



En formation ou en solo, les bienfaits du chant

Olivier DELAHAYE.

Seul chez soi ou en chœur, chanter est une pratique euphorisante aux multiples vertus. Entre les formations chorales, les cours en ligne ou les écoles de musique, le choix est vaste.

S'il n'existait qu'une seule bonne raison de pratiquer le chant, ce serait sans doute pour cette sensation d'exultation que provoque le fait de chanter à tue-tête seul dans sa voiture ou sous sa douche. Et pourtant, il y a bien d'autres raisons : travail de la mémoire, maintien du lien social, apprentissage de langues étrangères, développement de la créativité, renforcement de la confiance en soi, bienfaits pour la santé. Il existe d'ailleurs des thérapies basées sur le chant.

Chanter avec son smartphone Grâce aux technologies numériques, il est dorénavant possible de pratiquer seul chez soi, de travailler les vocalises avec Appcompanionist, d'entraîner son oreille avec Sing True ou Voice Training, de pratiquer le scat avec ScatAbility... De nombreuses applications sont ainsi disponibles pour smartphones.

Autre mine d'or : YouTube et ses chaînes thématiques tenues par des professeurs de chant. Sur Je Chante Mieux, une coach vocale distille ses conseils et techniques de chant, et propose des formations payantes en ligne via son propre site (agnslb.

podia. com). Idem chez la chanteuse canadienne Marie-Laurence Dubé (ecolelavoixchantee. com). Les cours de chant en ligne sont nombreux : ceux proposés par imusic-school, par exemple, ou bien Skilleos.

À domicile, au conservatoire Sélectionné par Silver Alliance, qui référence les produits et les services pour les seniors, Wiplay propose des formules hybrides : cours à domicile, cours en ligne et ateliers collectifs, ainsi qu'une plateforme d'e-learning.

Par l'intermédiaire de votre moteur de recherche ou par un passage à votre mairie, vous pourrez aussi vous renseigner sur des cours à domicile, au sein d'écoles de musique, voire des stages. N'oubliez pas que les cours à domicile sont éligibles à un crédit d'impôt de 50 % des dépenses, au titre de l'emploi d'un salarié à domicile. De leur côté, certains conservatoires municipaux sont ouverts à la pratique du chœur pour adultes, avec parfois des groupes de niveaux, comme celui de Brest qui propose aussi des ateliers de techniques vocales.

Faites les petites annonces Le chœur et la chorale connaissent un immense succès. Plus de trois millions de Français pratiquent en amateur. Chanter en groupe a de multiples vertus. Qu'il s'agisse de classique, gospel, musiques du

monde, variété française, la chorale est un lieu favorisant le lien social et parfois intergénérationnel. La Confédération musicale de France (cmf-musique. org) recense de nombreux ensembles vocaux, de même que le site de l'association A Cœur Joie. En visitant le site de la Philharmonie de Paris, vous trouverez de nombreuses ressources, y compris des petites annonces d'ensembles musicaux en quête de voix.



Plus de 3 millions de Français chantent dans un chœur ou une chorale.

