

CHANT PRENATAL

Description : Chanter durant la grossesse et pour le nouveau-né ne fait que perpétuer une ancienne tradition propre à quasiment toutes les cultures.

Dans le ventre maternel, l'enfant est sensible aux sons et à la voix de ses parents. Ainsi se tissent, bien avant la naissance, une relation et un dialogue profond entre eux.

Pendant le travail et à l'accouchement, les vibrations sonores donnent force au corps, aident à soulager la douleur et ouvrent le passage au bébé.

Après la naissance, le bébé reconnaît les sons, les mélodies ; il y trouve sécurité et éveil.

Fondateurs : Marie-Louise Aucher, chanteuse lyrique, et Chantal Verdière, sage-femme.

Pour qui : Pour les futurs-parent, idéalement à partir du 4^{ème} mois de grossesse et pour les bébés jusqu'à environ 3 mois. Aucune connaissance musicale préalable n'est nécessaire.

En pratique : Séances individuelles ou collectives. Durée 1h30. On conseille en moyenne huit séances sur la durée de la grossesse.

Le prix dépend des régions. En général, un atelier collectif coûte 10 à 12 EUR par ventre rond.

A qui s'adresser : Association belge pour la promotion du chant prénatal et familial Psychophonie ASBL. Tél 0475/53.74.56

La liste des animatrices pour la Belgique est disponible sur <http://www.chantprenataletfamilial.be> (rubrique « contact »).

Reflexion : « Chanter pour l'enfant, c'est inscrire la maternité dans la joie et la détente ».

Après la naissance, le chant familial permet à ceux qui le souhaitent de continuer à partager ces moments privilégiés avec son enfant.

Notre avis : Chanter, c'est développer une meilleure conscience corporelle et respiratoire, installer une détente profitable à la maman et à son bébé. Il s'agit d'une préparation à la fois physique et affective à la naissance.

Dans cet accompagnement, le futur père trouve sa place pendant la grossesse et au moment de la naissance.

Avis personnels: