à ces considérations potagères, je ne peux qu'une fois de plus ôter mon chapeau devant les apprenants, dont la détermination à changer des choses en eux est source de richesse pour nous tous !

# Brain Gym et projet éducatif local

Josette GABRIEL

Consultante et instructrice en Éducation Kinesthésique

De nombreuses communes proposent aux enfants scolarisés dans les écoles maternelles et primaires de s'initier à des activités variées durant le temps scolaire, périscolaire (matin, midi et soirée) et extrascolaire (mercredi, samedi ou petites vacances) dans le cadre d'un projet éducatif local (PEL) ou d'un contrat éducatif local (CEL).

J'ai souhaité durant cette année scolaire participer au PEL de la ville de Neufchâteau, proche de mon domicile vosgien avec l'activité « Mouvement et Apprentissage ».

J'ai rencontré tout d'abord l'inspecteur de l'Éducation Nationale et les Conseillers Pédagogiques auxquels j'ai confié différentes études faites en milieu scolaire sur le Brain Gym et le livre de Paul Dennison « Apprendre par le mouvement ». Cette rencontre était fondamentale pour avoir l'aval de ma proposition auprès des enseignants et une certaine crédibilité.

Une première réunion regroupant les différents intervenants s'est tenue en mairie avec la participation de représentants de la municipalité et les différentes associations ou personnes souhaitant présenter un projet (sports, musique verte, jardinage bio, initiation à l'opéra... et bien sûr Brain Gym).

Dans un deuxième temps, j'ai contacté les différentes écoles de la ville car pendant le temps scolaire, il est nécessaire de construire un projet avec l'enseignant. Certains ont été intéressés, d'autres avaient déjà des projets construits ou sont restés indifférents à ma proposition si lointaine de leur quotidien !

Mais au final, voici les projets acceptés. Chacun ne peut dépasser 12 heures mais ce n'est déjà pas si mal !

**1 classe de CE1/CE2** : 21 élèves répartis en trois groupes de sept enfants avec une demande centrée sur le graphisme et l'écriture, donc activités de crayonnage en miroir, mouvements de Brain Gym et vision gym, ainsi que d'autres activités complémentaires aux apprentissages fondamentaux de ma compétence de graphopédagogue.

**1 classe de moyenne section/grande section** : 6 élèves choisis par l'institutrice pour des difficultés de comportement en classe (agitation, inhibition, manque de concentration). Je souhaite leur proposer surtout des jeux avec pour base l'intégration des réflexes dynamiques et posturaux.

**1 classe de grande section** : 17 élèves répartis en 2 groupes avec le même type de propositions.

**1 classe de moyenne section/grande section** : avec une demande spécifique de l'institutrice dont le projet de classe pour cette année scolaire est basé sur les 5 sens et la découverte du corps... Quelle aubaine !

Dans cette classe, les 17 élèves de GS participent aux séances. L'institutrice est présente pour reprendre les différentes propositions et les intégrer en classe.

Voici pour le temps scolaire avec des moments d'environ 45 minutes, une ou deux fois par semaine.

Pour le temps extrascolaire, je me suis positionnée avec le thème : « Vivre en mouvement », à partir de 5 ans :

Le mercredi matin durant 1h15 à concurrence de 12h.

5 matinées de 2h durant les vacances scolaires de février et de printemps soit 10h.

Les familles ont été informées par l'intermédiaire des écoles, les réponses sont centralisées à la mairie et là j'attends...

Pour ce temps extrascolaire, la mairie devrait mettre à ma disposition une salle.

Bénévole me direz-vous ? Et bien non, je suis rémunérée sur un tarif certes limité mais acceptable pour une telle « entrée » dans le milieu scolaire !

En parallèle, il m'est demandé d'intervenir dans les ateliers des conférences pédagogiques, là à titre gracieux mais cela peut ouvrir des portes.

J'attends beaucoup de ce travail qui me permet de rencontrer de nombreux enfants, des enseignants et je l'espère des parents.

Dans cet esprit, je propose un stage de deux jours « Brain Gym en classe » qui se déroulera les 23 et 24 février 2008 dans le centre de formation « 1, 2,3 mouvements » que Carola Menzel et moi-même avons mis en place à Trébeurden dans les Côtes d'Armor (Brain Gym 1 et 2 en pré requis).

