



# Le journal du Brain Gym

N°22- 2ème trimestre 2009

[www.braingymfrance.org](http://www.braingymfrance.org)

3€

Par cette chaleur rien de tel que de lire son journal du Brain Gym à l'ombre du parasol et dans un bon hamac! Pour rester en mouvement bien sur...

Ce nouveau numéro vous offre de bons moments de lecture et de découverte. Avec tout d'abord un article très complet de Barbara Wards traduit de son intervention lors du congrès en Allemagne.

Pour récompenser votre patience, vous allez pouvoir vous replonger dans l'univers du Sankyogo, attention aux petites voix autour de vous... et pour revenir à la réalité un article qui nous arrive tout droit de Belgique sur les recherches en neurosciences.

Encore un numéro très diversifié et qui nous le souhaitons va vous ouvrir de nouveau horizon pour cette période estivale.

Bon crayonnage sur le sable ou balancements sur vos serviettes...

Bonne lecture

## À vos agendas

Nos prochains rendez-vous Brain Gym France auront lieu à Nantes :

- ouvert à tous : le congrès le 24 avril 2010 avec des présentations et des ateliers
- pour les professionnels : une journée de recertification le 25 avril 2010.



# Prise de conscience (approche rapide)

## Une évaluation éducative

Par Barbara Wards

Consultante et instructrice en Éducation Kinesthésique, international Faculty

Lors du premier rendez-vous avec un enfant dont les parents demandent : Aidez-nous, qu'est-ce qui ne va pas avec mon enfant ? Pourquoi est-il en échec scolaire ?

La plupart de mes « apprenants » viennent me voir poussés par leurs parents ou l'école à propos de leur progression scolaire. Ils ont pour la plupart entre 6 et 12 ans.

L'Edu-K n'est pas une approche « réparatrice », mais ainsi que l'évoquent les parents qui l'utilisent, je la perçois après toutes ces années de pratique beaucoup plus comme un processus de « soutien ».

Ma première tâche est de gagner leur confiance et comprendre leurs perceptions, dans la limite de ce que j'ai dans mon « kete », ou la boîte à outils de mes compétences. (kete est un terme Maori qui signifie le panier où l'on met de la nourriture. Il est utilisé en anglais neo-zélandais et sous-tend des métaphores liées à la nourriture, la croissance, et le partage en communauté, ce qui correspond assez bien à l'approche Brain Gym de l'apprentissage.)

Je me suis impliquée ans le Brain Gym lorsqu'il est arrivé en Nouvelle-Zélande pour la première fois en 1984, et l'ai inclus à mes programmes de soutien dans mon cabinet depuis.

Pendant toutes ces années un large réseau de professeurs, d'écoles et d'associations s'est formé, et ma seule publicité est ma carte de visite. Les enfants viennent me voir les jours d'école, les plus jeunes si possible le matin et les plus âgés de préférence après l'école.

### **Premier contact**

Avant le premier rendez-vous, discutez par téléphone avec le parent sans la présence de l'enfant. Demandez-lui des précisions sur la naissance, la marche à 4 pattes, l'utilisation d'un youpala ou d'un *jolly jumper*\* ou de tout autre sujet de santé, de façon à être tout à fait focalisé sur l'enfant et non sur le parent, dès leur arrivée.

(Ceci n'est pas forcément valable avec les enfants timides ! Mon cabinet est plein de jeux et d'activités et quelquefois ils ont besoin d'explorer l'espace avant de me parler.) Leurs paroles, leurs actes ou l'absence de ceux-ci sont autant d'informations utiles.

Demandez à l'enfant ce qu'il aime faire au début du 1<sup>er</sup> rendez-vous (activités extérieures, intérieures, sports, hobbies, etc), et seulement après, informez-vous de ce qu'il n'aime pas, de ce qui lui semble difficile à faire. Les intérêts des enfants diffèrent souvent de ceux des adultes.

### **Considérer l'enfant dans son schéma**

Mon objectif pour la première séance est d'aider les parents à comprendre les raisons des tourments de leur enfant, afin de détendre les relations entre eux. Les difficultés d'apprentissage qu'on prend soin de bien expliquer aux parents en terme de développement les aide à comprendre ce que révèlent les tests. Je demande au parent d'observer en silence les éventuelles difficultés rencontrées par leur enfant lors des activités proposées. Les parents sont invités à en prendre note et à poser des questions au fur et à mesure. Je ne rédige pas de rapport d'évaluation ainsi qu'il m'est souvent demandé, sauf en cas de besoin particulier .

### **Des tests rapides**

Je les effectue très tôt afin d'avoir une première idée du fonctionnement de l'enfant, et afin d'amener les parents à voir les « brèches » dans les capacités d'apprentissage physiques de leur enfant qui rendent son travail scolaire fastidieux, avant de faire tout équilibre. Le plus important étant pour moi d'être à l'écoute des passions de l'enfant et de ses points forts qui sont souvent occultés par l'inquiétude parentale. On parlera des implications sur l'apprentissage au fur et à mesure, et plus tardivement.

### **1. Double tapping**

Il révèle rapidement le niveau de développement kinesthésique de l'enfant, de la conscience de son

corps, et sa sensibilité au toucher. L'allonger afin d'éviter la confrontation à la gravité, taper doucement deux fois sur les deux bras, lui demander de les lever et de les remettre en position initiale. Idem avec les jambes. C'est en principe facile pour tous. Ensuite taper bras et jambe par paires d'un côté puis du côté opposé. Observer si un autre membre que ceux qui sont requis se lève, et plus particulièrement la paire bras/jambe opposée. Ne vous attendez pas à ce que ce soit présent avant l'âge de 7 ans.

## **2. Mouvement croisé et mouvement homolatéral**

À quoi ça ressemble au début ?

Montrez le mouvement croisé et invitez l'enfant à vous imiter. Idem avec le mouvement homolatéral. Observez sans faire de commentaire, quel que soit le mouvement réalisé. Certains enfants seront conscients que vous croisez mais seront incapables d'en faire autant. D'autres ne le remarqueront pas.

## **3. Présentation de la Vérification Musculaire (VM)**

Dans mon cabinet j'utilise la VM même avec les tout petits (le plus jeune avait 4 ans). Les enfants trouvent ça drôle et sont généralement ouverts à la nouveauté. Laissez-les le pratiquer sur vous, ou leur papa ou maman. Si l'enfant présente une position debout instable, ou ne peut tenir son bras facilement (j'utilise généralement le deltoïde), vérifiez les 2 bras ensemble pour améliorer la stabilité. Cela vous donnera aussi une bonne idée de sa capacité à se maintenir droit par rapport à la gravité.

## **4. Établir le profil d'organisation cérébrale de l'enfant**

(J'utilise l'observation pour la main, le pied et l'œil, et la VM pour l'oreille et la préférence hémisphérique). Regardez la description du profil (dans l'ancien manuel de OCO pour enseignants si vous l'avez, ou dans « Dominance Factor »). Je fais deux copies : une pour les parents, une pour le professeur. (Une école du coin offre à quelques uns de ses nouveaux élèves qui présentent des difficultés, une consultation afin d'établir leur profil et de donner des conseils sur la meilleure façon de les aborder en classe : ils trouvent cela extrêmement utile et efficace.) En général une belle discussion s'amorce : « Devinez quoi, en

voyant comment il s'occupe maintenant, on dirait que votre enfant se comporte exactement comme on le souhaiterait. N'est-ce pas formidable ? Maintenant voyons comment il peut développer une intégration sensorielle plus approfondie afin de lui rendre la vie plus facile ! » (le défi de chaque profil est d'augmenter l'utilisation de tout le corps, afin d'en accroître et d'en assouplir l'intégration sensorielle. À ce stade il devient difficile pour les parents de tout saisir, mais ils se détendent dès lors que vous pouvez leur expliquer leur enfant avec ses forces et ses centres d'intérêt, tout comme ses défis, par l'intermédiaire du profil. Les profils sont un outil inestimable tant que vous n'en n'abusez pas sur le long terme car avec la maturité qui vient avec l'âge et les expériences de vie, nous sommes tous mieux connectés et plus souples.

