

MARGUERITE ET SES MOMENTS DE LUCIDITÉ

Un regard sur les troubles neurocognitifs

ATELIERS – CONFÉRENCE – CRÉATION

10 au 18 avril 2020

IMPACT SOCIAL - IMPACT SUR LA SANTÉ

Dans nos ateliers, nous préconisons une approche artistique intégrative. Tant la santé cognitive que la santé physique sont traitées par le biais des arts, principalement par la danse qui stimule tout le corps (mémoire, stratégie, émotions). Notre approche pluridisciplinaire permet de proposer des activités artistiques stimulantes.

Notre projet de **création** s'inscrit dans une volonté de **prévention**. En ayant un impact positif sur la mémoire, la pratique régulière de l'exercice physique pourrait réduire les risques de développer la démence et l'Alzheimer, affirme Louis Bherer¹ (2015). De même, la danse ralentirait l'évolution des troubles neurodégénératifs dans la maladie de Parkinson. Par ses composantes sociales (danse en groupe), cognitives (improvisation, chorégraphie) et sensorielles (réminiscence, expression des sentiments), la danse stimule l'activité cérébrale de façon globale. En présence d'une chanson, d'un air connu lointain, d'une odeur particulière², d'une image, le corps se souvient et agit. Nous comptons sur cette mémoire pour avoir accès à la signature artistique personnelle – chorégraphique et poétique – de chacun et chacune.

Nous invitons la personne atteinte à nous appuyer, à la fois, artistiquement et humainement. Cette personne vit au présent. Lorsqu'elle est stimulée, elle s'anime et vit parfois des moments impressionnants de lucidité... de cohérence cognitive.

À travers notre approche, nous posons des questions, nous osons des réponses. Les mises en lumière et les témoignages apportent sans doute un éclairage aux fléaux tout en offrant des pistes de solutions diverses. Aussi, nous bâtissons nos ateliers en croyant en la neuro-plasticité du cerveau, une notion qui devient, semble-t-il, le point commun entre toutes les disciplines gravitant autour des maladies neurodégénératives. Marguerite, Ambroise, Violette, Narcisse, Pâquerette et les autres s'éteindront inévitablement. **Le temps présent compte plus que jamais**. Leurs moments de lucidité ou de cohérence cognitive deviennent des portes qui s'ouvrent sur leur passé et leur futur. En retour, ces éclats de lumière avivent surtout le présent. Un temps empreint de joie, de confiance, de fierté et d'appartenance à un groupe. Ensemble, artistes, patients-artistes et intervenants-artistes créent une **communauté « art et santé » unique**.

¹ Move the body free the mind, Montreal-Gazette, 31 octobre 2015

² Le Parkinson entraîne l'hyposmie, perte partielle de l'odorat, caractérisée par une atteinte du seuil de détection des odeurs ainsi que de la capacité à reconnaître et à différencier les odeurs. <https://parkinsonquebec.ca/perte-de-lodorat-et-maladie-de-parkinson/>

En offrant notre \u0153uvre au grand public, nous le sensibilisons \u00e0 ces maladies tout en l\u2019\u00e9merveillant.

