

## Quelle va être l'action de la chorale inclusive ?

Le principal objectif visé est l'ouverture, l'intégration. Avant la musicalité, c'est la relation qui prime, la mise en connexion. Par son action inclusive, la chorale développe la tolérance, l'ouverture à l'autre, le changement du regard, l'estime de soi ; la chorale devient un lieu d'intégration, une interface, un outil d'ouverture des établissements à l'extérieur.

C'est aussi la mixité qui va permettre le développement de la musicalité et de tous les bienfaits associés : les voix sont portées par le groupe, la patte sonore est mixte, et les personnes fragilisées baignent dans un bain sonore et relationnel qui va les inciter à s'exprimer, vocalement, corporellement.

De nombreux bienfaits découlent par ailleurs de la pratique du chant choral, qui trouvent ici une résonance encore plus pertinente ; la musique pour « réparer », pour se faire plaisir, pour apprendre, pour trouver sa place :

- ◆ par son action pédagogique, la chorale inclusive contribue aussi à favoriser le potentiel des chanteurs, à un développement cognitif, à l'éveil neuronal ; la musique sollicite les fonctions exécutives (anticipation, adaptation, concentration, ...) la chorale est un lieu d'apprentissage ;
- ◆ par son action artistique, la chorale inclusive permet le développement de la musicalité, de la sensibilité et du bien-être, du sentiment de bonheur, diminue le stress, apaise. Quand on chante, on sécrète les hormones de la bonne humeur (sérotonine, ocytocine, etc.) ;
- ◆ la chorale inclusive possède aussi un effet thérapeutique, plus particulièrement vrai chez les publics fragilisés ; par cette action, elle contribue à faire avancer les connaissances sur le handicap : accès au langage chez les personnes autistes, effet du chant choral chez les personnes souffrant de la maladie de Parkinson, etc.

*« Développer des centres d'intérêt maintient le sentiment d'appartenance et d'utilité tout en limitant l'isolement, la ségrégation, la sensation de dévalorisation et l'ennui. La participation volontaire à des réalisations créatives diversifiées et valorisantes (familiales, mais aussi sociales, économiques, artistiques, culturelles, associatives, ludiques, etc.) doit être favorisée. »*

Charte des droits et libertés de la personne âgée en situation de handicap ou de dépendance, 2007.

## Contact

Gaëlle Wallez - directrice  
MILAC

Maison Intergénérationnelle de Loisirs Artistiques et Culturels  
21, rue de Pologne - 59000 Lille  
06 33 14 36 25  
contact@milac.fr  
www.milac.fr



# Chorale inClusive



## Quelques éléments de contexte

L'accompagnement des personnes en situation de dépendance (handicap, vieillesse, maladie,...) en France, se caractérise depuis les lois de 1975 par un système de direction et d'accompagnement dans des établissements médico-sociaux, divers et adaptés en fonction de l'âge, de l'autonomie, de la capacité à travailler, etc. Cette création des établissements a fait beaucoup de bien pour les personnes fragilisées, et a permis d'améliorer grandement la qualité de la prise en charge. Mais cette «institutionnalisation» a aussi créé de l'exclusion ; les établissements, souvent hors la ville, souvent lourds à gérer, ne permettent pas aux personnes de se rencontrer, ne permettent que peu la mixité et la participation à la vie sociale, culturelle, artistique et civique.

Dans le domaine du handicap, la loi de 2005 lance la phase de l'inclusion et affiche l'ambition de donner un accès à une vie sociale et citoyenne complète aux personnes en situation de handicap, et dans tous les domaines : accueil, droit, ressources, accessibilité, scolarité, emploi, citoyenneté, etc. L'inclusion peut se définir comme une manière de vivre qui promeut une participation active de tous à tous les domaines, dans tous les lieux ; les personnes valides et les personnes dépendantes doivent pouvoir se côtoyer, avoir accès aux mêmes droits, aux mêmes espaces, quitte à compenser la dépendance pour permettre l'accessibilité.

Mais le maintien à domicile n'est pas toujours possible ; les aidants ne peuvent pas assumer la prise en charge, les services à domicile ne sont pas suffisamment adaptés, la dépendance est trop grande, etc. La prise en charge par une institution peut paraître nécessaire.

**C'est donc par l'ouverture des établissements qu'il faut passer pour développer l'inclusion des personnes vulnérables, dépendantes, en situation de handicap, de vieillesse. Il faut amener la ville dans les établissements.**

Nous utilisons le chant choral pour lutter contre l'isolement des publics fragilisés et créer du lien social, pour faire se rencontrer des publics qui ne se côtoient pas, sortir les personnes fragilisées, vulnérables, dépendantes, des circuits culturels traditionnels.

## Pourquoi le chant ?

Pour chanter, il n'y a pas besoin de matériel, il n'y a pas de pré-requis solfégique ou instrumental. C'est une activité de groupe : on peut chanter sans se dévoiler. Chanter est un condensateur de l'émotionnel et chanter en groupe permet la rencontre avec d'autres.

L'équipe de la MILAC a été formée à la direction de chorales inclusives par **Micha Stafford**, psychologue clinicienne et chef de chœur. Elle a été professeure de chant choral au conservatoire d'Antony, psychologue avec des personnes ayant un handicap mental et consultante pour CEMAFORRE, association qui œuvre pour l'accès à la Culture pour Tous. Ayant vu et compris la puissance que pouvait avoir le Chant Choral sur des publics fragilisés, elle se met à son compte pour mener des recherches à ce sujet. Elle intervient en France et en Europe pour des conférences et des formations.

## Qu'est-ce qu'une chorale inclusive ?

Une chorale inclusive rassemble des personnes valides et des personnes dépendantes dans une activité chorale ; c'est un projet qui s'inscrit sur du moyen terme, avec des répétitions, une progression, et des concerts ; une pédagogie adaptée, un répertoire choisi, des concerts dans des lieux emblématiques mais accessibles, des participations à des événements culturels. La progression s'inscrit elle sur du long terme, et la répétition des concerts permet une progression considérable des bénéficiaires.

Les chorales se tiennent dans les établissements, et font appel à des personnes extérieures pour porter le chant et développer la rencontre. Une chorale inclusive peut prendre plusieurs formes, selon les publics auxquels elle s'adresse : établissement pour personnes en situation de handicap (mental, psychique), qu'elles soient jeunes ou âgées, personnes âgées en situation de dépendance, personnes hospitalisées ou en institution, personnes en difficulté sociale, personnes en prison, etc.

La démarche d'inclusion peut aussi prendre plusieurs formes : partenariat avec une école pour développer le projet avec des élèves (primaire ou collège) dans le cadre scolaire ou périscolaire, démarche de quartier (chorale de voisins autour d'un établissement), partenariat avec une chorale professionnelle ou amateur de bon niveau, avec un conservatoire, etc.

La mixité concerne donc des niveaux assez variés : intergénérationnel, mixité handi-valides, mixité sociale, etc.

