

Revue Chanter

Volume 11, 2e numéro | Décembre 2016

Grand dossier

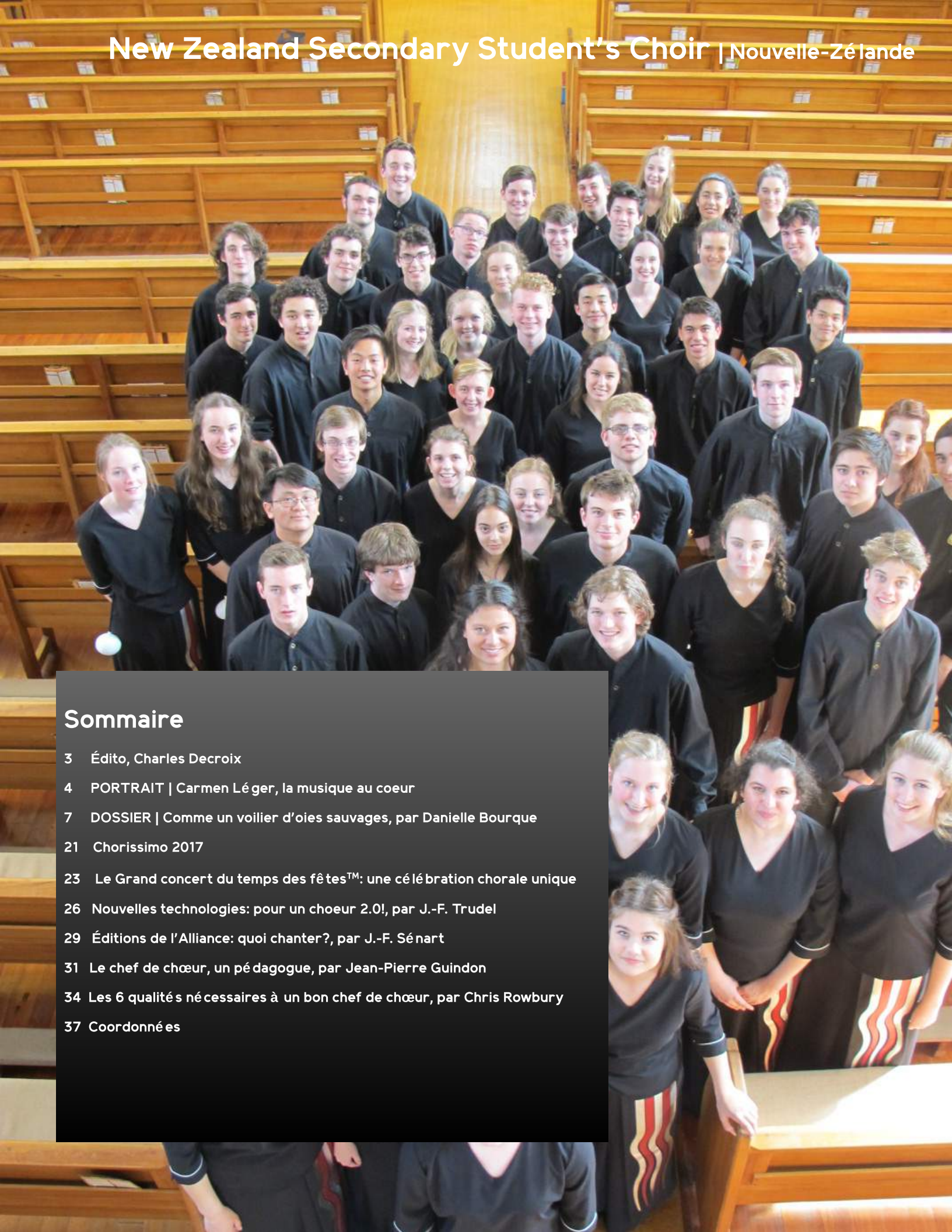
Les bienfaits du chant
choral chez les aînés



