LA GAZETTE DE LA MUSIQUE

La boite à outils
d'animations cognitives

La musique apaise l'esprit, stimule la créativité et renforce les émotions. Une véritable source de bien-être simple et efficace à mettre en œuvre. Voici quelques idées pour mettre en place des ateliers autour de la musique :

AU PROGRAMME :

1- Les bienfaits De la musique

2- Idées d'ateliers

4- Les ateliers De la Boite à outils

7- Les nouveautés De la Boite à outils

LES BIENFAITS DE LA MUSIQUE

Stimulation cognitive :
La musique aide à améliorer les fonctions cérébrales
et peut raviver des souvenirs,
notamment chez les personnes atteintes de troubles cognitifs.

Amélioration de la mémoire :
Elle permet aux personnes accompagnées de se reconnecter
avec des souvenirs anciens et peut ralentir le déclin cognitif.

Bien-être émotionnel :
La musique réduit le stress, procure du plaisir et favorise la détente.

Socialisation :
Ces ateliers créent du lien entre les participants
et renforcent le sentiment d'appartenance.

Santé physique :
Chanter améliore la respiration et la posture,
ce qui a un impact positif sur la santé.

Gestion de la douleur :
Écouter de la musique douce peut réduire
la perception de la douleur et améliorer le bien-être général.

IDÉES D'ATELIERS

Atelier chant et chorale :
Encourager l'expression vocale tout simplement en proposant de chanter des chansons connues de votre public.

Karaoké :
Une activité ludique qui stimule la mémoire et favorise la socialisation.

Découverte des instruments :
Manipuler des percussions légères comme des tambourins ou maracas pour explorer le rythme.

Écoute musicale et réminiscence :
Revivre des souvenirs à travers des chansons d'époque et partager des anecdotes.

Quiz musicaux :
Tester les connaissances sur les artistes, les chansons et les époques musicales.

Musicothérapie :
Utiliser la musique pour apaiser le stress et améliorer le bien-être émotionnel.
Pour trouver les coordonnées d'un professionnel : Fédération française des musicothérapeutes

Danse et mouvement :
Associer la musique à des exercices doux pour stimuler la coordination et la mobilité.
Danses assises

Atelier d'écoute musicale :
Plonger dans des morceaux classiques ou contemporains
et échanger sur les émotions qu'ils suscitent.

Création de playlists personnalisées :
Sélectionner des chansons qui évoquent des souvenirs
et les partager avec le groupe.

Atelier d'écriture de chansons :
Inventer des paroles sur des mélodies connues
ou composer des chansons originales.

Peinture en musique :
Laisser libre cours à la créativité en peignant ou dessinant en fonction des émotions ressenties en écoutant de la musique.

Fabrication d'instruments :
Créer des instruments à partir de matériaux recyclés ou naturels, comme des tambourins en carton ou des flûtes en bambou.
Un site très sympa qui partage des vidéos pour créer des instruments de musique avec des végétaux : Musique verte
Effet réminiscence garanti !

LES ATELIERS DE LA BOITE À OUTILS

Quiz musical
de la catégorie QUIZ MUSICAUX

Les quiz musicaux

Retrouvez 16 quiz musicaux différents sur le site de La Boite à outils.

Les karaokés

Vous pouvez trouver 6 karaokés différents sur le site :
Les incontournables des années 30
Les incontournables des années 40
Les incontournables des années 50
Les incontournables des années 80
Florilège de chansons gourmandes
Hommage à toutes les mamans.
A retrouver dans la catégorie EN CHANTANT.

Les incontournables des années 30
de la catégorie EN CHANTANT

Loto musical
de la catégorie EN CHANTANT

Loto musical

Cet atelier est un loto musical sur le thème des chanteurs.

Blind test musiques actuelles

Ce blind test propose 30 extraits de chansons actuelles. Chaque extrait dure une trentaine de secondes. Saurez-vous reconnaitre l'artiste et le titre de la chanson ? Ce diaporama peut servir de support pour des rencontres intergénérationnelles ou pour les adeptes de musique actuelle.

Blind test musiques actuelles
de la catégorie EN CHANTANT

Les chansons à trous
de la catégorie EN CHANTANT

Les chansons à trous

Dans ce diaporama, 10 chansons sont présentées sous forme de karaoké mais certaines paroles ont disparues et il faut s'en souvenir.

Question de musique classique

Ce diaporama se déroule en trois temps : blind test, quiz sur la musique classique puis écoute musicale.

Les instruments de musique

Dans cet atelier, il s'agit de reconnaître un instrument de musique après avoir écouté quelques notes.
Chaque instrument est illustré d'une vidéo de la prestation d'un musicien.
Cet outil convient très bien pour célébrer la fête de la musique.

Les instruments de musique
de la catégorie DU SON A L'IMAGE

La violoniste
de la catégorie ATELIERS CREATIFS

La violoniste

Ce fichier va vous permettre de créer une décoration murale de 84 cm de large sur 110 cm de haut.
Ce fichier est gratuit.

Le contrebassiste

Ce fichier va vous permettre de créer une décoration murale de 63 cm de large sur 105 cm de haut.
Ce fichier est gratuit.

Le contrebassiste
de la catégorie ATELIERS CREATIFS

LES NOUVEAUTÉS DE LA BOITE À OUTILS

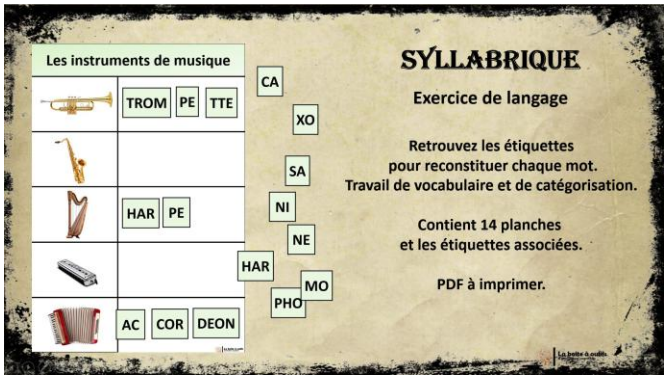
Cartes postales
de la catégorie LES SUR MESURES

Cartes postales

Ce fichier vous propose 20 cartes postales fleuries. Avec ces cartes vous allez pouvoir proposer un atelier épistolaire aux personnes que vous accompagnez, afin de nourrir le lien avec la famille. Cet outil est gratuit.

Syllabrique

Il s'agit de reconstituer chaque mot à l'aide des étiquettes. Cet outil permet de travailler le langage et la catégorisation. Le fichier comprend 14 fiches et les étiquettes Mot.



Syllabrique
de la catégorie BRIC A BRAC

Je vous souhaite de passer une bonne semaine !
Sandrine, de La Boite à outils d'animations cognitives

Vous recevez cette newsletter car vous êtes abonné sur le site de La Boite à outils.
Pour vous désinscrire, rendez-vous dans votre espace client.