

Nombre d'inscrits : de 8 à 12

Lieu : la clé des sons, impasse Grassi (près du parking Pasteur, Aix, quartier de l'hôpital)

Tarif : 180€ la semaine (repas non compris)

Horaires : de 10H à 12H et 13H00 à 17H00

- Matin: Jeux rythmiques, Ecoute active et analytique, Partage d'une lecture

Dessin de mandala en écoutant une œuvre

- 12H00: repas en commun (non compris)

- 13H00: Centrage

- Rêve éveillé et écriture, chant, Partage, Ecoute imaginative

- Impro xylo et percussions – impro piano

Marie-Hélène Barrier, pianiste et professeur de piano au conservatoire, diplômée Willems (methode active) et Waldorf, fondatrice de l'Ecole de l'Auditeur,

directrice de «la clé des sons »,

Certifiée MBSR 1er niveau
(Réduction du Stress Basée sur la Pleine Conscience)



Musique, légendes et créativité

Ecouter, s'exprimer, créer

Etre dix fois plus qu'un héros ...



...un homme véritable» L.V. Beethoven

Stage ados (11 -15 ans)

Chant et improvisation

chansons, improvisation piano, xylophones, percussions

Dessin de mandalas : permet un temps d'intériorisation et d'intégration

Ecoute du répertoire classique: (Beethoven, Mozart, Wagner, Ravel). Ecoute active, vivante et imaginative.



Lecture et écriture: partager la lecture de mythes et légendes, en lien avec les œuvres musicales (Coriolan, Perceval et la quête du Graal, Mythe de Prométhée, ...), échanger, rejouer ses ressentis, pour aller peu à peu vers l'écriture de sa propre légende

temps de centrage : puiser dans cette assise confiance, stabilité, pour laisser s'exprimer son potentiel.

Ce stage propose **d'aller à la rencontre de soi en se cultivant, en éveillant son imaginaire et sa créativité**, en apprenant à **se centrer**. L'approche vient stimuler les ressources de chacun, éveiller les forces de son Moi, trop souvent endormies par l'envahissement des images et écrans proposé par notre société.

Nous irons à la rencontre de **grandes figures inspiratrices**, héros et héroïnes à travers l'écoute active de la musique et le partage de quelques grands textes. Cette rencontre d'un **idéal** est essentielle pour la construction de l'adolescent et du pré-adolescent.

Il donne de l'élan à sa vie psychique et l'aide à **dépasser ses résistances**, lui donne du **courage**, l'aide à donner un **sens à sa vie**.



A travers le chant, l'écriture et le dessin, les jeunes expriment leur sensibilité en éveil.

Tout ceci dans une **atmosphère simple, joyeuse et conviviale**.