



## ATELIER DE MUSIQUE ET DE CHANTS

**L'association France Alzheimer** propose un atelier de musique et de chants, destinés aux malades\* (seuls ou accompagnés).

- Tous les mardis (à partir du mardi 6 octobre), de 14h30 à 16h30
- Au local de l'association situé 18 route de Roderie à Aiguilhe
- Gratuit, sur inscription, réservé aux adhérents (adhésion : 34 € /an). Attention, les places sont limitées.

Nathalie vous présente cet atelier :

« Le pouvoir de la tendresse, de la présence, du chant et de la musique pour entrer en lien et en communication profonde avec des personnes vulnérables.

On parle depuis longtemps du pouvoir de la musique et du chant.

Le pouvoir de consoler, d'apaiser les tensions ou encore de reconforter.

La musique et le chant permettent également de rêver, de s'évader. La musique sécurise, elle donne des repères par sa cadence et ses structures répétitives. Elle permet de trouver des forces en soi, l'image d'un équilibre soutenu par un rythme ordonné ou de raviver les souvenirs. Elle a le pouvoir de renforcer la résistance de l'être humain aux difficultés et aux maladies et de favoriser l'expression et la communication entre les êtres.

Le principe de l'art-thérapie vocale est de se servir de la création artistique pour accéder à des émotions, à des sentiments refoulés et arriver à une transformation positive de soi-même.

Le travail de musicienne est d'accompagner le chanteur de la même façon que le travail d'art-thérapeute. Être à l'écoute, attentive aux gestes, aux regards ainsi qu'à l'échange, à la régularité des séances, à la mise en place d'un rituel dit de « bonjour » et de « au-revoir », sont les outils qui permettent l'installation d'une réminiscence.

Les ateliers que je propose, au sein de « France Alzheimer », s'articulent autour d'instruments de musique facilement accessibles, d'écoute, de rythme, de mouvements, de chansons mais surtout beaucoup de tendresse afin de réveiller des émotions anciennes qui permettent d'accéder à des souvenirs. »

*Nathalie ROCHE, musicienne, formatrice en expression vocale, art-thérapie par la voix et expression scénique.*

*Inscription et renseignements*

*France Alzheimer Haute-Loire*

*Karine : 04.71.09.17.94 ou 06.38.21.40.62*

***Inscription souhaitée avant le 18/09/2020***

*\*cet atelier est destiné aux malades ne résidant pas en EHPAD*