## **5. Stabilité, pieds et hanches**

Certains enfants sont dans le mouvement mais incapables de rester calmes, centrés ou stables. D'autres sont très stables mais incapables de rotation, torsion ou d'agilité. Nous avons besoin des 2 ! Cette série de vérifications montre les raisons de l'absence de réactions appropriées aux exigences requises dans une salle de classe.

### **(a) Pression épaules/cou**

L'apprenant est face à vous. Appuyez fermement sur ses deux épaules à la fois : observez s'il y a affaissement, perte d'équilibre, torsion, etc. puis effectuez la VM.

Si la VM est en Mode Automatique (MA) il y a une bonne stabilité dans le centre de gravité.

Maintenant appuyez doucement au-dessus du crâne. Si c'est en MA il n'y a pas de problème de cou. (Si c'est en Mode de Repérage (MdR) alors la position « tête sur cou » est en quelque sorte compromise : il vous faudra vous occuper de cela plus tard car un cou instable a des répercussions sur le regard, l'écoute, l'écriture et l'attention en classe.)

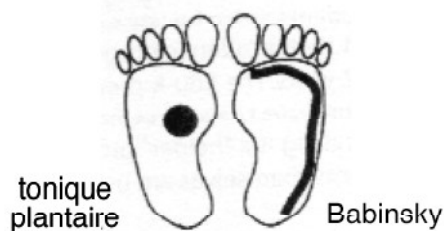
Si la VM sur les épaules est MdR, cela signifie que le soutien du poids est concurrencé par autre chose. Gardez la vérification de la nuque pour plus tard et procédez comme suit :

### **(b) réflexes du pied du nourrisson; l'enfant est allongé**

*Réflexe tonique plantaire* : pressez la plante d'un pied et VM (cf le pied à gauche sur le croquis). Observez s'il y a sensibilité aux chatouillis, retrait du pied ou de la jambe, ou recroquevillement des orteils comme le ferait un bébé. Idem sur l'autre pied.

Si la VM est en mode automatique (MA) pour les 2 pieds, il n'y a aucun problème dû à ce réflexe.

Si la VM est en MdR pour un ou les deux pieds, cela signifie que le système de l'enfant ne sait pas encore que les pieds sont faits pour supporter le poids. (À ce stade, vous remarquerez que l'enfant s'appuie toujours sur un meuble, un parent, vous, se balance d'un pied sur l'autre, etc.). L'enfant a besoin de passer du temps chaque jour à stimuler ses plantes de pied avec ses propres doigts (action contrôlée et consciente) ou des matériaux de textures différents. Il a besoin de marcher sur la pointe des pieds, s'accroupir, sauter, sautiller, bondir, etc, pour devenir conscient du poids exercé sur l'avant de ses pieds.



### *Babinsky*

Déplacez vos doigts depuis le talon sur le bord extérieur du pied en passant par la base des orteils vers le gros orteil (pied à droit sur le croquis). Observez s'il y a écartement des orteils et/ou retrait du pied. (Ceci indique une perturbation du contrôle moteur volontaire sur certaines zones, ce qui va compromettre la marche ou la position debout).

Si la VM est en MA pour les 2 pieds, pas de problèmes liés à ce réflexe.

Si la VM est en MdR pour un ou deux pieds, cela signifie qu'il y a besoin de massage des zones précitées. Les enfants ont besoin d'activités de marche amusantes en roulant les pieds, marchant sur les bords externes des pieds, attrapant des billes avec les orteils, et d'une façon générale en faisant travailler consciemment les chevilles.

### *Réflexe d'amortissement*

Taper fermement sous un talon pour tester la réponse à la pression.

Le MA signifie qu'il n'y a pas de problème avec ce réflexe.

Le MdR sur un ou les deux pieds montre que l'enfant ne peut supporter une pression sur son talon et marche sur la pointe des pieds. Il a besoin de taper du pied sur ses talons. Ce réflexe est lié à celui de la hanche décrit ci-dessous et peut nécessiter un équilibrage.

### *Test de Guthrie*

À la maternité on prélève quelques gouttes de sang en pressant puis piquant le talon du bébé. Certains enfants sont en MA pour le réflexe d'amortissement mais en MdR si on pince le talon par les côtés. C'est souvent sur un seul pied, ce qui confirme bien qu'il s'agit de ce réflexe. Cela peut nécessiter un équilibrage, mais souvent il suffit de tenir les points positifs tout en maintenant le talon pendant quelques minutes pour le désamorcer.

(J'ai découvert l'importance de celui-ci avec un enfant de 7 ans qui marchait sur la pointe des pieds – ça ressemblait à un problème de hanche et de tendon d'Achille, mais ce n'est qu'après avoir désamorcé ce réflexe qu'on a commencé à obtenir un déploiement du pied.)

(c) Estimer les capacités de soutien du poids et de rotation des hanches : (toujours allongé)

*Appui sur les hanches* : tenez une jambe bien droite et poussez-la fermement vers l'articulation de la hanche, puis VM. Idem sur l'autre jambe.

Si la VM est en MA des 2 côtés, pas de problème important en ce qui concerne le soutien du poids.

Si la VM est en MdR pour une ou les deux jambes, alors certains des muscles des hanches ne peuvent soutenir le poids et contribueront à ne pas se sentir « fort, debout sur ses deux pieds ». Cet enfant n'aimera pas rester debout, sera agité, et préférera s'asseoir ou s'allonger ou encore s'appuyer sur ses bras, et aura peu de capacités d'attention surtout debout.

*Rotations* : observez comment les jambes de l'enfant reposent sur la table. Sont-elles tournées vers l'extérieur ? vers l'intérieur ? identiques ?

Tournez chaque jambe vers l'extérieur puis vers

l'intérieur, le plus loin possible, et effectuez la VM.

Si la VM est en MdR dans quelque position que ce soit, cela demande une plus grande attention. Cet enfant préférera se tenir droit et évitera tout mouvement leste ou de torsion. Il ne sera pas à l'aise en sport et ne courra, ne nagera, ne grimpera probablement pas, et n'aura pas un bon sens de l'équilibre.

Il est rare que la *rotation* de la jambe et l'*appui sur hanche* soient tous deux en MdR.

(Un équilibrage des muscles en Touch For Health est souvent nécessaire mais on peut aussi travailler à partir d'objectifs tels que « me tenir debout sur mes deux pieds », « me tenir debout et me sentir fort », ou d'autres objectifs de mouvements incluant la souplesse, l'agilité, ou sportifs.

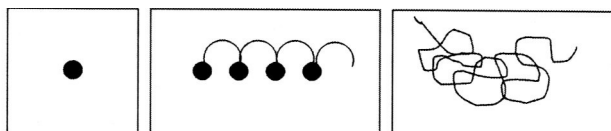
## 6. cinq tests oculaires (certains sont issus de Vision Créative)

L'observation est très efficace ici et la VM est utilisée pour plus de précision. Ces 5 tests concernent des compétences essentielles requises dans une salle de classe.

(a) *fixer un point* (pas trop près). Les yeux restent-ils fixés ? S'écartent-ils sur les côtés, ou s'attardent-ils sur un plan plus éloigné ?

(b) *balayer* du regard sur 3 ou 4 objets de gauche à droite, de haut en bas, de près à loin. Les yeux passent-ils facilement d'un point à un autre, comme lorsqu'on regarde tour à tour un cahier puis un professeur, ou un tableau ?

(c) *scanner* : marcher dans la pièce et regarder en haut, en bas, sur les côtés, devant, par dessus les épaules, sous les objets. L'enfant peut-il bouger les yeux et la tête en même temps tout en gardant l'équilibre et en restant concentré visuellement ?



fixer un point

balayage

scanner

(d) *Convergence* : demandez à l'enfant de fixer un objet (un X par exemple) à distance de votre bras, et approchez-le à une distance de lecture.

Si la VM est en MdR, recommencez pour déterminer l'exacte distance à laquelle la

convergence devient source de stress. Cela arrive en général à environ 2 fois la distance de lecture confortable. Dans ce cas, des difficultés de lecture sont à prévoir.

Enseignez à l'enfant comment frotter fermement de bas en haut un point situé au tiers du haut du bras sur l'extérieur avant toute activité de focalisation proche. Cela rétablit en principe une stabilité du point de convergence proche en l'espace de 2 ou 3 semaines, sans avoir fait d'équilibrage particulier, réduisant ainsi le besoin de verres grossissants ou correcteurs, même si ceux-ci restent utiles quelques temps. (Un optométriste comportemental m'a expliqué que vers 5 ans la plupart des enfants sont capables de fixer un point de convergence pendant 10 minutes, alors que la moitié des enfants que je reçois parvient difficilement à tenir 5 secondes.)

(e) *Contraste*. Demandez à l'enfant de regarder un dessin noir sur un fond blanc, ainsi que des images ou tableaux aux couleurs contrastées.

Si la VM est en MdR, lire, écrire et faire ses devoirs seront particulièrement inconfortables et évités par souci de protection surtout en pleine lumière. C'est un aspect qui demandera à être approfondi et requerra un équilibrage.

## 7. Activités pour observer l'équilibre, l'élan et la coordination

Voici des exemples d'objectifs et/ou d'activités pour la maison :

(a) *Torsion* : debout, pieds bien droits, tournez tout le corps pour fixer un objet situé derrière vous, et continuez à tourner et repérer des objets par dessus chaque épaule.

(b) *Saut* : de haut en bas, d'avant en arrière, sur les côtés, par dessus une ligne.

(c) *Sur la pointe des pieds* : en avant, en arrière, sur les côtés, en courant.

(d) *À cloche pied* : d'avant en arrière, sur chaque pied

(e) *Saut à la corde* : peut-il s'y retrouver ? rythme ?

(f) *Pas chassés* avec le pied gauche, puis avec le droit.

(g) *Marche dans les escaliers* : observer et effectuez la VM en montant et en descendant. Un pied par marche ?

(h) Marche bancale : marcher les jambes croisées, tout droit puis en faisant des cercles. Inverser les pieds.

## 8. Équilibrages du premier objectif – être dans son corps, dans sa tête, et la connexion corps/tête.

Ces objectifs sont une façon simple d'accélérer le travail des enfants. Faites la VM des 2 bras ensemble et évaluez comme suit :

Dites : « ...(*prénom*) est à plus de 50% présent dans sa tête ». Si c'est en MA, augmentez par paliers de 10% jusqu'à atteindre le MdR, puis retirez ces derniers 10%. Idem sur le thème du « corps » et de la « connexion entre le corps et la tête ».

Donnez la priorité à ces 3 thèmes pour les objectifs des tout premiers équilibrages.

« Être plus dans ma tête », « être plus dans mon corps », « Avoir une meilleure connexion entre mon corps et ma tête ». Il se peut que vous ayez besoin de plus d'un équilibre par thème.

Dès lors que l'enfant a atteint un pourcentage de plus de 80%, il est capable de participer de façon plus consciente à ses progrès. Parfois les pourcentages augmentent entre les séances, parfois ils retombent un petit peu. Tout est possible au début – certains ont un fort pourcentage en « corps » mais pas en « tête », pour d'autres c'est le contraire. Certains ont des pourcentages qui sont tous très bas, moins de 10% au début. (Un garçon de 8 ans ayant un sérieux retard moteur ne pouvait rien faire d'autre que de rester debout et de sourire. Il n'avait même pas le réflexe de lever ses bras pour attraper ou protéger son visage lorsque je lui lançais un jouet tout doux, qui atteignait son nez. La psychologue scolaire avait cessé de le voir car elle ne « pouvait rien faire » pour lui. Il a maintenant « rejoint l'espèce humaine », participe en classe et joue dans la cour de récréation, commence à lire, à jouer avec tous les jouets qu'il a à la maison, se fait des amis et développe sa force, sa concentration et sa conversation.

D'autres formulations très simples d'objectifs émergent des nombreuses activités évoquées ci-dessus : « mobilité », « stabilité » et « symétrie ». Adaptez-les avec votre apprenant en termes concrets – par exemple, courir, ou rendre les sports plus faciles/drôles.

## 9. Adapter le Remodelage de Latéralité de Dennison

La plupart de mes étudiants présente une faible intégration de la latéralité et se sent plus à l'aise dans le mouvement homolatéral que dans le mouvement croisé et la rotation de la colonne vertébrale qui lui est associée. Celle-ci n'est encore qu'un axe rigide et pas encore le cœur d'un torse flexible. Le RLD, cette brillante découverte de Paul Dennison aide les étudiants à faire un bond considérable dans l'intégration corps/esprit lorsqu'il est fait avec soin. Le mouvement croisé est le développement fondamental et complexe de la rotation de la colonne vertébrale – de sorte que les muscles entre le haut et le bas, l'avant et l'arrière, et la gauche et la droite du corps puissent tous communiquer pleinement dans un contrôle conscient.

J'ai entendu Paul Dennison dire un jour qu'il n'effectuait jamais le RLD deux fois de la même façon. J'ai donc commencé à m'amuser avec ça. Ce sont mes versions de cette méthode d'épanouissement. Avec les enfants de plus de 6 ans j'utilise le RLD de la façon la plus « transparente » possible, à savoir avec l'objectif implicite suivant : « trouver l'intégration entre mon corps et ma tête à travers ma ligne médiane droite/gauche ». Les enfants de moins de 6 ans jouent avec le mouvement homolatéral et le mouvement croisé mais ils ne sont pas encore au stade de développement suffisant pour faire du mouvement croisé.

En principe je n'utilise pas le RLD en première séance mais il est si souvent requis par la plupart des enfants qui sont lents à se mettre au travail à l'école que je vous propose ici mes petites adaptations du RLD.

(a) Première étape : mouvement croisé, yeux en haut à gauche et « hum »

Ici réside la clef du développement de l'apprentissage dont le cervelet a besoin pour apprendre et pratiquer le Mode Automatique. Faites très attention à la forme du mouvement.

