

ABB Reportages

VIRTUAL O SOBRE RUEDAS... EL TANGO SE REINVENTA ENTRE LOS MAYORES

#20

Cita del mes

Martes 4 de mayo Formación en Tango Terapéutico

FORMACION... ¡ACCIÓN!

Fue desde el Instituto Marey de Dijon que tuvo lugar, el 4 de mayo, vía Zoom, el último día de una formación en Tango terapéutico que tuvo lugar los días 15, 16 y 17 de marzo.

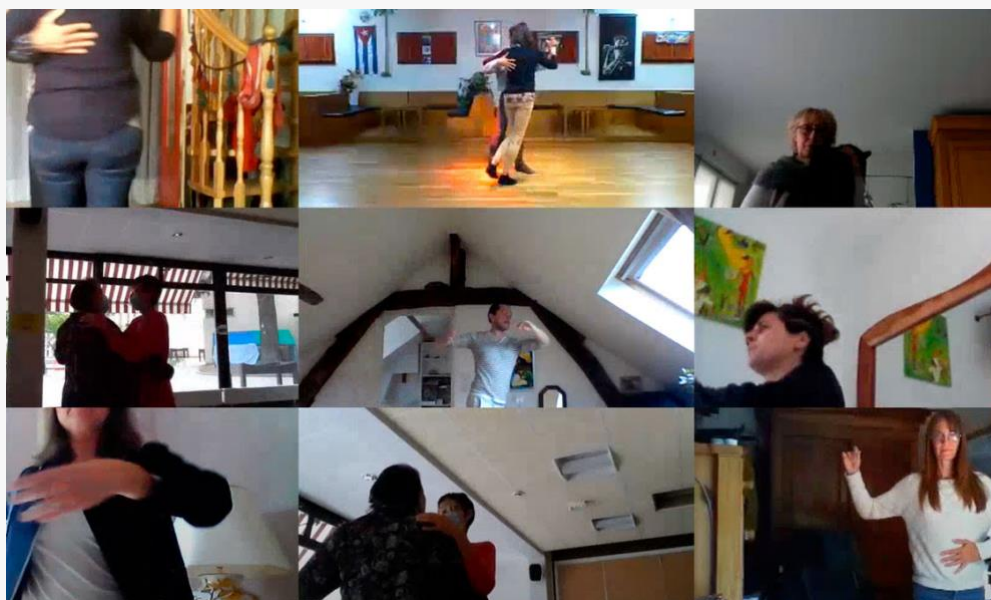
Los alumnos estuvieron presentes para esta jornada de intercambios que quedará, en los anales del Formación en Tango Terapéutico, como un momento muy lindo de compartir palabras y pasos, pero también de escucha recíproca, porque se prestó la atención, como prioridad,
a las experiencias llevadas a cabo sobre el terreno por unos y otros.

Han surgido ideas, desde el de un clavel rojo propuesto como signo de unión del proyecto, hasta el de una prescripción médica que propondría el Tango como tratamiento reembolsable.

¡Porque la terapia realmente debe tenerse en cuenta!

Y todo terminó, con un equipo atento a las recomendaciones de Thomas Poucet,
por un Tango virtual inolvidable del que estas imágenes guardan el recuerdo ...

¡Incluso el gato de Sylviane se metió en eso!



Haga clic en la imagen para ver el video.

Las próximas sesiones de formación tendrán lugar los

18, 19 y 20 de octubre y 16 de diciembre de 2021 [COMPLETO]

15, 16 y 17 de noviembre y 16 de diciembre de 2021

14, 15 y 16 de marzo y 14 de abril de 2022

[Para descargar el folleto, Haga clic aquí.](#)

Para obtener más información y registrarse para las próximas sesiones de capacitación,
[visite el sitio web de SEFCA.](#)

Martes 25 de mayo a las 14:30

Los talleres de

Muriel Ickowicz abren ...

Una segunda edición virtual de

« Cantemos a cualquier edad »

Después de reanudar, siguiendo nuestros talleres en línea, Muriel Ickowicz imaginó y montó con sus residentes de la Residencia de ancianos Saint Dominique en Arcachon un taller muy festivo;
y es así como el próximo martes abrirán la segunda edición de "**Cantemos a cualquier edad**" que ofrece Cultura y Hospital.