ALLIANCE CHORALE
DU QUÉBEC

Sommaire

- 3 Édito, Charles Decroix
- 4 PORTRAIT | Carmen Léger, la musique au coeur
- 7 DOSSIER | Comme un voilier d'oies sauvages, par Danielle Bourque
- 21 Chorissimo 2017
- 23 Le Grand concert du temps des fêtes™: une célébration chorale unique
- 26 Nouvelles technologies: pour un chœur 2.0!, par J.-F. Trudel
- 29 Éditions de l'Alliance: quoi chanter?, par J.-F. Sé nart
- 31 Le chef de chœur, un pédagogue, par Jean-Pierre Guindon
- 34 Les 6 qualités nécessaires à un bon chef de chœur, par Chris Rowbury
- 37 Coordonnés



Édito



Charles Decroix, directeur général,
Alliance chorale du Québec

Chers membres, chers lecteurs,

Depuis septembre dernier, le rythme du changement ne ralentit pas!...

D'abord, l'Alliance ne s'appelle plus *Alliance des chorales du Québec* mais **Alliance chorale du Québec**: cela permet de refléter plus exactement notre ouverture à tous les styles et à tous les acteurs du monde choral. Plus inclusif, plus invitant, ce terme semble être passé très rapidement dans le langage courant de nos membres et de nos contacts... Mme Christiane Hardy, présidente de l'Alliance de 1974 à 1978, m'a d'ailleurs notifié que c'était le nom originellement souhaité en 1975, lors de l'incorporation de l'Alliance, mais que le terme avait été refusé par l'Office québécois de la langue française... Peut-être un excès de zèle bureaucratique!...

Ensuite, nous avons entamé en mai dernier d'importantes négociations avec l'**UDA** afin de parvenir à l'élaboration d'une entente collective UDA/Alliance, qui permettrait de rendre accessible l'ensemble des tarifs minimums exigés par le syndicat. Cette entente permettra de favoriser l'embauche de professionnels (chanteurs lyriques, choristes, etc.), rendant la légalité enfin financièrement abordable!... Nous croyons pouvoir signer cette entente en février 2017, si les multiples étapes de validation suivent le calendrier annoncé.

Vous aurez également noté notre nouvelle méthode d'adhésion et de renouvellement des cotisations en ligne, plus simple et plus pratique. Le formulaire que nous vous demandons de remplir est ainsi directement relié à notre **nouveau bottin des membres**, ce qui vous permet de mettre à jour l'ensemble de vos informations pratiques en temps réel, sans notre intervention.

Mais ce n'est pas tout! Les **cliniques chorales** sont de retour en 2017, et ce sont quelque 10 chœurs qui profiteront de la venue au Québec du renommé chef de chœur albertain Laurier Fagnan!... Notez également la création de **Pôles régionaux de chefs de chœur**, qui permettront aux chefs de régions données de se réunir informellement 1 à 2 fois par année pour échanger sur les sujets qui leur tiennent à cœur (répertoire, technique, résolution de problèmes divers, etc.). Plus d'informations vous seront transmises prochainement.

Nous aimerions créer dès le prochain numéro de notre *Revue Chanter* une rubrique **Courrier des lecteurs**: merci de nous faire parvenir dès aujourd'hui ce que vous aimeriez partager avec l'ensemble de nos lecteurs à l'adresse info@chorales.ca!

Enfin, nous poursuivons notre thématique éditoriale visuelle, qui traite de la diversité du chant choral dans le monde: des chœurs de Nouvelle-Zélande, Russie, Pays de Galles, Belgique, États-Unis et Corée du Sud illustrent ce numéro. Nous vous invitons à découvrir la grande qualité musicale de ces chœurs sur internet.

Je vous souhaite à toutes et tous de très belles fêtes de fin d'année!

A handwritten signature in blue ink, which appears to read "Charles Decroix". The signature is stylized and written in a cursive script.