Pour commencer, demandez à l'enfant de ne tourner que ses épaules, l'une vers l'avant et l'autre vers l'arrière, en les dissociant de la tête qui doit rester bien droite face à vous. Continuez en balançant les bras depuis les épaules, les pieds

devant, tout en regardant vers la gauche et en faisant « hum ». Enfin, introduisez les mouvements des jambes opposées. (Vérifiez que les yeux sont « branchés » selon l'exercice décrit en 6(a) et en position en haut à gauche en priorité. Désamorçez le MdR avec les points positifs si nécessaire et revenez au RLD lorsque l'enfant est prêt). Arrêtez et reprenez plusieurs fois. Prenez votre temps. Surveillez le moment magique où bras et jambes commencent à se connecter, le moment où le cerveau – le cervelet – commence à intégrer ce schéma sensoriel et musculaire complexe et le mémorise pour toujours. Le cerveau de l'enfant sait maintenant où sont ses membres et la colonne commence à « atteindre » la rotation. L'acte conscient de tout le corps, tout en écoutant et observant pendant que l'enfant bouge dans son environnement est maintenant prêt à se construire avec un peu de pratique. L'enfant commence à avoir maintenant suffisamment d'évolution en 3D pour tout apprendre plus facilement.

(b) Étape 2 : mouvement homolatéral avec les yeux en bas à droite et comptage.

L'étudiant doit être capable de fixer un point (6a) pour que cette étape soit effectuée correctement. Tout d'abord tenez les bras immobiles sur les côtés et commencez par observer la position du nez (nez au-dessus des orteils) lorsque vous déplacez le poids du corps d'un pied sur l'autre ainsi qu'au milieu lorsque le poids est également réparti sur les 2 pieds. Puis levez complètement le bras pour faire le mouvement homolatéral. Comptez à chaque fois que vous changez de côté et dites « stop » dès que le poids est également réparti sur les 2 pieds entre chaque mouvement. Allez doucement et soyez attentif au centrage du nez à l'aplomb de chaque pied. Soyez consciencieux. Puis passez intentionnellement le poids du corps sur l'autre jambe. Poursuivez un mouvement homolatéral lent de cette façon jusqu'à ce qu'un contrôle total apparaisse. (« Sans mouvement homolatéral, le mouvement croisé n'a pas une seule jambe sur laquelle tenir » Carol Ann Eriksen, je pense)

(c) Étape 3 : Métaphore d'intégration

Cette métaphore est très abstraite pour un enfant de 6-7 ans alors j'exagère le mouvement des

mains qui bougent ensemble de chaque côté, puis se séparent dans des directions opposées en faisant remarquer les deux côtés séparés et le centre où elles se rencontrent.

Beaucoup d'enfants ont des difficultés à être connectés avec leurs propres mains. Assurez-vous qu'ils maîtrisent la convergence (6d) et sont capables de suivre facilement chaque main avant d'effectuer le RLD, afin d'en tirer le meilleur bénéfice.

(d) Étape 4 : Ancrer le mouvement croisé, les yeux dans toutes les directions

Faites-le au début avec un objet mobile de sorte que l'enfant puisse « suivre le guide ». Puis demandez-lui d'être le « patron » de ses propres yeux tout en continuant le mouvement croisé et la poursuite consciente de ses yeux et de sa tête avec souplesse (6c) dans toutes les directions, sans objet à suivre des yeux, et en choisissant volontairement de porter le regard en haut, en bas, à gauche, à droite, devant, dans un mouvement fluide. (Ceci fait référence au thème de la Focalisation : « Où suis-je situé dans mon espace ? »)

(e) Étape 5 : Ancrer le mouvement homolatéral, les yeux dans toutes les directions

On le fait de la même façon – avec un objet tout d'abord, puis sans. Demandez à l'enfant de s'arrêter et d'observer (6b) des objets dans différents plans. Ce sont des mouvements « point par point » saccadés. (Ce qui fait écho au thème du Centrage de « où es-tu ? où est-il ? ou quel est notre relation dans mon environnement ?)

L'intérêt d'ancrer à la fois les mouvements croisé et homolatéral sans objet m'est apparu évident avec un garçon de 13 ans dont le mouvement croisé était en MA avec la poursuite d'un point fixe mais qui était incapable de « trouver » un mouvement oculaire volontaire sans objet-repère. Cet enfant manquait d'initiative, n'avait pas d'idées personnelles et j'ai réalisé que c'était une attitude qu'il adoptait en général. Depuis, j'ai intégré à ce stade du RLD à la fois la poursuite d'un objet et la capacité de diriger son regard consciemment. J'ai découvert que ces aptitudes visuelles étaient vraiment représentatives du niveau d'initiative et d'autonomie de la personne. Les apprenants efficaces doivent pouvoir accéder

aux deux états facilement).

Je ne m'attends pas à effectuer toutes ces vérifications dès le premier rendez-vous, mais chacun de ces rapides petits tests me permet de montrer aux parents et à l'enfant qu'il a de bonnes raisons d'avoir des difficultés scolaires. En rendant accessible le contenu de mon « panier d'activités » je suis en mesure de leur garantir que l'on peut faire beaucoup de choses en réponse à leur demande initiale « Aidez-nous – qu'est-ce qui ne va pas avec notre enfant ? » et les inviter à partager le menu.

Traduit par Claire Lecut

Barbara Wards, ex enseignante, éducatrice pour enfants en difficultés d'apprentissage, instructrice de Touch for Health, Consultante Brain gym depuis 1984 et membre faculté international depuis 1992. La mission de ma vie : aider les personnes et plus spécialement les enfants à découvrir et profiter de leurs capacités pour se débrouiller à l'école/au travail et d'enseigner ces méthodes aux autres.

Contact : Barbara Wards  
edukbarb@orcon.net.nz

\*ndlt :sorte de culotte suspendue à un ressort fixé au plafond

## Lecture et jeu de l'été

### Spécial sur la mémoire

En kiosque jusqu'à fin août

Au sommaire :

Des cerveaux prodigieux  
Notre passé construit notre futur

L'anatomie des souvenirs  
Tous les rouages de notre identité

L'organisation de la mémoire

Comment se forment nos habitudes  
Les traces cachées de nos souvenirs  
La bonne influence de nos émotions  
Des faits qui résistent à l'oubli



### Le monde de l'enfance

Au sommaire :

Neuropédagogie, les jeux formes la jeunesse !

Le jeu collectifs, entre plaisir et respect des règles

Le dessin une fenêtre ouverte sur la pensée



### OUPS !

De Karsten Adlung



5 ans et plus  
Joueurs : de 2 et plus  
Durée de jeu : 10 à 30 min

« Mais qu'est-ce que fait OUPS ? OUPS a fait un rêve. Dans ce rêve, il faisait constamment des figures et des formes étranges. Il a décidé alors de faire un voyage sur la Terre, car OUPS sait bien que les enfants souffrent de plus en plus du manque de mouvement, d'une baisse de concentration et de difficultés à apprendre. Savez-vous imiter ses mouvements ? »

Plusieurs règles de jeu sont proposées pour user et abuser de ces cartes : trouver les paires comme reproduire les mouvements présentés tels que des huités couchés, des mouvements croisés ou des crayonnages en miroir.

Seul bémol, les instructions de jeu sont soit en allemand soit en anglais ; de quoi retrouver ses vieux apprentissages.



# Sankyogo

Par Thierry Noens, consultant et instructeur en Éducation Kinesthésique

## L'île aux trois frontières

2ème partie

### LE SERPENT

- Qu'est ce qu'il fait là, celui là ?

Je sursaute. Quelqu'un a parlé. Mon cœur bat très vite. Des yeux, j'essaye de trouver mon interlocuteur... Mais en vain.