Si cela vous intéresse, nous serons heureuses de vous y accueillir. Si ce n'est pas possible ou si vous ne souhaitez pas vous déplacer, je peux venir vers vous ou vous pouvez me contacter par mail ou téléphone.



## Le festival de l'enfance et de la petite enfance a lieu ce week-end au Kursaal **Être parent, le métier le plus difficile au monde**

Marie-Paule Martin animera trois ateliers lors de cet événement, dont l'un uniquement destiné aux professionnels, proposant outils et pistes de réflexion afin d'être capable d'harmoniser les relations entre enfants et adultes

Comment rester un parent zen ? C'est la question que posera Marie-Paule Martin lors du festival de l'enfance et de la petite enfance qui aura lieu ce week-end au Kursaal. Professeur d'éducation physique, elle est constamment à la recherche d'outils permettant de mieux gérer le stress tout en ayant accès à son potentiel. L'une de ces techniques est le brain gym, issu de l'éducation kinesthésique ou éducation par le mouvement. « Pour moi, c'est la clé de l'apprentissage. C'est apprendre à bouger, bouger... »

Marie-Paule Martin proposera également une initiation au tai chi chuan, gymnastique chinoise énergétique basée sur des mouvements lents et souples amenant à prendre conscience de la façon dont on bouge, de l'instant dans lequel on s'inscrit, demandant un minimum d'effort pour un maximum d'efficacité. Les vingt ans durant lesquels elle a enseigné le judo lui ont occasionné un mal au dos rebelle aux remèdes traditionnels. « Le tai chi a réussi à me libérer de mes tensions et de mes douleurs. Grâce à cet art martial, on travaille sur la respiration, le geste juste, ainsi que sur son énergie qui permet de devenir plus fort, plus enraciné, plus solide en développant cette force intérieure présente dans chaque individu. »

Cette pratique se rapproche du brain gym : « Là, on utilisera tout notre potentiel, inné au départ, mais qui finit par être mis en sommeil. Le petit enfant, dans le développement de l'apprentissage, muscle ses deux hémisphères cérébraux pour qu'ils travaillent ensemble. C'est aussi ce que favorise le brain gym. Entre zéro et sept ans, il faut laisser les enfants apprendre avec le corps, bouger,

développer cette mémoire kinesthésique, cette mémoire du corps... La rééducation par le mouvement permet d'accéder à ce potentiel, ses capacités de base, que ce soit par le brain gym, le tai chi ou encore la jonglerie, qui a des effets très favorables sur la mémoire auditive, visuelle ou la mémoire du corps. »

### Buvard

Et à parents zen, « enracinés », enfants relaxés... L'inconscient de ces derniers étant « directement branché » sur l'inconscient des premiers, Marie-Paule Martin allant jusqu'à utiliser le terme de « buvard » : « Il n'y a rien à faire avec l'enfant, il s'agit plutôt de travailler avec l'adulte pour l'aider à sortir de sa culpabilité, qui peut venir d'une blessure d'enfance toujours vivante et non transformée par un regard d'adulte, à devenir un adulte responsable afin d'aider l'enfant à se prendre en charge. »

C'est vraiment la qualité de la présence du parent qui est importante plutôt que la quantité, car l'enfant n'a pas la notion du temps. Qu'il s'agisse de problèmes d'apprentissage ou de douleurs, c'est en travaillant avec le parent que l'enfant va s'améliorer. La transformation est immédiate quand les parents se rendent compte qu'ils sont de bons parents, qu'ils font de leur mieux et qu'ils peuvent évoluer, grandir, grâce à leurs enfants, et leur enseigner à leur tour à grandir. L'adulte a à choisir de devenir adulte. Le meilleur de parents est le plus difficile au monde. » Et Marie-Paule Martin d'ajouter que tous les parents du monde sont de bons parents, qu'ils font avec leurs outils, leurs connaissances et ce dont ils ont eux-mêmes hérité « de leur propre apprentissage avec papa et maman ».

### Ressenti

Il faudrait donc considé-



rent en charge, à eux de décider s'ils les utilisent ou non. »

### Virginie VARLET

« Les professionnels de la petite enfance sont-ils zen ? » Uniquement pour les professionnels, vendredi 16 novembre de 18 h 30 à 20 h 30 : « Comment rester un parent zen ? », samedi 17 novembre de 9 heures à 10 h 30 ; initiation au tai chi chuan, dimanche 18 novembre de 10 heures à 11 h 30, pour les parents et les professionnels. Pour ces trois ateliers, réservation obligatoire au 03 28 59 14 13. Le festival est ouvert samedi et dimanche de 10 heures à 18 heures. Entrée libre.

Le scientifique Albert Jacquard donnera une conférence en ouverture du festival jeudi 15 novembre à 20 h 30 au Kursaal sur le thème de « Construisons l'humanité ». Au préalable, à 20 h 10, aura lieu la remise des prix du défi



# Les adresses

Vous trouverez ci-dessous une liste de consultants utilisant la méthode Brain Gym.

Toutes les personnes de cette liste :

- Ont la formation minimum requise pour travailler en individuel (consultants)
- Sont légalement déclarées (URSSAF...).
- Ont signé un code de déontologie.
- Ont signé un accord de licence.
- Adhèrent à l'association Brain Gym France.
- Suivent une formation continue.

La plupart des consultants de cette liste sont également instructeurs en Brain Gym, contactez-les si vous souhaitez suivre des cours, ou visitez notre site internet régulièrement mis à jour. Attention, certaines personnes ou organismes de formation NON PRÉSENTS SUR CETTE LISTE proposent des cours non valides (dans certains cas n'ayant de Brain Gym que le nom !).

## FRANCE

**05000** GAP, 66 Bd G. Pompidou: GUINARD Laure 06 16 32 63 86 laureguinard(chez)aol.com

**14000** CAEN , 62 rue Pierre de Coubertin :LANDON Paul 02 31 53 60 12 paul.landon(chez)mouvements.org <http://www.mouvements.org>

**14000** CAEN , 7 avenue de Tourville : LENORAIS Annie 02 31 44 27 84 lenorais.annie(chez)wanadoo.fr

**14150** OUISTREHAM, 7 Avenue Boieldieu: VISOMBLAIN Nadine 06 84 07 19 34

**14400** NONANT, Le Bourg: INGER Clothilde 02 31 92 99 21 clothildeinger(chez)orange.fr

**17700** THAIRE LE FAGNOUX , 4 rue de La Toison d'Or : LAURENT Jean 05 46 00 84 82 ankesion(chez)free.fr

**21000** DIJON, 34 rue des Perrières: GENDRE Genevieve:03 80 45 58 17 genevieve.gendre(chez)club-internet.fr

**22300** CAUOUENNEC-LANVEZEAC (LANNION), Goasoures Vraz Route de Rospez : MENZEL-RICHARD Carola 02 96 35 93 47 menzel.carola(chez)wanadoo.fr

**22470** PLOUEZEC , 21 Route du Questel: GABRIEL Josette 06 07 54 40 09 josette.gabriel(chez)wanadoo.fr

**24000** BERGERAC/ ADE-KMA: MAILLEFERT Christine 05 53 79 09 04 ou 06 80 25 64 12 ade-kma(chez)hotmail.fr

**27000** EVREUX, 5, promenade de l'Iton : GENTAUD Myriam 06 20 04 90 45 myriam.gentaud(chez)declimouvement .fr <http://www.declimouvement.fr>

**24000** PERIGUEUX, 18 rue Ernest Guillier : REGAT Myriam 06 32 61 62 28

**31290** TOULOUSE / VALLEGUE Lieu dit Laoujole: LLORCA François 06 23 08 83 80 fran.llorca(chez)free.fr

**31400** TOULOUSE ,55 avenue Louis Bréguet Bat 7 bureau 37 : VIEULES Francis SARL EDU TM 05 61 34 02 51 contact(chez)edutm.fr <http://www.kinesiologie-formation.com>

