

ATELIER MUSICAL SENIOR



Cet atelier musical senior propose un espace de partage, d'expression et de convivialité à travers la musique.

À partir de souvenirs musicaux, d'écoutes personnalisées, d'exercices vocaux et rythmiques, puis d'interprétations collectives, les participants sont invités à valoriser leur parcours, stimuler leur mémoire et renforcer le lien social dans une dynamique artistique bienveillante.

Caractéristiques du projet

Discipline : Musique

Public : Senior

Intervenant : Musiciens intervenant

Temps d'intervention : 1h / 7 à 8 personnes

Nombre de séances : 4 séances

Structures : Établissements spécialisés ou isolés, Structures communales et collectivités territoriales

Coût d'intervention : 100€ TTC / séance (Chaque projet étant unique, les frais de déplacement et administratif sont établis sur devis)

Tarif : Contactez-nous pour un devis personnalisé

Description

Cet atelier musical à destination des seniors s'inscrit dans une démarche d'Éducation Artistique et Culturelle favorisant le lien social, l'expression personnelle et la valorisation des parcours de vie à travers la musique.

Chaque séance débute par un temps d'échange convivial autour de l'histoire musicale de chaque participant : souvenirs, chansons marquantes, artistes favoris ou pratiques musicales passées. Ce moment permet de valoriser l'identité de chacun tout en créant une dynamique collective.

Les participants partagent ensuite l'écoute d'une chanson choisie personnellement, ouvrant un espace d'émotions, de mémoire et de dialogue.

L'atelier se poursuit avec des exercices adaptés de respiration, d'échauffement vocal et de rythme, accompagnés ou non à la guitare, avant de se conclure par l'interprétation interactive et collective de chansons.

Ce projet propose ainsi une expérience artistique accessible, humaine et stimulante, où la musique devient un véritable outil de partage, de créativité et de bien-être.

Objectifs Pédagogiques

• Santé et bien-être :

La musique contribue à réduire le stress, stimule la mémoire, soutient les capacités cognitives et favorise un mieux-être physique et émotionnel.

• Lutte contre l'isolement social :

L'atelier crée un espace de rencontre, d'échange et de convivialité, renforçant les liens sociaux et le sentiment d'appartenance.

• Stimulation cognitive :

Le travail autour des souvenirs musicaux, du rythme et de la voix mobilise les fonctions cérébrales et participe au maintien de l'autonomie.

• Valorisation de l'identité personnelle :

Chaque participant retrouve une place active grâce à son histoire musicale et à sa capacité d'expression.

• Dynamique collective :

Le projet favorise l'intégration sociale et encourage la participation à d'autres initiatives culturelles ou sociales proposées par les structures partenaires.

Photos



CULTUREV

www.culturev.org - contact@culturev.org - 06 24 61 71 47

SIRET : 878 078 005 00013 - APE : 8552Z - Dispensé d'immatriculation au RCS et RM