



XXII^{ème} ÉDITION

SON & POLITIQUES

**LA SEMAINE
DU SON
DE L'UNESCO**

ÎLE-DE-FRANCE

PROGRAMME RÉGIONS

DU 20 JANVIER AU 02 FÉVRIER 2025

PARIS

DÉAMBULATION SONORE : ÉCOUTE ET IMAGINATION

Pôle Sophrologie et Acouphènes avec Martine Benitah

QUAND

MARDI 21 JANVIER

10h30

Redécouvrez les sons, les bruits et les silences au fil d'un parcours à travers Paris. Les rues, les jardins, et les marchés deviendront les toiles de votre aventure sensorielle. Cette promenade, rythmée par des exercices de sophrologie,

BALADE D'UNE HEURE ET DEMIE. PARTICIPATION GRATUITE SUR INSCRIPTION PAR MAIL.

VOYAGE SONORE VERS L'IMAGE ET LE BIEN-ÊTRE

Pôle Sophrologie et Acouphènes avec Martine Benitah

QUAND

JEUDI 23 JANVIER

De 11h00 à 12h30

Cet atelier interactif a pour but de sensibiliser les participants à l'importance du son dans notre quotidien et à son pouvoir créatif sur notre perception visuelle, contribuant ainsi à notre bien-être.

Déroulement :

1. Les sons et leur impact visuel sur la santé
2. Quiz de sensations sonores et création d'images

OÙ

DEVANT LA MAIRIEPlace d'Italie
75013 Paris

associera l'écoute à la respiration, la détente, l'observation, les senteurs, et même des dégustations, pour une reconnexion à tous vos sens et à l'instant présent. Une approche originale de la sophrologie qui stimule votre imagination visuelle.

OÙ

ECOLE FMS6/8 rue des Tanneries
750013 PARIS

3. Expérience Créative : Éveiller son imagination - par petits groupes
4. Séance Découverte : Relaxation et visualisation guidée en pleine conscience
5. Échange et Réflexion : Intégrer les sons à votre vie pour enrichir votre bien-être et votre créativité visuelle.

Contact organisateur

Martine Benitah

contact@chacun-sa-sophrologie.fr
mabenitah@gmail.com

SAINT-MICHEL-SUR-ORGE

Samedi MEI (Musique Expérimentale Improvisée)

QUAND

SAMEDI 25 JANVIER

14h00 à 17h00

Vous connaissez, vous aimez les structures sonores Baschet ?

Mais pour jouer avec : c'est où, c'est quand ?

Kyoto ou Barcelone, c'est possible mais trop loin. Saint-Michel-sur-Orge est plus facile et en plus, à la source de l'œuvre !

Les structures sonores Baschet sont présentes dans le monde entier grâce aux 14 petites structures de l'instrumentarium Baschet. Mais jouer avec les grandes structures sonores, historiquement à l'origine de cette aventure artistique pionnière, est beaucoup plus rare.



OÙ

ATELIER BASCHET17 rue des fusillés
91240 Saint-Michel-sur-Orge

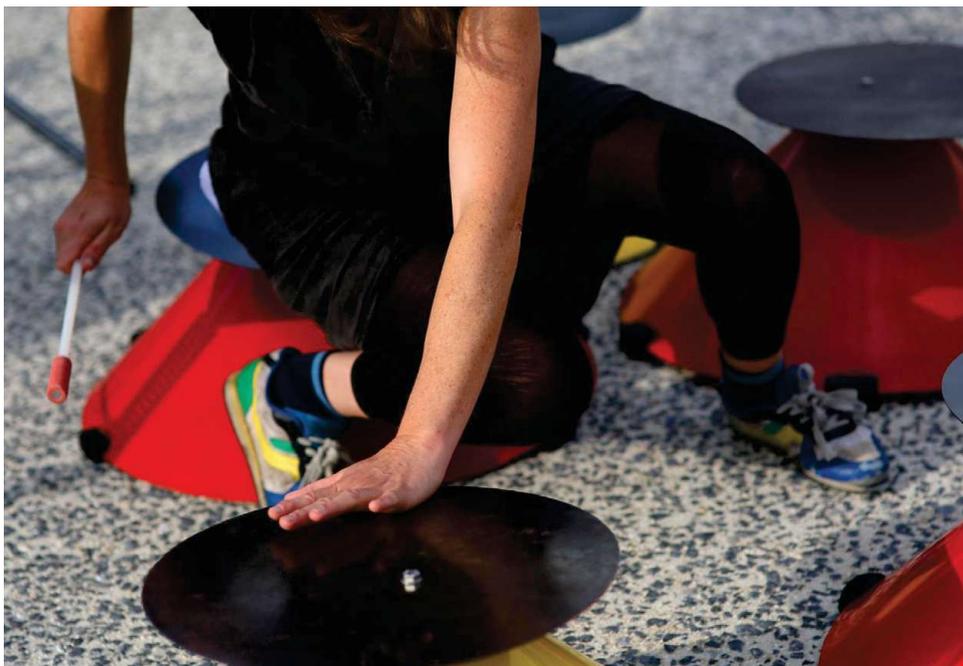
C'est désormais possible en participant aux ateliers MEI de Musique Expérimentale et Improvisée à la « Maison Baschet-atelier d'artiste » au cœur du quartier ancien de Saint-Michel-sur-Orge.

Cet atelier est ouvert à toutes et tous, jeunes et adultes, musiciens, musiciennes ou simples amateurs d'expériences sensibles, en situation de handicap ou non.

En bref, tous ceux qui désirent jouer avec d'autres.

Soyez à l'heure, histoire de commencer ensemble !

CONFIRMATION PAR MAIL MEDIATION@BASCHET.ORG OU
PAR TÉLÉPHONE 09 50 25 23 91.



QUAND

MERCREDI 29 JANVIER

18h00

Sons et musiques, les structures sonores Baschet questionnent les divers usages des sons.

Rencontre citoyenne et débat.
Sons acoustiques, sons enregistrés, travail du studio, captation, sons de synthèse ?

Mais de quoi parle-t-on ? Et pour quelles pratiques ? Quelle écologie du son pour quel écosystème ?

OÙ

MÉDIATHÈQUE MARIE CURIE

Place Marcel Carné
91240 Saint-Michel-sur-Orge

Pour assister à cette rencontre, il est nécessaire d'être à jour de sa cotisation annuelle à l'association de 20€.

Il est possible de la régler sur place ou par helloasso.com

Contact organisateur

Association Structures Sonores Baschet

contact@baschet.org

www.baschet.org

Facebook : Structures Sonores Baschet

Association