**31560** SAINT LEON , Labareze Caussidières : SAINT-ARROMAN Denyse 06 81 72 34 32 denise.saint-arroman(chez)wanadoo.fr

**31600** LHERM , 15 rue G Apollinaire: LEBASQUE Mireille 06 62 80 22 05 eks.m.lebasque(chez)wanadoo.fr

**33000** SAINTE FOY LA GRANDE-PINHEUIL. ADE-KMA: MAILLEFERT Christine 06 80 25 64 12 ade-kma(chez)hotmail.fr

**34000** MONTPELLIER , Nemo 1086, avenue Albert Einstein : DELANNOY Catherine 06 21 07 59 70 c.delannoy2(chez)wanadoo.fr <http://www.edukinesio.com>

**35000** RENNES, 11 rue des Francs Bourgeois : PIHERY Joseph 02 99 87 19 80 joseph.pihery(chez)wanadoo.fr

**35600** REDON ,13 rue Fleurimont : PIHERY Joseph 02 99 72 49 69 joseph.pihery(chez)wanadoo.fr

**37320** TRUYES, 13 rue du Clos des Quilles: FONTAINE Nicolas 02 47 43 34 68 / 06 59 28 24 33 EDUK37(chez)free.fr

**37700** SAINT PIERRE DES CORPS, 39 bis rue Gabriel Peri : MEIGNEN Christophe 06 06 77 37 15 secretariat(chez)ecaptours.fr <http://www.ecaptours.fr>

**38100** GRENOBLE , 5 rue Marcel Peretto : SAVORNIN Fabienne 04 76 87 71 81 fsavornin(chez)free.fr

**44000** NANTES, 12 passage Louis Levesque : MEIGNEN Xavier 02 40 20 04 19 ou 06 88 55 20 40 secretariat(chez)ecapnantes.fr <http://www.ecapnantes.fr>

**44000** NANTES, 12 passage Louis Levesque : MEIGNEN Christophe 02 40 20 04 19 ou 06 06 77 37 15secretariat(chez)ecapnantes.fr <http://www.ecapnantes.fr>

**44100** NANTES Quartier Sainte Thérèse 1 place Alexandre Vincent : VAUGEOIS Christelle 02 40 76 02 65 christelle.vaugois44(chez)laposte.net

**44118** LA CHEVROLIERE. 20 L'Aubrais : IMARI Céline 02 51 70 04 32 celinimari(chez)gmail.com

**44240** LA CHAPELLE / ERDRE 19 Chemin de la Nallière: GUINEL Dominique 02 40 72 57 36 doma.guinel(chez)wanadoo.fr

**44700** ORVAULT , 11 rue Dalton : FOUASSIER Monique 02 40 63 55 95 mfouassier(chez)wanadoo.fr

**45000** ORLEANS Atelier Ouvre toi, 3 rue Louis Roguet : BERTRAND Catherine 02 38 49 69 45 catherinekinesio(chez)yahoo.fr BG

**45220** SAINT GERMAIN DES PRES 71 avenue de Moulin Plateau : GAUX Marie-Christine 02 38 94 60 26 marie-christine.gaux(chez)orange.fr

**47250** BOUGLON "EOLE", ADE-KMA: MAILLEFERT Christine 05 53 79 09 04 ou 06 80 25 64 12 ade-kma(chez)hotmail.fr

**49000** ANGERS, 15 D rue Létanduère : LEMERCIER Christelle 02 41 37 96 75 ou 06 61 09 03 70 christelle.lemercier(chez)wanadoo.fr

**49320** BRISSAC QUINCE , 24 rue de la Fontaine aux Clercs: WALSH Véronique 02 41 91 78 28

**54000** NANCY , 26 rue Grandville: BATAILLE Brigitte 06 87 51 14 88 brigitte.bataille3(chez)wanadoo.fr

**56100** LORIENT, 5 impasse Sainte Véronique : KERLO Sandrine 02 97 83 97 29 sandrinekerlo@free.fr

**59134** FOURNES EN WEPPE 50 rue du Parvis Notre Dame NOENS Thierry 06 80 26 81 03 noens.thierry(chez)wanadoo.fr

**59140** DUNKERQUE , 56 rue du 110e RI : MARTIN Marie-Paule 03 28 59 17 08 mariep.martin(chez)laposte.net

**59000** LILLE 49 Avenue Emile Zola: PASTOR Geneviève 03 20 15 04 60 genevieve.pastor(chez)voila.fr <http://www.kinesiologie-gp.com>

