



Bienfaits du programme de massage dans les écoles

Tout comme pour les adultes et les bébés, le massage s'avère des plus bénéfiques pour les enfants de 4 à 12 ans.

Bienfaits pour l'enfant

- Avoir le sentiment d'être reconnu comme une personne unique, à part entière;
- Apprendre le respect des autres et de soi-même par la possibilité de dire « oui » ou « non » au toucher;
- Développer son côté kinesthésique;
- Augmenter ses capacités d'apprentissage et de réussite;
- Améliorer son bien-être et sa capacité de se centrer;
- Acquérir des notions sur la gestion de son stress;
- Développer son ouverture aux autres et sa capacité de communication;
- Renforcer son système immunitaire.

Bienfaits pour l'enseignant

- Profiter d'une classe plus harmonieuse et moins bruyante;
- Favoriser chez l'enfant un état propice à l'apprentissage;
- Contribuer à une meilleure réussite scolaire de sa classe;
- Diminuer les comportements parfois agressifs des enfants;
- Inclure le mouvement et le toucher dans l'enseignement des matières du curriculum scolaire.

Bienfaits pour l'école entière

- Offrir une activité constante et permanente à mesure que l'enfant évolue d'une année à l'autre;
- Avoir un outil pratique pour lutter contre l'intimidation et le harcèlement;
- Favoriser le respect et l'ouverture à l'autre.

Bienfaits pour les parents et la famille

- Voir son enfant améliorer ses relations avec ses parents, ses frères et sœurs.

Bienfaits pour la société

Les effets des massages se manifestent également à long terme. Si tous les enfants, dans toutes les classes, commencent leur journée par quelques minutes de massage, à long terme, nous pouvons imaginer une société composée d'individus :

- plus pacifiques;
- plus respectueux les uns des autres;
- dépenses moins élevées de l'État en matière de soins de santé.