Portrait

Carmen Léger

Membre de l'Alliance depuis 1996



Carmen Léger, la musique au cœur

Carmen Léger est née en Acadie, à Caraquet, où elle a passé toute son enfance et son adolescence. Elle y étudie la musique, et notamment le piano. À l'âge de 19 ans, elle quitte le Nouveau-Brunswick pour le Québec, qu'elle ne quittera presque plus ensuite. De 19 à 21 ans, elle valide un DEC en chant au CEGEP Marguerite-Bourgeoys à Montréal. Puis elle rejoint l'Ontario pour quatre années, où elle valide un baccalauréat en chant classique en interprétation à l'Université de Toronto. À 25 ans, elle regagne Montréal et y suit des études de traduction. Elle travaille parallèlement avec la célèbre mezzo-soprano Fernande Chiocchio, qui chante régulièrement sur toutes les scènes d'opéra au Canada.

Puis Carmen fonde une famille, et vit principalement de son métier de traductrice. Un, deux, trois et quatre enfants... Puis, en 1996, la grande famille décide de quitter la métropole pour aller vivre à Gaspé.

Deux semaines après avoir posé la dernière valise dans leur nouveau chez-eux, le téléphone sonne: « On a besoin de quelqu'un pour diriger notre chorale », lui dit-on. « On a pensé à vous! On vous a entendu chanter... » C'était un représentant du chœur *Les Voix du large*.

Carmen Léger se rappelle:

...Mais moi je n'avais jamais dirigé de chœur! J'avais quatre enfants (2, 4 6 et 8 ans), et il fallait que je trouve un travail pour vivre et payer mes factures, pas un poste de chef de chœur!...

J'ai tout de même rencontré le conseil d'administration. C'est vrai qu'ils étaient mal pris,

ils leur fallait un chef. J'avais certes déjà chanté dans un chœur à l'Université de Toronto, notamment des motets de Bach à huit voix, et j'avais adoré ça... Mais c'est à peu près tout ce que je connaissais du chant choral.

Je suis allée les entendre - et qu'est-ce que ça sonnait bien! De très belles voix... Et je me suis lancée. Ça fait 22 ans maintenant, et je suis toujours aussi heureuse!

Seize ans plus tard, en 2012, Carmen participe aux Choralies d'Edmonton. « *Après les Choralies, je me suis dit qu'on serait capable d'avoir un événement nous aussi à Gaspé...* » Ainsi est né le **Chœur du Bout du Monde**, qui a pris naissance dès 2015 dans les jupons du Festival du Bout du Monde. Depuis, année après année, ce projet ne cesse de faire de plus en plus d'adeptes.

L'édition 2017 accueillera notamment Scott Leithhead, formateur très reconnu, notamment dans le domaine des musiques africaines.

« Avec le Chœur du bout du monde, nous voulions attirer des gens de pas trop loin, pour redynamiser les Voix du large et la vie chorale dans la région. »

Pari réussi!

En 2016, Carmen fait un pas de plus vers l'inconnu: elle décide de suivre la maîtrise en direction chorale de l'Université de Sherbrooke, programme dirigé par Robert Ingari.

« J'avais plus de liberté, plus d'enfants à la

maison, plus de moyens financiers... Je me suis lancée. Tout ce que faisais avec la direction chorale, c'était d'instinct, même si j'avais travaillé avec Patricia Abbott et Andrée Dagenais dans le cadre des formations de l'Alliance... Mais je voulais être vraiment en maîtrise...

J'habite à Gaspé, mais malgré cela, j'arrive à suivre la formation qui se donne à Montréal! La formation est très bien faite, et c'est fort pratique pour moi, car je n'ai besoin d'être à Montréal que 8 fin de semaine par année.

Je n'ai commencé le programme qu'en septembre 2016, mais déjà je ressens une nette amélioration de mon travail en répétition, une amélioration vraiment significative...