**61000** ALENCON , 2 rue de l'Eglise : JANIN française 06 71 92 18 26 francoise.janin2(chez)wanadoo.fr  
**61100** FLERS , 64 rue A Lecornu : LANDRY Colette 02 33 65 21 26 colette.landry(chez)laposte.net  
**64000** PAU, 76 avenue d'Etigny: DUPRE Nathalie 05 59 32 57 89 ou 06 33 18 20 03 duprenathaly(chez)yahoo.fr  
**64140** BILLERE , 27 rue Guynemer : LE CLERC Patricia 05 59 92 10 02 arclaim(chez)hotmail.com <http://www.kinesio-5di-mensions.net>  
**75004** PARIS 60 rue du Roi de Sicile: MARTIN Sandrine 06 25 14 13 93 <http://www.sandrinenmouvements.fr> sandrineenmouvement(chez)hotmail.fr  
**75009** PARIS 10 rue Buffault :LE CUT Claire 06 76 36 59 06 claire.lecut(chez)free.fr  
**75015** PARIS, 19 Rue Bargue: DE LARDEMELE Aysseline aysseline.delardemelle(chez)gmail.com 06 10 26 11 80 <http://www.aysselinedelardemelle.blogspot.com>  
**76800** SAINT ETIENNE DU ROUVRAY, 39 rue des Fusillés: CORONEL Marie-Dominique 02 35 64 27 54 Télécopie 02 32 91 25 47 <http://www.braingyminfo.com>  
**77160** PROVINS, 20 bis Chemin Fontaine Riante: NANCY Sophie 01 60 52 01 74 ou 06 78 01 08 91 s04nancy(chez)orange.fr  
**78180** MONTIGNY LE BRETONNEUX, 1 rue Urbain de Verrier: GRASSI Catherine 06 61 42 19 03 cgrassi(chez)wanadoo.fr  
**78100** SAINT GERMAIN EN LAYE, 27 Rue Saint Pierre: GI RAULT Viviane Association Mouvements Equilibre Mémoire 06 25 51 31 93 vivianegirault(chez)orange.fr  
**78280** GUYANCOURT, 64/66 Rue Eugène Viollet Leduc Cabinet Medical de l'Europe: HOERMANN Isabelle 06 62 47 81 79 isabelle.hoermann(chez)wanadoo.fr  
**78330** FONTENAY LE FLEURY 26 rue Pasteur, CANU Agnès 01 30 23 92 85 ou 06 68 02 22 43 agnescanu(chez)club-internet.fr  
**79000** NIORT, 27 rue Rabelais: LAURENT Jean 05 46 00 84 82 ankinesio(chez)free.fr  
**79200** PARTHENAY , 37 avenue du 114ème RI : MATTEI Marie 05 49 95 34 73 mattei.marie(chez)wanadoo.fr <http://www.kinesio-mm.com>  
**83100** TOULON La Bastide 33 rond point Mirassouléou: BOIVIN Nelly 04 94 61 26 37 ou 06 77 09 64 62 nelly(chez)kinesionelly.com <http://www.kinesionelly.com>  
**84570** MORMOIRON Route de Bedoin: DESAPHY Sophie 06 73 95 80 53 activaperformance(chez)club-internet.fr  
**86000** POITIER, 1 Allée Louis Braille : DELAVAUD Yann 06 16 76 36 01 iip(chez)libertysurf.fr  
**86800** JAZENEUIL 14 Cité La Vigne, L'Elan des Sources, SIROT Marie-Christine 05 49 53 57 14 ou 06 67 82 29 01 sirotpin(chez)carrio.fr  
**88630** COUSSEY, 20 rue des Tilleuls: GABRIEL Josette 06 07 54 40 09 ou 03 29 06 94 72 josette.gabriel(chez)wanadoo.fr  
**89000** AUXERRE , 30 rue des Champoulains : CHOQUET Jean-Marc 03 86 49 03 17 jeanmarc.choquet(chez)free.fr  
**89000** AUXERRE, 39 avenue Jean Jaurès : TAABLE Marie-Louise l'Atelier du Hêtre 03 86 49 07 02  
**91530** LE VAL SAINT GERMAIN, 26 Route de Granville; PEREZ Sophie 01 64 58 98 92 ou 06 12 87 85 97