- Qu'est ce qu'il cherche comme ça ? interroge une nouvelle fois cette voix.

Sans savoir à qui je parle, je réponds fébrilement :

- Je me suis échoué...

La voix s'est tue... je n'entends plus que le roulement des vagues sur le sable.

- Y A QUELQU'UN ?

- Tu...tu peux m'entendre ? balbutie la voix.

- Heu... Oui... mais où êtes vous ?

- Là... sur ta droite... le rocher !

Je vois bien le rocher entouré de sable grisâtre à une dizaine de mètres de moi... mais personne !!!

- Où êtes vous ? je vous entends mais je ne vous vois pas !!!

- Sur le rocher !

- SUR LE ROCH... ???

Je n'en crois pas mes yeux, sur le rocher, un serpent vient de se dresser et... IL ME PARLE !!! Je n'ose plus bouger. Instinctivement, je serre le livre contre ma poitrine... Je ne comprends plus rien.

- C'est curieux que tu puisses m'entendre !

Machinalement, je réponds,

- Ce qui me paraît curieux c'est... que vous puissiez me parler...

Un serpent... Je parle à UN SERPENT, que je vouvoie en plus... mon voyage en barque a fait plus de dégâts qu'il n'y paraît. Il faut vite que...

- Approche toi un peu,

Le serpent a coupé court à toutes mes remarques...

- Pas trop vite et pas trop près

Je m'approche doucement, comme il m'est demandé, prêt à prendre mes jambes à mon cou si la situation venait à empirer.

Je ne quitte pas le reptile des yeux. Je serre toujours très fort le livre contre moi... Je dois rêver... Je vais me réveiller, oui... C'EST CA ! JE VAIS ME REVEILLER !... et retrouver ma couche, mes parents, mon village...

- Là... c'est bien... n'avance plus ! m'ordonne presque l'animal d'un ton sec qui devient plus troublé quand il me demande :

- Tu entends vraiment ce que je pense ?

- Ce que vous ... PENSEZ ?

Je viens de remarquer qu'aucun son ne sort de sa... bouche ? Mais que je comprends parfaitement ses pensées qui résonnent au plus profond de moi.

- Oui... mais je ne sais pas comment, je ne comprends vraiment rien à tout ça...

- Hum !! assieds toi lentement et raconte moi comment tu es arrivé ici...

Je m'agenouille sur le sable non loin du rocher. En me détendant petit à petit, je commence à raconter mon histoire, là où tout a débuté. Je lui parle de ma classe, de mes amis, de ce

professeur en charrette... Je lui explique les gardes de l'empereur, de la loi qu'il a édicté au sujet des livres... de la lutte... de CE livre...

- *Un enfant débarquera sur notre frêle atoll, il portera le livre contre vents et marées...*

- Com... COMMENT ?

- Non, rien je parlais à moi-même, se reprend le serpent. J'avais oublié que tu pouvais m'entendre... Et, c'est ce livre là qui t'a créé tous ces problèmes ?

- Heu... oui !

- Et tu sais ce qu'il y a à l'intérieur ?

J'y pense, je ne l'ai même pas ouvert. Je m'y emploie mais l'eau de mer a serré la sangle qui le maintient fermé.

- Tu devrais le laisser sécher au soleil, ce sera plus facile après.

Je pose, sans mouvement brusque, mon trésor sur un petit rocher à quelques centimètres de mon interlocuteur.

- Merci de faire attention à tes gestes... Il m'arrive parfois d'avoir des réflexes brutaux et je ne voudrais pas que tu sois blessé.

Je commence à m'habituer à cet étrange personnage, bien qu'un peu effrayant au premier abord.

La faim commence à me tirailler les entrailles. Le serpent lit en moi comme dans un livre.

- Tu as faim n'est ce pas ?

- Oui... un peu

- Tu vois, derrière toi, ces arbres qui montent jusqu'au milieu de la montagne ? Ils cachent des fruits de toutes sortes. Vas-y ! on se retrouve ici dès que tu seras rassasié.

Je me lève d'un bon, le serpent se redresse prêt à mordre...

- Excuse moi... Je n'ai pas voulu t'effrayer

Le tutoiement et la douceur de ma voix calment l'animal. Bien que surpris, je n'ai pourtant pas eu peur.

- C'est plus fort que moi... et puis... on se connaît à peine... ALLEZ FILE !

La simple idée de goûter des fruits frais me remplit d'énergie... Je jette quand même un coup d'œil au livre

Vas y, te dis-je ...JE LE GARDE PRECIEUSEMENT !



Copyright 2008/ Thierry NOENS

# Le Brain Gym et les neurosciences



Marie Anne Saive

Consultante et instructrice en Éducation Kinesthésique

Un consultant/instructeur en Brain Gym® est un explorateur du mouvement, de l'observation et du ressenti. Il n'est pas un spécialiste du cerveau. Il ne s'étend donc pas sur le sujet.

Il n'empêche... rien que le nom *Brain Gym* invite le premier quidam à poser des questions sur le cerveau. A son corps défendant, tout instructeur Brain Gym est bel et bien régulièrement interpellé concernant l'impact du Brain Gym sur les fonctions cérébrales...

Le 20 février dernier, *Brain Gym Belgium* a convié ses membres à bénéficier d'une séance d'information sur les dernières découvertes en neurosciences. Cette séance d'information était organisée par l'INC, l'Institute of NeuroCognitivism, centre de recherche en neurosciences cognitives et comportementales ([www.neurocognitivism.be](http://www.neurocognitivism.be)).

Nous étions donc tous avides de récolter des informations scientifiques « reconnues », susceptibles de nourrir nos connaissances en neurosciences et, pourquoi pas, susceptibles aussi de confirmer, expliquer, soutenir les résultats étonnants que la pratique du Brain Gym génère.

Dans une ambiance conviviale, nous avons reçu une synthèse des avancées réalisées en neurosciences et de leurs applications en ANC (Approche neurocognitive et comportementale).

Je partage avec vous les aspects ci-après qui m'ont interpellée. Ce faisant, je vous livre aussi un aperçu du livre sur lequel s'est structurée la conférence : « *L'intelligence du stress* » de Jacques Fradin, paru aux Editions Eyrolles en 2008.

En guise d'introduction, je résumerai la conférence et le livre comme suit :

1. Selon les recherches scientifiques récentes, le stress, qui affecte tant nos performances que notre santé mentale et physique, serait le signal de détresse d'une intelligence préfrontale **inconsciente**. En d'autres mots, le stress humain (qui dans 90% des cas est non vital et donc d'origine interne, subjective et

cognitive) proviendrait d'un **obstacle** à la production préfrontale.

2. Pour lever cet obstacle, il est recommandé de recourir à l'une des fonctionnalités les plus remarquables de notre cerveau : la bascule entre le **mode dit « automatique »** qui gère le connu et l'autre **mode dit « intelligent ou adaptatif »** qui gère le complexe et l'inconnu...

Des mots-clés résonnent déjà dans les cellules du praticien en BG!... Mais commençons par planter le décor et expliciter ces propos avant d'explorer les liens avec le BG!

## Le décor : Les quatre cerveaux, centres décisionnels

Non, Monsieur MacLean et le cerveau tridimensionnel ne sont pas mis au rancart ! En effet, les résultats récents de l'imagerie médicale redonnent du crédit à la notion de zones spécialisées, voire conflictuelles.