Nous travaillons avec précision le choix du répertoire, qui est un enjeu crucial. Car comment bien choisir le répertoire de son chœur par rapport à son niveau, à ses désirs, au niveau que l'on souhaite atteindre et que les choristes souhaitent ou sont capables d'atteindre?...

Beaucoup de facteurs sont à prendre en compte!

Robert Ingari est extrêmement généreux, très accessible. Chose incroyable avec lui: je vis à Gaspé mais je ne me sens pas loin!...

Enfin, nous travaillons très souvent avec un chœur témoin, ce qui est un atout extraordinaire. Ce chœur et les choristes qui le composent sont exceptionnels, c'est une vraie richesse pour le programme. »

Pour plus d'informations, vous pouvez consulter les sites internet suivants:

Choeur du bout du monde:

<http://www.voixdularge.com/contactez-nous.ws>

Les Voix du large: <http://www.voixdularge.com>

Maîtrise en direction chorale de l'Université de Sherbrooke: <http://bit.ly/2hwiZzK>

Propos recueillis par Charles Decroix

GRAND DOSSIER



Comme un volier d'oies blanches Les bienfaits du chant choral chez les aînés

Par Danielle Bourque, présidente et choriste du Choeur du Vallon, Québec

Un soir, à la veille d'un concert de ma chorale, je regardais un documentaire sur les mouvements synchronisés que l'on retrouve dans le monde animal : bancs de poissons se déplaçant d'un seul coup en une large vague argentée, nuages de sauterelles s'abattant en une masse noire compacte sur des champs de maïs, volée d'oiseaux changeant brusquement de direction, dos noirs métamorphosés en une fraction de seconde en ventres blancs lumineux... D'où venait cette chorégraphie où des milliers d'êtres vivants ne formaient plus qu'un seul organisme? En analysant les mécanismes en cause, on a constaté que c'est la coordination de chacun par rapport à ses voisins immédiats qui donne cette impression d'ensemble.

Le lendemain, je suis entrée dans la salle de spectacle entourée des autres membres de ma chorale et soudainement, mon trac a disparu : j'étais entourée, chacun ferait ce qu'il avait à faire et le résultat serait aussi beau qu'une volée d'oies blanches dans un ciel d'automne. C'est ça, une chorale, une œuvre dans laquelle la voix de chacun est importante, mais où l'on n'entend que le chœur... un grand cœur qui bat. C'est la forme d'art la plus démocratique qui soit.

Le chant choral est un monde en soi. Parlez-en

à n'importe quel choriste, chacun vous dira la joie de chanter en groupe, la satisfaction qui accompagne la maîtrise d'une partition ardue, l'exaltation qui suit un concert.

Au-delà du plaisir partagé, des recherches de plus en plus nombreuses identifient une multitude d'effets positifs associés à la participation à un ensemble vocal. Certaines se penchent particulièrement sur les chorales composées d'aînés dans le but d'identifier les bienfaits de cette pratique pouvant contrer les effets négatifs du vieillissement. Outre l'amélioration des habiletés musicales, ces recherches mentionnent des bénéfices sur les plans émotionnel, intellectuel, social, spirituel et physique.

En se basant sur les résultats de diverses études, le présent article traitera de ces impacts. Certaines des recherches consultées s'appuient sur des questionnaires distribués à des membres de différentes chorales. D'autres, de type quasi expérimental, étudient des volontaires ne faisant pas déjà partie d'une chorale. Deux groupes sont alors constitués, l'un participant à une activité chorale pendant un nombre déterminé de semaines, l'autre s'en tenant à ses activités habituelles. La comparaison des deux groupes avant et après l'expérience permet de

connaître l'impact de l'expérience chorale sur les variables mesurées¹.

Aux fins de cet article, j'ai également interviewé des choristes, dont une majorité est membre de l'AREQ, ainsi que trois directrices de chorales. Leurs témoignages me permettront d'illustrer certains des résultats de recherche présentés.

