



Le massage à l'école



le respect à portée de main
hands-on respect

www.misa-france.fr

Une Association Internationale :



- **Créée officiellement en 2000,**
par **Mia Elmsäter** (Suédoise)
et **Sylvie Hétu** (Québécoise)
issues du monde de l'éducation
- **Présente dans plus de 40 pays**
Angleterre, Argentine, Australie, Belgique, Canada, Chine,
Espagne, France, Irlande, Japon, Nouvelle-Zélande, Singapour...





Sa mission

« Que tous les enfants vivent l'expérience positive du toucher sain et nourrissant tous les jours, partout dans le monde. » - S. Héту et M. Elmsäter

Massage In Schools Program : le MISP

Programme avant-gardiste qui contribue :

- au bien-être des enfants
- au respect de soi et des autres
- à la baisse de violence dans les établissements accueillant des enfants
- Améliore les relations bienveillantes entre tous et avec soi-même

LE MISP contient une « routine de massage » correspondant à l'enchaînement de 15 mouvements de massage, ainsi que des activités permettant d'utiliser le toucher et le mouvement dans le cadre des apprentissages scolaires.





Un concept unique

la mise en place de la routine est progressive, simple et rapide :

- 4 à 6 interventions de 30 mn
- Les enfants apprennent de manière ludique les 15 mouvements de la routine de massage
- Une fois acquise, la Routine prend à peine 15 mn par paire

Un concept unique

- Les enfants se massent les uns les autres
- Le massage se pratique sur les vêtements
- Les enfants massent :
 - la tête, les épaules, le dos, les bras et les mains
- Les enfants se demandent la permission avant de commencer
- Ils se remercient après le massage
- Chaque enfant a la liberté d'accepter ou non le massage
- L'instructeur montre les mouvements dans l'espace ou sur l'enseignant





De nombreux bienfaits

- Exerce un effet calmant et réduit le stress
- Améliore la concentration en classe
- Permet une meilleure connaissance de soi et de l'autre
- Favorise le respect de soi et des autres
- Favorise l'apprentissage
- Diminue l'agressivité
- Apporte un meilleur fonctionnement du système nerveux
- Permet de satisfaire le besoin de mouvement de l'enfant tout en facilitant l'intégration des apprentissages
- Peut se pratiquer en famille

Nos instructeurs

<http://www.misa-france.fr/liste-des-instructeurs-misa-france-pub>