Néanmoins, dans le cadre de nos comportements et de nos apprentissages, l'importance relative et le rôle de certaines zones cérébrales sont considérablement revus, ce qui aboutit à cartographier 4 zones cérébrales essentielles :

1. Le cerveau reptilien, cerveau inconscient et réflexe. Partie la plus ancienne de notre cerveau, le cerveau reptilien transcrit nos besoins biologiques **individuels** en pulsions de vie et de survie : boire, manger, dormir, se reproduire et, plus largement, préserver l'intégrité corporelle. Les trois réactions de base face aux dangers y sont programmées. Par ordre de préférence, le cerveau reptilien nous pousse à fuir, lutter ou « faire le mort ».
2. Le paléo-limbique. Situé juste au-dessous du corps calleux, le paléo-limbique forme la partie la plus ancienne du cerveau limbique. Cette partie comprend notamment les amygdales limbiques et gère les rapports de force, le positionnement grégaire. Il nous donne notre place dans le **groupe**, ou du moins la sensation que nous en avons. Il est donc étroitement en lien avec la confiance que nous développons lorsque nous nous sentons

d'égal à égal ou, au contraire, avec les jeux de pouvoir et de soumission que nous explorons lorsque l'égalité n'est plus vécue.

3. Le cortex automatique. Cette partie rassemble le néo-limbique, situé juste au-dessus du corps calleux, **ET** le néo-cortex sensori-moteur qui comprend le lobe occipital, le lobe pariétal, le lobe temporal et les aires motrices du lobe frontal.

Le cortex automatique a un accès privilégié à la **conscience**. Sa fonction est de gérer le basique, le connu, le quotidien. Il puise la motivation dans le néo-limbique, qui régule les **règles et les conditionnements** imposés par le groupe, les permissions et les interdictions, les mécanismes d'évitement et de compensation. C'est dans le néo-limbique que se tissent nos croyances limitatives et qu'errent nos libertés perdues...

4. Le préfrontal. L'intelligence préfrontale est le sommet de l'intelligence humaine. Le préfrontal, qui représente près de 20% de la masse cérébrale, permet de gérer le nouveau, l'inconnu, de prendre en compte la complexité de notre environnement et d'introduire de nouveaux apprentissages. Il est adaptatif. Le néocortex préfrontal, qui explique notre beau front redressé, est à la fois : \* la partie la plus **intelligente** de notre cerveau ;\* le centre d'un réseau de « câblage direct et à très haut débit » (grosses fibres myélinisées) qui le relie en direct, donc sans filtrage, à toutes les parties du cerveau. Mieux que toute autre partie du cerveau, il **sait** ce qui se passe en tous les points de l'encéphale ;\* handicapé par le fait qu'il est **inconscient** !... il s'exprime donc par ce que les poètes ou les philosophes nomment l'illumination, l'insight, la muse, **l'Eurêka** !!

#### Le stress : signal de détresse d'une intelligence préfrontale inconsciente.

Les études récentes en imagerie cérébrale montrent qu'une partie du cortex préfrontal s'active face à l'incohérence de nos comportements conscients et déclencherait le stress en activant le cerveau reptilien avec lequel il est en communication directe.

Ainsi le stress serait un précieux indicateur de refoulement du préfrontal ou, en d'autres termes, le dernier recours de l'intelligence préfrontale lorsqu'elle ne se sent pas en accord avec une pensée ou une action provenant essentiellement

du cortex automatique.

Le préfrontal dispose d'un réseau de connexions directes et rapides avec l'ensemble de l'encéphale. Il choisit pourtant de diffuser l'information au cerveau reptilien qui a l'avantage... de l'écouter ! En effet, ne disposant pas de mémoire d'acquisition, le cerveau reptilien n'est ni censurable, ni manipulable... contrairement aux autres zones cérébrales du cortex automatique qui refusent l'information par « surdité consciente » ou « interdits limbiques »

Sans le savoir, l'archaïque reptilien jouerait donc le rôle de porte-parole du préfrontal.

Malheureusement, le reptilien ne peut ni comprendre les erreurs commises par les structures cérébrales supérieures, ni apprendre un autre langage que le sien : il ne sait s'exprimer qu'avec ses solutions primitives de fuite, de lutte ou d'inhibition, solutions adaptées pour répondre à des agressions extérieures... alors que, dans la plupart des cas, le préfrontal cherche à donner une alarme de dysfonctionnement interne.

#### Le mode « automatique » et le mode « intelligent ou adaptatif ».

On voit ainsi apparaître deux modes mentaux :

1. *Le mode mental automatique*, géré par le cerveau limbique et le cortex sensori-moteur.

Le mode mental automatique détient la conscience. Il est le mode « économique » : il gère le basique, le connu, le déjà vu, fixe les apprentissages et les compétences, gère les affaires courantes. Il assure la plupart de nos actes automatiques avec l'efficacité et la rapidité du raisonnement binaire : c'est vrai/faux, bien/mal, honnête/malhonnête. Il est spécialisé dans la routine, le refus (persévération/rigidité), la dichotomie (simplification), les certitudes (sensation de réalité), l'empirisme (orienté sur le résultat) et l'image sociale (grégarité).

2. *Le mode mental préfrontal*, intelligence inconsciente qui gère avec brio tout ce que le mode automatique ne sait pas faire, et notamment la nouveauté.

Le mode mental préfrontal est multitâche, multidimensionnel, coordinateur et improvisateur. Il agit en temps réel avec la perception globale du contexte. Il ne porte pas de jugement binaire. Il reste ouvert à

l'éventail des possibles. Il permet la curiosité sensorielle (ouverture), l'acceptation (adaptabilité), la « nuanciation » (perception du détail et de la complexité), la relativité (recul), la réflexion (exploration des mécanismes cachés) et l'opinion personnelle.

Le néo-cortex préfrontal serait donc bien le complément opérationnel du « cerveau automatique » et vice versa.

L'idéal est donc que cette complémentarité puisse s'exprimer en toutes circonstances et que notre cerveau puisse basculer d'un mode à l'autre avec aisance et fluidité selon les besoins. Cette bascule avant (mode adaptatif préfrontal)/arrière (mode automatique) serait donc la clé essentielle pour gérer le stress. Cette bascule serait en outre plus fondamentale que la bascule gauche/droite « *dont on a beaucoup parlé il y a quelques années et qui semble aujourd'hui à la fois moins cruciale, moins simple à décrire qu'il n'y paraissait, et surtout à laquelle on avait attribué certaines caractéristiques clés qui relèvent en fait de la bascule avant/arrière* » (p. 62)

### Apprendre, ou basculer aisément d'un mode à l'autre...

Pour favoriser l'apprentissage et l'adaptation, l'ANC (Approche neurocognitive et comportementale) propose des techniques pour favoriser la bascule entre *mode mental automatique* et *mode mental préfrontal*.

1. L'Échelle d'Évaluation des Modes Mentaux (EEMM) : cette échelle synthétise en six dimensions les connaissances acquises sur le préfrontal, afin de mettre en évidence les liens qui existent entre le Mode Mental Automatique (MMA) et la stressabilité d'une part, et le Mode Mental Préfrontal (MMP) et la sérénité d'autre part.
2. La Gestion des Modes Mentaux inférieurs (GMMi) : c'est un ensemble de techniques qui permettent de diminuer l'emprise du paléo-limbique sur le néo-limbique afin de « stabiliser » le Mode Mental Automatique et de préparer la bascule vers le Mode Mental Préfrontal (voir point 3)
3. La Gestion des Modes Mentaux supérieurs (GMMs) : c'est un ensemble de techniques et de pratiques qui favorisent la bascule du MMA au MMP. « *On pourrait dire que c'est une gymnastique du cerveau* » (p. 221). Ces

techniques semblent emprunter essentiellement le canal cognitif (travail de la pensée par les leviers préfrontaux) et accessoirement le canal sensoriel (exercices permettant de libérer le préfrontal en élargissant sa conscience à plusieurs sensations, voire sens corporels simultanés).