LES BIENFAITS SUR LE PLAN ÉMOTIONNEL

De façon générale, les recherches

rapportent que les choristes disent du chant choral qu'il améliore leur humeur, apporte joie et bonheur à leur vie et leur permet de relaxer. Roland Bouchon, dans une enquête sociologique effectuée auprès de choristes de la région de l'Isère en France, parle du « souvenir du chant comme bien-être qui, un peu comme la Madeleine de Proust » ramène les adultes au chant choral dès qu'ils retrouvent du temps disponible, souvent au moment de la retraite.

La majorité des personnes que j'ai



Le Choeur des aînés de l'Université de Laval, concert de Noël, décembre 2015. Photo: Choeur des aînés de l'Université Laval

¹ Dans le but d'alléger le texte, les références figurent à la fin de l'article. Comme la majorité des recherches consultées étaient rédigées en anglais, les citations seront des traductions libres de l'auteure du présent article.

interviewées ont elles aussi souligné la présence du chant au cours de leur enfance et de leur adolescence, soit dans leur famille ou dans des chorales paroissiales ou scolaires, toutes gardant des souvenirs très positifs de ces expériences. Souvent le désir de retrouver la joie de chanter en groupe a constitué une de leurs motivations à s'inscrire à une chorale.

Clift et coll. ont étudié 265 volontaires – d'un âge moyen de 67,3 ans – dont la moitié a participé à douze rencontres hebdomadaires de chant choral et l'autre moitié a maintenu ses activités habituelles. Ils notent une amélioration de l'état de santé mentale générale ainsi qu'une diminution des niveaux d'anxiété et de dépression nettement supérieures pour le groupe ayant participé à la formation chorale que pour le groupe témoin.

Chantal Masson-Bourque
Directrice du Choeur des Aînés



Ces différences se sont toutes avérées

statistiquement significatives, c'est-à-dire qu'elles ont peu de chance d'être attribuées au hasard. De plus, bien que les mesures prises dans le groupe expérimental trois mois après la fin de l'étude aient indiqué une diminution des améliorations, les niveaux obtenus sont tout de même demeurés meilleurs qu'au départ, soulignant ainsi une certaine stabilité des bienfaits obtenus.

De nombreuses études soulignent que les femmes sont plus susceptibles de ressentir de plus grands bienfaits que les hommes. Ainsi, selon Clift et Hancox, les femmes, plus que les hommes, affirment que « le fait de chanter les rend heureuses, améliore leur bien-être et leur santé, les aide à se détendre et à gérer leur stress. » Les auteurs émettent certaines hypothèses afin de tenter d'expliquer ces variations. Peut-être les hommes et les femmes ressentent-ils les mêmes bienfaits, mais les femmes s'exprimeraient davantage sur le sujet. Une autre hypothèse serait que les femmes ressentent effectivement plus de bienfaits et cela expliquerait la plus grande proportion de femmes que d'hommes dans les chorales. Cependant, les hommes étudiés par Clift et Hancox étaient tout aussi impliqués que les femmes dans leur chorale, ce qui fait dire aux chercheurs qu'ils s'y engagent peut-être pour des motifs différents que les femmes. Ainsi, les hommes semblent généralement accorder une plus grande valeur à la musique en elle-même et aux occasions de rencontres sociales alors que les femmes soulignent plus souvent l'importance du bien-être émotionnel associé au chant choral.

Formations de 2^e cycle en direction chorale

POUR DÉMARRER OU PERFECTIONNER VOTRE CARRIÈRE DE CHEF DE CHŒUR



TEMPS PARTIEL À LONGUEUIL

« Une formation qui nous donne des outils pédagogiques pour tous les types de chœurs avec lesquels on pourra travailler. »
Mélodie Rabatel, étudiante à la maîtrise en direction chorale

Microprogramme | Diplôme | Maîtrise

- Formation adaptée pour tous les types de chœurs (amateur, scolaire, professionnel, etc.)
- Classes de maître avec chœur témoin, ateliers et séminaires, répétitions d'ensemble, techniques vocales pour chœur
- Fins de semaine intensives au Campus de Longueuil
- Formation unique au Québec dispensée par l'un des meilleurs chefs de chœur au pays, le professeur Robert Ingari

