

## La passion de Nicolas



Nicolas Collard s'est offert une nouvelle passion. A Riquewihr, où il habite, il donne deux fois par semaine des cours de sophrologie. Praline, son chien-guide, vient de lui ouvrir de nouveaux horizons.

" La sophrologie, c'est une relaxation dynamique qui permet, à partir de divers gestes et exercices, de se sentir bien et de développer sa créativité ", résume Nicolas. C'est au " Phare " d'Illzach, pendant ses études, qu'il a découvert cette technique. Aujourd'hui, après quatre ans de formation, il prépare le diplôme de praticien en sophrologie existentielle du 2<sup>ème</sup> cycle. Il lui permettra de postuler à un emploi dans les hôpitaux, les centres de rééducation. " Peut-être même dans les entreprises, pour lutter contre le stress des employés ", sourit Nicolas.

### "J'ai mis mon handicap de côté ! "

Mais le premier gagnant, c'est bien lui. Et Praline, son golden aux beaux reflets roux qui approuve de sa queue en panache, est

évidemment de cet avis. " J'avais besoin de ça. J'ai d'abord pu m'intégrer dans le monde ordinaire par mon travail de çanneur de chaise à l'Association des Aveugles de Colmar. Maintenant, c'est par les séances de relaxation que j'anime. La sophrologie m'a permis de mettre mon handicap de côté ", explique le jeune aveugle. La cécité, estime-t-il, lui donne une approche particulière de ses " patients " : " Les gens, je les perçois différemment, à travers leur voix. Je sens s'ils sont fatigués. Je fais en sorte que leur tension s'évacue, qu'ils s'ouvrent davantage aux autres... "

" C'est comme si quelque chose s'était révélé à moi ", reconnaît Nicolas. Praline a sa part dans cette nouvelle réussite. " C'est elle qui m'a redonné confiance, parce qu'elle m'a permis de me déplacer à nouveau tout seul ", confirme Nicolas. Praline, qui a déposé son harnais, vient quémander une caresse. " Je ne les compte plus, depuis ce matin. Elle est toujours aussi affectueuse ! "

Nicolas Collard vient d'ouvrir son site internet :

<http://monsite.orange.fr/monhandicap/>.

Jeté-y un coup d'œil, vous ne serez pas déçus !