Haga clic en la imagen para unirse al evento.

¡Además, no retrocediendo ante nada, lanzan la invitación a los residentes de otras instituciones aprender coreografía, y enviar sus imágenes!

¡Vamos por un INTEREHPAD TANGUERO!



Haga clic en la imagen para ver el video.

Ganadores del mes

¡Felicidades a Soraya y Florencia, por tener, en el Hospital de la Croix Rousse de Lyon, convencido de un tango, esta residente, amputada de una pierna, cuya Danza fue la Vida!

En el primer taller, no quiso venir.

En el segundo, miró. En el tercero, ¡bailó!

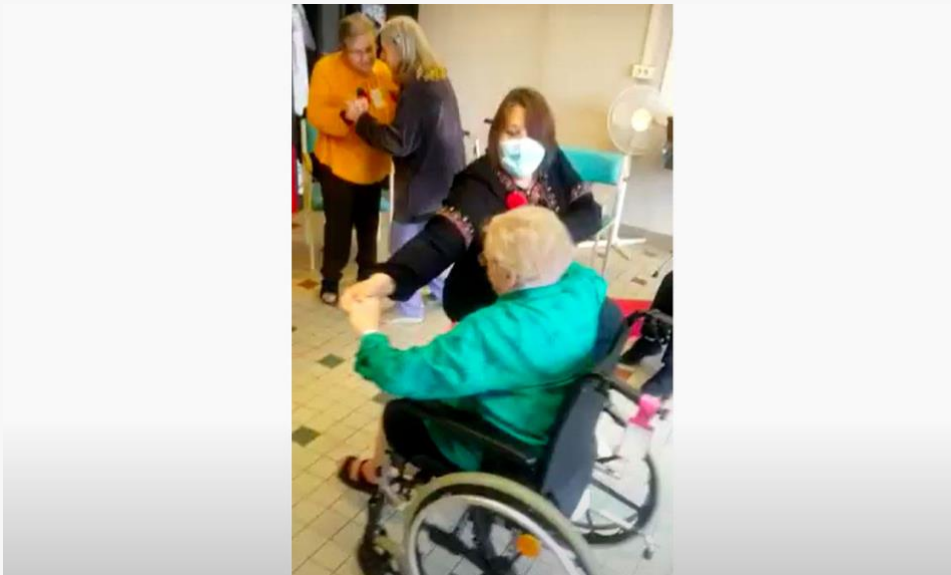
Tango en ruedas, entre una animadora y una residente, ¡había que pensarlo!

¡Felicidades a Soraya y Florencia, por tener, en el Hospital de la Croix Rousse de Lyon, convencido de un tango, esta residente, amputada de una pierna, cuya Danza fue la Vida!

En el primer taller, no quiso venir.

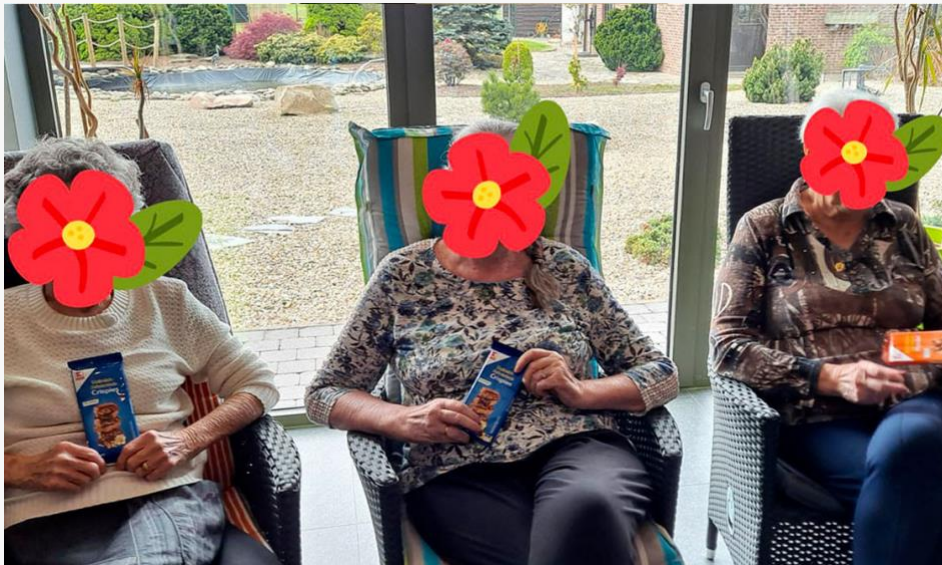
En el segundo, miró. En el tercero, ¡bailó!