Auditions : 8 avril 2017

ÉCOLE DE MUSIQUE DE L'UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE

Renseignements et inscription
etudes.musique@USherbrooke.ca
1 800 267-UdeS, poste 68040

CAMPUS DE LONGUEUIL

SÉANCES D'INFORMATION

Vendredi 13 janvier 2017, 17 h 30 à 19 h

PORTES OUVERTES ET SÉANCE D'INFORMATION

Samedi 14 janvier 2017, 9 h à 17 h

Détails à : USherbrooke.ca/musique



UNIVERSITÉ DE
SHERBROOKE

Voir au futur

LES BIENFAITS SUR LE PLAN INTELLECTUEL

Les recherches consultées vont toutes dans le sens d'affirmer que le chant choral améliore, ou au moins contribue à maintenir, les capacités intellectuelles. Quand il est question de l'aspect intellectuel des bienfaits du chant choral, il faudrait parler de deux dimensions distinctes agissant en étroite interaction : l'acquisition de connaissances et la stimulation cognitive.

Acquisition de connaissances

Maureen Baird, dans sa recherche publiée en 2008, souligne que « dans le chant choral, il y a une rétroaction constante en ce qui a trait à la précision des notes, du rythme, de la diction, du fondu [...] et de la structure formelle de la musique. [...] Ce type d'apprentissage peut résulter en un sentiment d'accomplissement, de progrès et en une augmentation d'estime de soi et de confiance [...] [il] fournit une occasion de réussir et de s'améliorer dans une situation non compétitive. »

Cette satisfaction liée à l'acquisition de nouvelles connaissances s'exprime dans plusieurs des témoignages recueillis lors des entrevues de choristes que j'ai réalisées. Certains parlent de la fierté ressentie face au travail accompli. D'autres soulignent leur désir d'apprendre, celui-ci faisant partie des motivations principales qui les ont poussés à s'inscrire à une chorale. Ils insistent sur le fait qu'ils maintiendront leur engagement au chœur tant qu'ils auront l'impression de continuer d'apprendre.

Stimulation cognitive

Par stimulation cognitive, on entend les activités qui gardent l'esprit alerte, assurant ainsi le bon fonctionnement des mécanismes cérébraux. Il s'agit autrement dit d'activités qui préviennent le vieillissement prématuré des capacités cognitives comme la mémoire, la concentration, la résolution de problèmes, etc.

Plusieurs choristes interviewés ont mentionné l'importance de garder leur cerveau actif. L'un d'eux a d'ailleurs indiqué qu'il espérait, grâce à son implication dans une chorale, prévenir la maladie d'Alzheimer.

Les chercheurs s'intéressent de plus en plus à cet impact important du chant choral en regard du vieillissement actuel de la population. Dans le cadre de sa maîtrise en gérontologie, Louise Drouin a mené une recherche expérimentale en collaboration avec le Centre de recherche sur le vieillissement de Sherbrooke. Des personnes dont l'âge moyen était de 85 ans, vivant en résidence, ont participé à une activité hebdomadaire de chant choral pendant deux sessions. Leurs résultats à des tests cognitifs avant et après l'intervention ainsi que trois mois plus tard ont été comparés à ceux d'un groupe ayant participé à des activités hebdomadaires de type conférences et à un groupe témoin n'ayant été soumis à aucune intervention. Ces résultats, dont certains sont statistiquement significatifs, « suggèrent une amélioration de la cognition ». Comme le nombre de participants était restreint, d'autres études sur un plus grand nombre de sujets devront cependant être effectuées avant de pouvoir généraliser ces résultats.



