



FONDATION ŒUVRE DE  
LA CROIX SAINT-SIMON

RECONNUE D'UTILITÉ PUBLIQUE LE 26 DÉCEMBRE 1922

Centre d'accueil de jour Geneviève Laroque

Edito N°4 (Octobre - Novembre - Décembre 2022)

### Atelier « Quilling »

C'est un art créatif associé aux loisirs créatifs.



Il s'agit de l'art d'enrouler de fines bandelettes de papier, de les sculpter, de leur donner des formes, de les coller entre elles afin d'obtenir des véritables œuvres d'art.

#### Mais qu'elle est son origine ?

Tout d'abord le mot Quilling a pour origine le mot « quill » anglais qui signifie « plume » car au départ, ils utilisaient une plume pour enrouler le papier.

De plus, l'origine de cet art également appelé « filigrane en papier » ou « Paperolles » remonte au II<sup>ème</sup> siècle en Chine, avec l'invention du papier et de l'Origami.

En France, cette technique fut utilisée pendant la renaissance, notamment dans les organisations religieuses pauvres.

Cela leur permettait de décorer et embellir les œuvres et reliques, en imitant les filigranes d'or

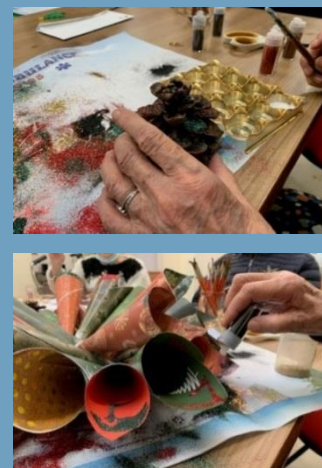


*Chers usagers et chères familles,*

*Nous venons de passer un mois de Décembre, tourné vers les fêtes de Noël, avec son florilège d'ateliers : stimulation cognitive, chant, créatif, culturel, danse et sans oublier l'atelier pâtisserie.*

*Voici quelques photos prises durant les activités.*

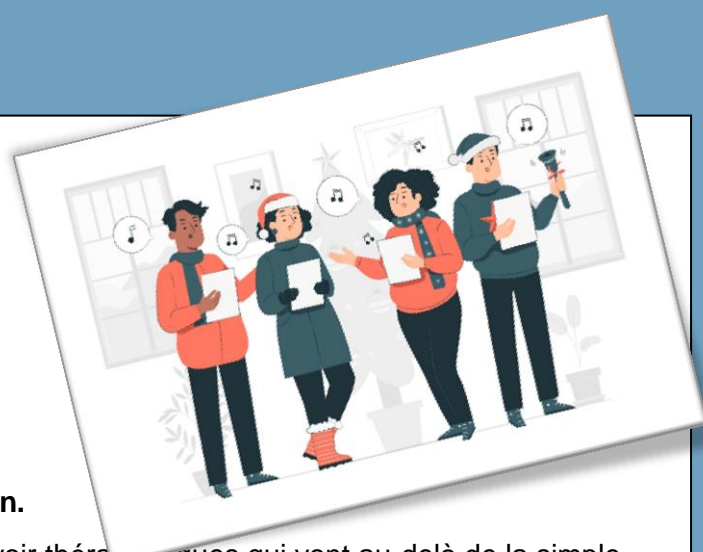
***Toute l'équipe de Geneviève Laroque vous souhaite de joyeuses fêtes de fin d'année.***







## La chorale de Noël



« La musique adoucit les mœurs » affirme le dicton.

Elle a en effet des vertus potentiellement apaisantes voir thérapeutiques qui vont au-delà de la simple détente.

**Quel est l'objectif d'une chorale ?**

Elle permet de créer de l'harmonie collective par le plaisir que la musique crée. Elle permet de stimuler les fonctions cognitives grâce aux différents processus menant à l'apprentissage des chants.

**Pourquoi chanter est bon pour la santé ?**

Quand on chante, on produit des endorphines, des hormones du bien-être qui agissent comme des antidépresseurs naturels. On a moins d'émotions négatives et on est de meilleure humeur. En 2015, des chercheurs de l'Université d'Oxford ont également mis en évidence l'effet brise-glace du chant.

La pratique de la musique vient mettre en mouvement de nombreuses qualités et capacités de la personne.

Tout d'abord, le chant appelle le mouvement et la participation du corps. Le bon positionnement du corps, le souffle et la voix, sont explorés notamment lors des échauffements et jeux vocaux, prélude à la pratique du chant.

Le rythme propre à chaque chant ou morceau musical trouve également une résonance corporelle. Une gymnastique toute douce et ludique, qui réveille les muscles et redonne sa valeur à la voix de chacun, même si elle est chargée d'histoire !

C'est aussi une mise en action des capacités cognitives et personnelles :

Travail de mémoire - Capacité d'écoute, d'attention et de communication - Coordination cérébrale et corporelle - Créativité ...

La pratique influe également sur les capacités psychiques :

Expression des émotions et des sentiments - Estime de soi - Confiance en soi.

Enfin, c'est une activité fédératrice, pratique collective, elle favorise l'écoute de l'autre, sert de support à la sociabilité, et permet à chacun de trouver sa juste place dans un groupe, pour créer ensemble une œuvre harmonieuse, dont chacun sera, à juste titre, fier !

« C'est l'espace où l'on retrouve avec plaisir des chansons qui ont rythmé la vie de chacun, et où l'on découvre également de nouvelles mélodies. Un vrai parcours d'épanouissement personnel ! »

### Confection de cartes de vœux personnalisées

La fin de l'année est toujours marquée par les vœux.

L'équipe de Geneviève Laroque a proposé, à ceux qui le désiraient, de les aider à de créer leur carte de vœux personnalisée.

Un moment de mise en scène et mise en lumière fort agréable pour le plaisir de tous.

