



## SOCIÉTÉ

# Des vacances qui vont faire du bien

Trop précoces ? Trop longues ? Oubliez les critiques habituelles sur les vacances de la Toussaint qui ont débuté hier soir, seulement six semaines après la fin des congés d'été, pour 12 millions d'élèves.

**THOMAS POUPEAU**

**À PEINE** rentrés... déjà fatigués. Les vacances de la Toussaint, qui ont débuté hier soir pour quinze jours dans toute la France, n'ont jamais été aussi attendues par les élèves et leurs profs. Après un été morose, une rentrée (encore) placée sous le signe du Covid-19, l'habituel coup de pompe automnal arrive bien plus tôt que les années précédentes, estiment spécialistes et habitués des préaux. Un effet direct des dix-huit mois de crise sanitaire, qui relance aussi le débat sur les rythmes scolaires.

« Il y a plus de chutes et de bobos dans la cour de récré, des élèves qui se poussent, qui se titillent, et je n'ai jamais donné autant de punitions que ces deux dernières semaines », jure Clémentine, prof des écoles en Seine-et-Marne. « Mes élèves étaient très dissipés ces derniers jours, il y avait une fatigue nerveuse généralisée », confirme Alice, enseignante en CE 2 dans une école du Nord. Maîtres et maîtresses n'y échappent pas.

### « On finit la semaine sur les rotules »

« La salle des profs était un brin plus plombée que d'habitude ces derniers jours », note encore Alice, qui a pris son tout premier arrêt de travail en vingt ans. « On est plus irritables et avec des élèves pénibles, c'est un cercle vicieux : on crie plus fort, on respire mal avec le masque,

les maux de tête arrivent, et on finit la semaine sur les rotules », ajoute l'enseignante. À la maison, nombreux sont les parents qui font la même observation. « Chaque soir, c'est la crise avec ma fille de 4 ans. Un rien l'agace : aller à la douche, finir son assiette, se coucher... Elle est sur les nerfs », confie Carla, mère de deux enfants.

Facteur aggravant : les maladies de saison assomment tout le monde, d'autant que les gestes barrière tombent de plus en plus facilement. « Dans ma classe, ça se mouche, ça renifle plus précocement que d'habitude, décrypte aussi Clémentine. Sur mes 23 élèves, 7 ont raté plusieurs jours d'école pour cause d'angine, ou même de grippe. »

Un constat qui n'étonne pas Claire Leconte, chronobiologiste et spécialiste des rythmes de l'enfant. « Il y a tous les ans une dépression saisonnière qui arrive en novembre ou décembre parce que la météo change, les jours sont plus courts. Cette année, elle arrive maintenant, c'est très particulier », juge l'experte. Pour elle, la proximité des vacances d'été préserve habituellement l'état des enfants, et de leurs profs, au moins jusqu'au début de l'hiver. Pas cette année.

### Reprendre un rythme de croisière

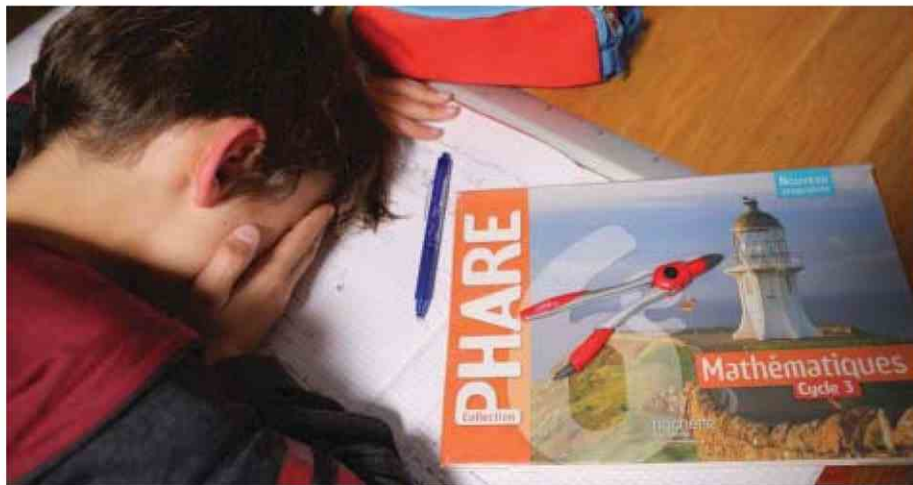
« Il y a plusieurs raisons : l'été n'a pas été mirobolant, les gens ont peu récupéré, mais

surtout, le changement de rythme brutal entre la fin de l'été et la rentrée s'est fait sur fond de crise sanitaire, porteuse d'angoisse. Les organismes l'ont mal vécu, surtout ceux des enfants », développe encore Claire Leconte. Ainsi, les familles mettent « bien plus de temps qu'à l'ordinaire » pour reprendre leur rythme de croisière. Les vacances arrivent donc à point nommé pour se reposer... à condition de ne pas faire n'importe quoi ! « Il ne faut pas, paradoxalement, en profiter pour coucher ses petits trop tard au prétexte qu'il n'y a pas école durant deux semaines », juge la spécialiste. Quelle est la bonne heure ? « Quand l'enfant a un coup de froid, dans la soirée, c'est son cerveau qui lui dicte d'aller au lit. Il faut lui apprendre à identifier ce symptôme, et plutôt que de lui donner une couverture, l'emmener tout de suite se coucher. Sans écran, évidemment », raisonne la chronobiologiste. Paradoxalement, l'arrivée particulièrement bienvenue de ces quinze jours de coupure après moins de deux mois de reprise remet un vieux dossier sur la table : la longueur des vacances de la Toussaint. Jamais le dossier n'a été jugé « prioritaire » par Jean-Michel Blanquer quand il est arrivé rue de Grenelle, au contraire « de l'apprentissage des fondamentaux », glisse-t-on au ministère de l'Éduca-



tion nationale. Pourtant, certains estiment qu'il serait pertinent de raccourcir les congés de la Toussaint d'une semaine pour, ainsi, gagner des jours de classe, mais lesquels seraient « moins denses », analyse Claire Leconte.

La chronobiologiste rappelle que « la France est l'un des seuls pays au monde à avoir de si longs congés en octobre ». Hélas : pas si simple de bousculer le calendrier scolaire. « En France, on aime bien concentrer les choses, notamment les jours de classe, plutôt que de les distribuer. Lors de sa réélection, en 2002, Jacques Chirac avait échafaudé un plan en ce sens, se souvient Claude Lelièvre, historien de l'éducation. Mais il s'est heurté à une bronca, notamment du corps enseignant. Depuis, personne ne s'y est frotté. »



LP/AURÉLIE LADET

**Cette année, l'habituel coup de pompe automnal arrive bien plus tôt que les années précédentes. L'angoisse liée à la crise sanitaire pourrait être un des éléments d'explication.**



**L'ÉTÉ N'A PAS ÉTÉ  
MIROBOLANT,  
LES GENS ONT  
PEU RÉCUPÉRÉ**

CLAIRE LECONTE, SPÉCIALISTE  
DES RYTHMES DE L'ENFANT