

Dyslexique, cette jeune collégienne de Neufchâtel-en-Bray remporte un premier Prix d'écriture

Malgré des troubles du langage écrit, la jeune Enora a conquis le jury d'un concours d'écriture lancé lors de la grande exposition « Maître Yoga » à la maison de l'Unesco à Paris.



Enora a reçu un livre qu'elle ne quitte plus

Du haut de ses 13 ans, Enora est élève en 5e au collège Saint-Charles de Foucauld de Neufchâtel-en-Bray (Seine-Maritime).

Dyslexique et dysorthographique, mais aussi hyperactive, elle vient d'obtenir le premier Prix du concours d'écriture et illustration lancé par l'Unesco dans le cadre de sa grande exposition «

Maître Yoga » qui était visible pendant une semaine à Paris.

Le yoga pour aider à se calmer

Et justement, les ateliers de yoga lancés cette année dans l'établissement n'y sont peut-être pas pour rien !

Enora elle-même, qui a participé à ces séances initiées cette année sur le temps du midi, estime qu'ils ont été bénéfiques. « Grâce au yoga, je parviens à me calmer et à me concentrer plus facilement. Ça détend beaucoup. Je pense que ça m'a aidée à écrire le texte qui a remporté le premier Prix".

Je suis très heureuse et très fière, car je n'avais jamais rien gagné avant.

Cerise sur le gâteau, Enora et trois autres élèves (Maël, Angéline et Aglaé) sont allées à Paris pour visiter l'exposition et recevoir ce Prix remis en main propre par Natasha St-Pier, elle-même adepte du yoga.

La collégienne a par ailleurs insisté sur le fait que « ma professeure m'a beaucoup aidée. C'est grâce à elle que j'ai gagnée ».



Enora a reçu son prix des mains de Natasha St-Pierre

La respiration, la concentration et la confiance en soi

Toutefois, si son enseignante d'anglais (et de yoga), Delphine Villers, a épaulé Enora sur la forme, c'est bien le fond de son texte qui a touché le jury. Enora y a évoqué ses troubles, tout en sensibilité. Elle s'est dévoilée par les mots, et cela, les membres du jury y ont été sensibles.

[Paris : cette startup utilise l'IA pour aider les enfants dyslexiques à lire](#)

Cette année, Delphine Villers, nouvelle enseignante au sein de l'établissement, a donc proposé une dizaine de séances de yoga. Elle-même le pratique et s'est formée afin d'obtenir une certification auprès de l'association RYE, agréée par l'Éducation nationale.

Je voulais mettre en place quelque chose de très structurée et sans aucune controverse possible, tout cela dans le respect de la laïcité.

Cette initiation a été très bien suivie sur la pause méridienne, si bien que ces ateliers devraient revenir l'an prochain de façon plus pérenne. « Le yoga permet de travailler la respiration, la concentration et la confiance en soi. C'est un très bel outil pour les jeunes et notamment pour des profils comme celui d'Enora dont les troubles sont un réel frein dans le milieu scolaire ».



Enora avec le livre qui lui a été offert pour son Prix, ici entourée de son enseignante et de la directrice du collège.

Une belle victoire

La directrice de l'établissement, est elle aussi conquise par cette expérimentation : « L'idée, c'est bien sûr de poursuivre l'expérience en développant ces ateliers dès la rentrée. En plus, c'est très valorisant pour les élèves. Pour Enora, ce Prix est une belle victoire ».

Cette fin d'année scolaire aura été des plus ensoleillés pour le collège, et donc pour Enora qui aura vécu un mois de juin exceptionnel.