sophieperez\_91(chez)hotmail.com

**92100** BOULOGNE 62 avenue Jean-Baptiste Clément ; BAUDOUIN Anne-Sophie 01 46 04 99 96 as.baudouin(chez)free.fr

**92200** NEUILLY SUR SEINE , 149 avenue Charles de Gaulle :FRANCOIS Chantal 01 47 47 56 33 chantalmariefrancois(chez)free.fr

**94130** NOGENT SUR MARNE, 12 Rue de la Muette: TAILLE Anne-Marie 06 70 52 87 38

**95450** US 10 17 rue de la Liberation :LE CUT Claire 06 76 36 59 06 claire.lecut(chez)free.fr

## BELGIQUE

Consulter le site [www.braingymbelgium.be](http://www.braingymbelgium.be)

## CANADA

SAINT ANDRE AVELLIN JOV IWO 22 Rue Principale: DUGAS Michel 819-983-8221 mich.dugas(chez)GMAIL.COM <http://www.plaisir-dapprendre.ca>

## GRECE

15342 AGIA PARASKEVI ATHENES 16 rue Perikleous : KARAKOSTANOGLOU Maria 0030/6945706780 yaltra(chez)yahoo.com

## ITALIE

95013 FIUMESREDDO-CATANIA , N 7 Contrada Seotto : VIGO Teresa 095/641249

95024 ACIREALE , via Sclafani 36 : ROI Silvano 3356085339 <http://www.braingymitalia.org>

24046 OSLO SOTTO, BERGAMO , via S. Giorgio 15: WATZKE Tatiana tatianawatzke(chez)libero.it  
LUXEMBOURG

2715 LUXEMBOURG, 9 rue Walram:STREIT Alicia 00352 621 30 42 41 azalea15(chez)web.de <http://www.audicorpus.com>

## SUISSE

02916 FAHY , Les Milières 45 : BAUMGARTNER Patrick 032/476 70 53 baumgartner.patrick(chez)bluewin.ch

1004 LAUSANNE (VD), Valenhin 64 : THIESSOZ Josiane 0041 (0)78 64051 78 josiane.thiessoz(chez)bluewin.ch

1148 CUARNENS, Route de Moiry 17: MARILLER Fabian 0041/215345388 kine(chez)hispeed.ch www.kiné.ch

1422 GRANDSON Chemin des condémines 9: PELLATON-NOTH Myriam 0041/24 445 88 88

1752 VILLARS SUR GLANE Route du Bugnon 51: ZUFFEREY Agnèle 0041(0)26 401 2385 zuffereya(chez)eduf.fr

1752 VILLARS SUR GLANE Route du Bugnon 51: MUSY Pierre-Alain 0041(0)26 401 2385 pamusy(chez)bluewin.ch

1950 SION (VS) , Porte Neuve 9 : THIESSOZ Josiane 0041 (0)78 64051 78 josiane.thiessoz(chez)bluewin.ch

3770 ZWEISIMMEN " Wart" Reichensteinstrasse 15: LUDIR-ROD Francine 0041 33 72 206 19 ludi-wart(chez)bluewin.ch

## EMIRATS ARABES UNIS

LAIDLAW Edith PO.BOX 53069 DUBAI +971(0)4 366 38 44 et Mobile +971(0)50 458 15 86 edith(chez)mailme.ae

Brain Gym® est une marque déposée par Brain Gym International : [www.braingym.org](http://www.braingym.org)  
Responsable du journal: Paul Landon. Pour envoyer vos articles et suggestions: [secretariat@braingymfrance.org](mailto:secretariat@braingymfrance.org) ou Brain Gym France, 7, avenue de Tourville, F-14000 Caen  
Ce journal a été réalisé sous GNU/Linux avec une suite bureautique libre et gratuite: OpenOffice.org: <http://fr.openoffice.org>  
Dessins de Tania Landon ©2005