



ATELIER

Vibrer la musique de son être

proposé par Monique Lucion

Samedi 3 Mars 2018

14h30 - 17h30

(lieu à définir selon le nombre d'inscrits)

**Ouvert à tous, instrumentistes ou non,
à partir de 10 ans**



Monique Lucion dite «Mô» est professeur de violon et d'alto aux Jardins de Musiques.

Son répertoire très varié nous fait voyager à travers le temps et l'espace, des musiques traditionnelles de tout bord, à la création de nos propres compositions...

Entrer dans sa «classe», c'est toucher du doigt un apprentissage systématique de la musique : tout est pris en compte... La connaissance de notre corps, nos ressentis, nos sensations, notre environnement. C'est la recherche de notre plaisir, de notre bien-être, de ce qui nous fait vibrer, vivre et respirer, afin de pouvoir faire vibrer nos voix et nos violons à l'unisson de ce que nous sommes... tous différents !

La musique fait parti de nous avant même notre naissance, où le son est vibration allant de l'extérieur à l'intérieur même de notre corps, de nos cellules. Il est le lien entre ce que nous sommes, et ce vers où nous allons...

Mô nous propose durant cet atelier, de **réunifier, ré-harmoniser, ré-enchanter l'humain avec sa vibration personnelle, ses émotions, sa respiration particulière pour ensuite redécouvrir son instrument différemment.**

C'est en partant de la connaissance de son corps, de sa voix, de sa respiration ; que l'on peut apprivoiser son instrument afin qu'il devienne une partie de notre être...la vibration sonore devenant de nouveau le lien entre les deux. Puis prolonger cette mouvance commune à l'ensemble du groupe... car la musique est partage.

C'est par la connaissance de soi, que l'on peut aller à la rencontre de l'autre...

Pour cela, il vous sera proposé :

- Un temps de détente du corps pour diminuer la tension et développer l'attention corporelle et auditive
- Un temps de découverte de sa voix, de celle des autres afin de jouer avec elle, avec celle des autres, en harmonie, en réponse, en contre chant...
- Reproduction de ces différents jeux avec les instruments.

Matériel :

- son instrument (ou pas)
- un tapis de sol, une serviette toilette,
- une petite balle un peu dure (taille d'un calot pour les joueurs de billes!)
- une bouteille d'eau,
- Les ateliers de Mô s'achèvent par un goûter partagé amener donc vos gâteaux !!!



Tarifs

- 25 € pour les adhérents aux Jardins de Musique
- 30€ pour les non-adhérents

Les bénéfices de cet atelier serviront à financer le projet «la croisée des violons»

Bulletin d'inscription
à renvoyer avant le **vendredi 9 février** à :

Les jardins de musiques - projet Irlande
Le relais, 31 route de Sault de Navailles
64 230 BOUGARBER

NOM, PRENOM :

Adresse :

.....

mail :

téléphone :

Je joins un règlement de€ à l'ordre «Les jardins de musiques»

L'inscription sera effective à réception du règlement.

Merci de votre compréhension...

Pour plus de renseignements :

Monique Lucion

molucion@gmail.com / 06 64 68 01 29

Envie d'en savoir plus sur le projet «La croisée des violons»

Projet d'échanges culturels et musicaux avec l'Irlande

<https://croiseedesviolons.wixsite.com/site>

