

Découverte DALCROZE



« On n'écoute pas la musique uniquement avec les oreilles, on l'entend résonner dans le corps tout entier, dans le cerveau et dans le cœur. »

Emile JAKES-DALCROZE, Notes
Bariolées

DALCROZE C'est quoi ?

Qu'est-ce que la méthode DALCROZE ?

La méthode DALCROZE est une pédagogie d'éducation musicale basée sur les liens naturels entre mouvement corporel et mouvement musical conduisant au développement des facultés artistiques du pratiquant.

Singularité de la méthode DALCROZE :

La stimulation de la motricité globale permet de vivre son corps comme premier instrument de musique, celui par lequel la musicalité est ressentie et transmise.

Bienfaits de la méthode DALCROZE :

- Conscience du corps, de sa motricité
- Ancrage corporel des concepts musicaux
- Développement de l'audition et de la motricité
- Amélioration de la mémoire et de la concentration
- Approfondissement de la sensibilité, de la spontanéité, de l'inventivité

Le Stage

Objectifs :

- Découverte par l'expérience du vécu de la méthode DALCROZE
- Exercices concrets que chacun pourra se réapproprier en trouvant un prolongement dans sa pratique artistique

Contenu :

Le pratiquant sera amené, de manière active et ludique, à apprivoiser les éléments qui composent la musique, à les analyser puis à en jouer dans l'espace, à travers l'improvisation musicale et corporelle.

La Formatrice



Ætitia DISSEIX-BERGER est titulaire du Diplôme Supérieur de la méthode Jaques-Dalcroze. Professeur d'enseignement artistique, elle enseigne au CRD Henri Tomasi de Corse sur le site de Bastia ainsi que dans différentes structures de formation professionnelle lors de master-class – Pôle Sup' 93, Pôle Musique et Danse de Metz, etc. ainsi que lors d'académies d'été à l'étranger, en Suisse, en Angleterre et aux Etats-Unis.

Infos pratiques :

Qui ?

Atelier pour adultes. Ouvert à tous.

Pas de prérequis si ce n'est la curiosité de découvrir...

Quand ?

Lundi 13, Mardi 14 et Mercredi 15 Juillet 2026
de 10h/13h et 14h/17h

– pause déjeuner possible sur place en apportant son pique-nique

Où ?

229 rue du Bois Cornu
38920 Crolles

Tarif ?

250€ + 8€ d'adhésion à l'association

Contact ?

Association Accords et Vibrations
accordsetvibrations@gmail.com

Blandine Griot : 06 87 24 65 80