Atelier chorale

Constat :

La musique a des vertus potentiellement apaisantes voir thérapeutique qui vont au-delà de la simple détente, notamment auprès des personnes âgées et plus encore celle souffrant de pathologie dégénératives.

On utilise souvent la musique dans un axe occupationnel, et on risque alors d’oublier ses vertus thérapeutiques pourtant réelles.

Le chant va nous permettre de sortir d’une écoute passive pour redevenir acteur, et cela va aider les personnes à “se brancher” avec elle-même. Le chant met en jeu tout un panel affectif, il permet de se réapproprier son corps, il peut même aider des personnes aphasiques à utiliser d’autres zones de leur cerveau pour réapprendre à parler.

Objectifs :

L’objectif est de permettre aux personnes de vivre un moment de partage, de convivialité, de réminiscence, mais aussi d’écoute et de réappropriation de soi.

-stimuler la mémoire et la concentration

-stimuler la communication avec les autres

Nombre de participants :

Il n’y a pas vraiment de limite car c’est une activité ouverte à tous.

Déroulement :

Installation dans un endroit relativement calme ou même dehors quand le temps le permet, puis commencer par une écoute musical (prendre toujours des chansons approprier à leur génération pour la mémoire) puis s’échauffer un peu la voix et voilà chanter maintenant.

Cet atelier peut conduire à une rencontre intergénérationnelle avec les enfants de la chorale de l’école de musique d’Oraison.

Sophie Martin AMP