

J'ai pu assister à une séance de vibrations et résonances. Cette méthode permet aux résidents de s'exprimer librement grâce à plusieurs instruments (cymbale, xylophone, triangle, piano, etc).

De plus, cet atelier permet d'augmenter la créativité, reprendre contact avec soi et traité divers problèmes de santé.

Certains résidents étaient plus dans le mode réceptif, à écouter la musique des autres alors que d'autres étaient plutôt actif en jouant.

De plus, cette activité demande d'être attentif afin de respecter au mieux les consignes ce qui permet de maintenir une certaine concentration.

À la fin de la séance, les résidents paraissaient de meilleure humeur et soulagé.

Binet Elodie