### Et le Brain Gym dans tout ça ?

Que de liens avec le BG!!!

Car qu'est-ce que le BG si ce n'est la pratique de **mouvements ciblés** explorés dans le **ressenti**, pratique qui favorise la **bascule aisée** d'un mode à l'autre et fluidifie nos apprentissages ?

Ainsi, « nos » mode automatique et mode de repérage ne sont-ils pas ces Mode Mental Automatique et Mode Mental Préfrontal ici décrits ?

Une nouveauté toutefois : le mode de repérage, mode fabuleux par excellence, relèverait de l'inconscient ! « *Quelle surprise ! On dit souvent en sciences cognitives que le mode automatique est inconscient et que le mode contrôlé est conscient et intelligent. En fait c'est parce qu'il existe deux grands inconscients : l'un inférieur, qui gère les micro-automatismes, et l'autre supérieur, préfrontal, plus intelligent que la conscience.* » (p. 35)

Tout cela met bien en lumière combien les deux modes sont essentiels dans l'apprentissage.

Et je me permets d'émettre ici une proposition.

Si cette complémentarité indispensable est soulignée à maintes reprises dans les cours et les manuels de BG, j'observe qu'une confusion s'installe chez beaucoup de praticiens dès qu'il s'agit d'aborder la vérification musculaire : celle-ci semble en effet valoriser l'accès au mode automatique, ce qui à mon sens est une erreur d'interprétation...

Ne serait-il pas judicieux de modifier quelque peu le vocabulaire pour être plus proche de cette complémentarité, c'est-à-dire de l'intégration cérébrale et de la sensation de fluidité ?

Plutôt que de dire qu'une action/objectif est en mode de repérage en début de séance (mode qui a tendance à être abusivement assimilé à « stress » et donc à une position « négative » alors que le mode de repérage est LA CLE pour permettre l'exploration du nouveau) et en mode automatique en fin de séance (mode qui a tendance à être abusivement associé à LA

position optimale) ne serait-il pas plus judicieux de parler tout simplement de *non intégration /intégration* pour faire référence d'une part à cette difficulté de bascule entre les deux modes en début de séance et d'autre part à cette aisance de bascule entre les deux modes en fin de séance ?

Personnellement, il y a longtemps que j'ai adapté mon vocabulaire en séance individuelle.

Je garde précieusement le vocabulaire *mode automatique/mode de repérage* pour expliquer les deux aspects complémentaires de l'apprentissage. Et j'utilise les mots *non intégration /intégration* pour distinguer les deux observations possible face à une situation, particulièrement lors des vérifications musculaires :

- soit je me sens tendue, incohérente, confuse, incomplète, auquel cas je ne suis pas intégrée et sens qu'une partie de moi « est restée dans les coulisses », ce qui me rend peu apte à faire face à la situation (vérifications musculaires « débranchées » / bascule entre les deux modes inaccessible ▪ non intégration cérébrale).
- soit je me sens entière, fluide, complète, auquel cas je suis intégrée et peux faire face à la situation avec aisance et créativité (vérifications musculaires « branchées » / bascule entre les deux modes accessible ▪ intégration cérébrale)

Par ailleurs, dans la foulée des liens entre BG et neurosciences, je suis une fois de plus émerveillée devant ce cadeau d'(auto)observation qu'est le pendule avant/arrière. Ce balancement qui nous permet de nous évaluer par rapport à une situation donnée (objectif et vérifications en profondeur) s'éclaire encore à la lumière de ce qui précède.

- Le balancement avant/arrière semble bien prioritaire pour déceler/lever le stress à sa racine. Ce balancement permettrait d'être en

contact avec les deux zones inconscientes de notre cerveau : la partie postérieure à l'origine des processus réflexes, relative aux instincts basiques de la vie (reptilien) ainsi qu'à certains mécanismes d'apprentissages automatiques (amygdales) et la partie antérieure, à l'origine des processus adaptatifs (préfrontal)

- Et quand je vais vers l'arrière, ne serait-ce pas l'indice que, dans la situation donnée, je n'implique pas mes lobes frontaux et que je recours à des stratégies non adaptées? A l'inverse, quand je bascule vers l'avant, ne serait-ce pas l'indice que mes lobes frontaux sont impliqués ou, en d'autres termes, que j'accède à la totalité de mes capacités cérébrales et que je peux gérer la situation avec fluidité ?...

N'est-ce pas fabuleux tout ça ?

Merci à Paul et Gail Dennison qui ont eu le génie de rendre cette bascule aisément et joyeusement praticable en lui associant le bonheur de bouger.

Merci à l'Institute of NeuroCognitivism qui nous a chaleureusement reçus et nous a offert de nouvelles pistes d'observation.

De toute évidence, le BG pourrait avoir une place de choix dans les approches que l'INC propose pour explorer « *L'intelligence du stress* ».

De toute évidence, si les responsables de l'INC tout autant que les praticiens en BG ont bien accès à leurs lobes frontaux, une collaboration fructueuse pourrait bien s'amorcer rapidement !...

L'intelligence du stress

Jacques Fradin

Éditions Eyrolles

20€

ISBN 9782212540987



# Les adresses

Vous trouverez ci-dessous une liste de consultants utilisant l'approche 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.
- 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