Tango en ruedas, entre una animadora y una residente, ¡había que pensarlo!



Haga clic en la imagen para ver el video.

Felicidades también a los mayores del "Manoir du Ménéil" en Brasmenil, Bélgica,
que recibieron bien sus tabletas de chocolate!
Una pequeña película está en preparación...



Ellos/ellas dijeron que...

A bailar ?

El periódico francés "Doctor Good" da, este mes, 10 buenas razones para meterse en el Tango ...

Basado en la experiencia de "TANGO PARA LOS MAYORES"
confirmado por las explicaciones del doctor Marc Cohen,
y del profesor France Mourey,
el artículo deja pocas posibilidades de escapar del Abrazo y del Ocho...



10 RAISONS
de se mettre à la
danse de salon

Tango, salsa, paso doble, valse, java, bachata, flamenco, rumba ou cha-cha-cha... les danses de salon (parfois dites "de société") ont le vent en poupe : plus de 3 millions de Français enchaînent ainsi leurs pas de deux, pour le plus grand plaisir du cœur et du corps!

PAR ISABELLE DELALEU

1 Retarder le vieillissement cérébral
• **En développant les capacités cognitivo-motrices** (quand il faut anticiper les mouvements de l'autre, apprendre les pas, garder l'équilibre, acquiescer rapidement et rapidement), on stimule notre processus naturel de compensation cérébrale. Or, c'est celui-ci, physiologique et inné, qui permet de contrebalancer les pertes naturelles de masse musculaire, de vitesse de réaction ou même de mémoire immédiate liées au vieillissement normal", explique France Mourey, chercheuse Inserm. Idéal pour garder intactes ses capacités au fil de l'âge!

2 Entretenir son corps et protéger son cœur
• **Danser est une véritable activité physique** : Jambes, fessiers, bras, épaules, dos, abdominaux... tous les muscles sont sollicités, ce qui permet de rester tonique et de dépenser des calories (de 200 à 500/heure, selon l'intensité), tout en échappant au "trois pas, no gain" (pas de souffrance, pas de progrès). D'ailleurs, virer sur la piste relève de l'endurance, sur le plan cardio-vasculaire : le cœur travaille intensément pour apporter plus de sang et d'oxygène aux muscles, il se développe et devient plus efficace au fil des séances, les fonctions respiratoires s'améliorent.

3 Améliorer sa coordination
• **Danser à deux n'est ni simple ni facile** : cela exige de coordonner bras et jambes, mais aussi de caler son pas et son rythme sur ceux de son partenaire. Une grande concentration est requise au début, surtout si on ne se sent pas à l'aise sur le plan corporel. Mais au fil des répétitions, l'aisance s'installe : les mouvements deviennent naturels, on se déplace mieux dans l'espace... et on peut alors se laisser aller et profiter.

Entonces, ¿en la pista?

[Para leer el artículo completo, haga clic aquí.](#)

« ¡Mil gracias desde el fondo del corazón! ¡Vuestro esfuerzo va, seguro, a volcar los EHPAD! ¡Ya sean de pie o en silla de ruedas, se transforman por el canto o el baile! Quizás tenga un récord: ¡mi última Tanguera fuera de la silla tiene 101 años! ¿Quién mejor? » Yves Gabriel

Con el apoyo del Gerontopôle Pierre Pfitzenmeyer y del Fondo de Transmisión y Fraternidad

ABB Reportages

7 rue Hernoux - 21000 DIJON

anne.bramardblagny@gmail.com

www.abbreportages.fr