

Courrier cadres **SPECIAL NICE-SOPHIA : C'EST REPARTI !**

2,50 € SEMAINE DU 2 AU 8 DECEMBRE 2004

**L'HEBDOMADAIRE  
DE VOTRE  
AVENIR  
PROFESSIONNEL**

# Courrier HEBDO cadres

V U A U B U R E A U

**SABRE FRANCE.** Le fournisseur de logiciels pour agences de voyages et le CE offrent aux salariés un massage hebdomadaire. Les employés stressés de la hotline l'ont essayé, les autres services l'ont adopté.

## UN MASSAGE ET ÇA REPART !

**V**isage posé sur l'appuie-tête, le corps penché en avant, coudes et genoux bien calés dans un drôle de siège rembourré, Catherine se détend. Autour d'elle, glissant silencieusement sur la moquette bleue, s'active une masseuse à l'allure sportive. Cuir chevelu, nuque, épaules, avec méthode, elle exerce en une chorégraphie précise de légères pressions sur différentes parties du corps.

Cette scène se déroule entre une table de réunion et un paperboard. Nous sommes chez Sabre France, fournisseur de logiciels de réservation aux agences de voyages. Comme tous les jeudis après-midis défilent les candidats à la séance de massage. Depuis deux ans, le site parisien de cette entreprise américaine accueille dans ses murs un praticien-masseur de la société Ammazén. Avec son fauteuil ergonomique, il transforme une salle de réunion en un lieu de calme et de réconfort. "Quand ils sortent de la salle, les salariés flottent sur leur petit nuage", témoigne Karine Ripouteau, assistante de la direction générale qui gère le planning des



Masseurs et masseuses se relaient pour le quart d'heure anti-stress.

massages. Les douze places proposées le lundi matin sont pourvues dans les 24 heures : le programme a conquis un public de fidèles, devenus accros à leur quart d'heure zen hebdomadaire. "J'apprécie ce moment qui permet de libérer toutes les tensions", confie Claire Gilchrist, responsable des ressources humaines.

**Comme une sieste.** Instauré au départ pour les employés du helpdesk, la hotline destinée à traiter les réclamations de clients confrontés aux bugs du système, le massage était destiné à apaiser les douleurs

d'une population soumise à une pression importante : tensions dans les épaules, lombalgies... Des maux accentués par la sédentarité de ces postes.

La formule a eu tellement de succès qu'elle a gagné l'ensemble de l'équipe. Si les employés du helpdesk demeurent prioritaires, elle a fait des émules parmi les cadres. "Le massage agit sur moi comme une sieste réparatrice. Je me sens prête à repartir pour une nouvelle journée", confie la directrice générale de Sabre France, Claire Gagnaire. La masseuse Sarah Badoux confirme : "Parce qu'il repose sur

les points d'acupuncture, ce type de massage est énergétique. La personne se relaxe et repart en pleine possession de ses moyens." Un effet dynamisant confirmé par Claire Gilchrist, des ressources humaines : "Quand je redescends, je me sens plus disponible, détendue. J'avance plus vite dans mon travail. D'ailleurs, ces jours-là, on peut plus facilement venir me parler..."

**Cadeau.** Délassant mais pas soporifique, le massage assis se pratique sur un sujet habillé, ce qui rassure les plus pudiques et permet d'être réalisé sans problème sur le lieu de travail. Cerise sur le gâteau, la direction et le comité d'entreprise financent les séances. Pour Claire Gagnaire, pas de doute, les bienfaits de ce cadeau sont bien réels : on se vante chez Sabre de posséder une équipe zen et en pleine forme : "Chez nous, pas de gens qui craquent et qui balancent leur téléphone", se félicite la directrice.

Derrière, sur le mur, une publicité maison encourage à la performance : "Make more people happy", dit l'affiche. Une devise qu'on a choisi ici de s'appliquer aussi en interne. ■

**Carine Gouriabec**