- 14000** CAEN, 62 rue Pierre de Coubertin :LANDON Paul 02 31 53 60 12 cfpa(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
- 14000** CAEN, 32 place Saint Sauveur : PIDOLLE Isabelle, 02 31 79 40 36 isabelle.pidolle(chez)gmail.co
- 14130** PONT L'ÉVÊQUE, 1 rue Harou : VINCENT-ROUSSELOT MIREILLE, 06 73 39 19 23 roussetotvincent(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
- 16100** COGNAC, 28 Rue Louise De Savoie : BRESSON Catherine 06 78 35 80 69 cab.vibre(chez)orange.fr
- 16100** COGNAC, 28 Rue Louise De Savoie : VIDAL Henri 06 77 76 25 80 cab.vibre(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
- 31290** VALLEGUE, lieu dit Laoujole : LLORCA Françoise 06 23 08 83 80 fran.llorca(chez)free.fr
- 33000** SAINTE FOY LA GRANDE-PINHEUIL. ADE-KMA: MAILLEFERT Christine 06 80 25 64 12 ade-kma(chez)hotmail.fr
- 34000** MONTPELLIER , Nêmo 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
- 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
- 41000** BLOIS, 72 rue des Chalands, GOBILLOT Fabienne, 02 54 56 14 00
- 44000** NANTES: 155 Rue Paul Bellamy: IMARI Céline 02 51 70 04 32 celinimari(chez)gmail.com BG
- 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 15 c-meignen(chez)yahoo.fr ou secretariat(chez)ecapnantes.fr <http://www.ecapnantes.fr>
- 44100** NANTES Quartier Sainte Thérèse 1 place Alexandre Vincent : VAUGEOIS Christelle 02 40 76 02 65 christelle.vaugeois44(chez)laposte.net
- 44118** LA CHEVROLIERE. 20 L'Aubrais : IMARI Céline 02 51 70 04 32 celinimari(chez)gmail.com
- 44840** LES SORINIERES, 4 rue de l'Élan: BABIN Magali, 06 79 43 32 10 , magalibabin(chez)yahoo.fr
- 44240** LA CHAPELLE / ERDRE 19 Chemin de la Nallièrre: GUINEL Dominique 02 40 72 57 36 doma.guinel(chez)wanadoo.fr
- 44700** ORVAULT , 11 rue Dalton : FOUASSIER Monique 02 40 63 55 95 mfuouassier(chez)wanadoo.fr
- 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, le Bourg, ADE-KMA: MAILLEFERT Christine 05 53 79 09 04 ou 06 80 25 64 12 ade-kma(chez)hotmail.fr
- 49320** BRISSAC QUINCE , 24 rue de la Fontaine aux Clercs: WALSH Véronique 02 41 91 78 28
- 50100** CHERBOURG, 76 rue Emmanuel Liais : FAUQUEUX Hélène 06 89 06 16 36 hfauqueux(chez)yahoo.fr
- 50120** EQUEURDREVILLE, 4 rue des Flots : FAUQUEUX Hélène 06 89 06 16 36 hfauqueux(chez)yahoo.fr
- 50310** MONTEBOURG, 24 Place St Jacques, BISSON Marie, 02 33 08 32 57 mariebg(chez)neuf.fr
- 54000** NANCY , 26 rue Grandville: BATAILLE Brigitte 06 87 51 14 88 brigitte.bataille3(chez)wanadoo.fr
- 56000** VANNES, 9 avenue Victor Hugo (dans la galerie) : OHAYON Dany, 06 28 33 51 45 danyohayon(chez)hotmail.com
- 56100** LORIENT, 5 impasse Sainte Véronique : KERLO Sandrine 02 97 83 97 29 sandrinekerlo@free.fr
- 56890** SAINT AVE, 18 rue de Plaisance : LE GUILLOUX Christophe 06 09 74 62 98 chris.le-guilloux@tele2.fr
- 59134** FOURNES EN WEPPEPES 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
- 59890** QUESNOY sur DEULE 21 Rue Léonard de Vinci: 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 françoise 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-5dimensions.net>

**68120** PFASTATT, 8 rue de la Paix : BAUER Jean-Luc, 06 62 26 13 05 kinesiologiebauer(chez)yahoo.fr <http://kinesiologiebauer.free.fr/>

**74200** THONON LES BAINS, 49 AV d'Evian, Le Ténééré, RAUCOULES Huguette, 04 50 71 65 60 coreamkin(chez)neuf.fr

**75002** PARIS, 3 rue Tiquetonne: DE LARDEMELE Aysseline aysseline.delardemelle(chez)gmail.com 06 10 26 11 80 <http://www.aysselinedelardemelle.blogspot.com>

**75004** PARIS 60 rue du Roi de Sicile: MARTIN Sandrine 06 25 14 13 93 sandrineenmouvement(chez)gmail.fr

**75009** PARIS : 26 rue de Clichy : CANU Agnès 01 30 23 92 85 ou 06 68 02 22 43 agnescanu(chez)club-internet.fr

**75009** PARIS 10 rue Buffault : LECUT Claire 06 76 36 59 06 claire.lecut(chez)free.fr

**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: GIRALT Viviane Association Mouvements Equilibre Mémoire 06 25 51 31 93 vivianegirault(chez)orange.fr

**78100** SAINT GERMAIN EN LAYE, 5 av du Professeur Roux, COURQUIN Florence , 01 39 16 50 30 - 06 15 03 33 06 florence.courquin(chez)gmail.com [www.ecolodo.fr](http://www.ecolodo.fr)

**78100** SAINT GERMAIN EN LAYE, 5 av du Professeur Roux, COURQUIN Jean-Stéphane 01 39 16 66 40 - 06 08 55 73 18 js.courquin(chez)gmail.com [www.ecolodo.fr](http://www.ecolodo.fr)

**78150** LE CHESNAY, 7 square Jasmin- Résidence St augustin, Avenue su Dr Schweitzer, VINET Christine 06 11 15 23 31 christinevinet-lj(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** CHATILLON SUR THOUET , 42 av Morinière MATTEI Marie 05 49 95 85 11 mattei.marie(chez)wanadoo.fr <http://www.kinesio-mm.com>

**80230** SAINT VALERY SUR SOMME, 49 quai Perrée: Claire LECUT 06 76 36 59 06 claire.lecut@free.fr BG, DdM.

**83100** TOULON 180 rue Berluc Perussis: BOIVIN Nelly 04 94 61 26 37 ou 06 77 09 64 62 nelly(chez)kinesionelly.com <http://www.kinesionelly.com>

**84460** CHEVAL BLANC, 41 Rue du Bas Cabedan: LAGIER LIBERATO Elise 04 90 71 58 51 elise.lagier(chez)orange.fr

**84570** MORMOIRON Route de Bedoin: DESAPHY Sophie 06 73 95 80 53 activaperformance(chez)orange.fr

**86000** POITIER, 1 Allée Louis Braille : DELAVAUD Yann 06 16 76 36 01 iip(chez)libertysurf.fr

**86600** JAZENEUIL 14 Cité La Vigne, L'Elan des Sources, SIROT Marie-Christine 05 49 53 57 14 ou 06 67 82 29 01 elandessources(chez)sfr.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 03 86 49 07 02 ml.taable(chez)lenvol-coop.fr [www.lenvol-coop.fr](http://www.lenvol-coop.fr)

**91240** SAINT MICHEL SUR ORGE, rue du Four : TECHER Anne Marie 06 29 40 60 50 huitaudiapason(chez)yahoo.fr

**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

**91840** SOISY SUR ECOLE 6 Grande Rue, CANU Agnès 01 30 23 92 85 ou 06 68 02 22 43 agnescanu(chez)club-internet.fr

**92200** NEUILLY SUR SEINE , 149 avenue Charles de Gaulle :FRANCOIS Chantal 01 47 47 56 33 chantalmariefrançois(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 : LECUT Claire 06 76 36 59 06 claire.lecut(chez)free.fr

#### BELGIQUE

**5070** FOSSES-LA-VILLE, 100 Route des Tamines : GROBELLE Jean-Jacques 0032/(0) 71 780 732 jjgrobelle(chez)belgacom.net  
retrouvez d'autres professionnels sur : [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  
Viale Roma 13 - 21010 AGRA : ROI Silvano silvano.roi@hotmail.it 0332517008  
retrouvez d'autres professionnels sur : <http://www.braingymitalia.org>

#### SUISSE

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

1256 TROINEXIGE, 2 ch du Champs-Carré, FREEDMAN Elsa, eslamfreedman(chez)hotmail.com 00 41 22 343 27

1400 YVERDON LES BAINS, rue du Valentin 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)edufr.ch

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

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

1950 SION Rue de la Porte Neuve 9 : THIESSOZ Josiane 0041 27 3236930 josiane.thiessoz(chez)bluewin.ch

#### EMIRATS ARABES UNIS

LAILDLAW 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 : Sandrine Martin. Pour envoyer vos articles et suggestions : [secretariat@braingymfrance.org](mailto:secretariat@braingymfrance.org) ou  
Brain Gym France, 24 place Saint Jacques, F-50310 Montebourg  
Ce journal a été réalisé sous Linux avec une suite bureautique libre et gratuite : Openoffice.org