Le Choeur du Vallon, concert Nuit de Paix, décembre 2014, Palais Montcalm. Photo: Lorraine Gallant

LES BIENFAITS SUR LE PLAN SOCIAL

Parmi les impacts positifs rapportés par les choristes dans les questionnaires autoadministrés, la dimension sociale ressort comme étant fondamentale. Les effets vont bien au-delà de la possibilité d'établir de nouvelles relations d'amitié. Sur ce point d'ailleurs, les données recueillies par Baird varient selon la dimension de la chorale : les membres de petites chorales (20 choristes et moins) affirment davantage se sentir liés aux autres choristes que ceux qui font partie de plus grandes chorales. Étant donné le grand nombre de participants dans ces groupes, des liens plus étroits se tissent en effet souvent à l'intérieur de sousgroupes plutôt qu'avec tous les membres du chœur.

Sans sous-estimer les liens d'amitié qui peuvent se former au fil des rencontres chorales, l'importance d'une atmosphère harmonieuse propice à la création d'une œuvre commune est plus souvent soulignée par de nombreux choristes interviewés. Un climat tendu est en effet peu compatible avec l'élaboration, semaine après semaine, d'un tel projet collectif.

L'absence de compétition entre les membres est l'une des grandes richesses d'une chorale. Plus qu'un effet marginal, celle-ci constitue plutôt une condition sine qua non pour assurer la beauté du résultat. En effet, dans le chant choral, aucune voix ne doit percer au-dessus des autres, toutes devant au contraire se fondre en un tout harmonieux. Un

des choristes interviewés, grand amateur de sports de groupe et très compétitif dans ce type d'activités, mentionnait à quel point il avait l'impression, dans la chorale, de contribuer à quelque chose de commun et non d'entrer en compétition avec les autres. L'une des conséquences de cet état était qu'il ne ressentait aucun stress au moment des concerts, car il fournissait sa part d'effort avec la confiance que les autres feraient de même.

L'une des chefs de chœur que j'ai rencontrés soulignait un autre impact social particulièrement important pour des choristes retraités, soit celui du soutien du groupe face

à des épreuves. Dirigeant un chœur d'aînés, elle rencontre plusieurs choristes qui vivent au quotidien avec un conjoint malade. En plus du soutien moral apporté par les choristes lors des rencontres hebdomadaires, les compétences d'écoute active nécessaires pour pratiquer le chant en groupe – écoute des consignes du chef de chœur et des autres voix – peuvent se transférer aux situations quotidiennes qui nécessitent une telle écoute face à un conjoint souffrant.

Une choriste interviewée a pour sa part noté qu'à la retraite, le risque de limiter nos interactions sociales à nos proches (conjoint,



Ensemble vocal Stella Maris, concert du 7 juin 2011, Couvent des Soeurs St-Joseph. Photo: Robert Laliberté

famille, amis) peut entraîner la perte d'une certaine souplesse dans nos contacts avec une plus grande diversité d'individus. Dans notre environnement de travail, nous devons nous adapter à toutes sortes de personnalités, car nous n'avons pas choisi ceux et celles que nous rencontrons au quotidien. Le groupe choral fournit cette possibilité de côtoyer une diversité de personnes réunies par un amour commun de la musique, mais que nous n'aurions pas nécessairement choisies comme amies.

Dans son enquête sur les choristes retraités de l'Isère, Roland Bouchon nous fournit une autre information intéressante. Il mentionne qu'au moment de la retraite, le travail, une dimension fondamentale de ce qu'il nomme notre « identité culturelle », doit être remplacé par d'autres activités significatives. Bouchon constate que la participation à une chorale et le bénévolat sont les deux composantes qui servent le plus souvent à rétablir cet équilibre dans l'identité des participants à sa recherche (incidemment, en Isère, un choriste sur trois provient de l'Éducation nationale).

LES BIENFAITS SUR LE PLAN SPIRITUEL

Définir la dimension spirituelle peut s'avérer compliqué, particulièrement quand cet aspect de l'expérience humaine a été totalement associé à la religion, comme cela a été le cas au Québec. L'abandon de la pratique religieuse en a amené plus d'un à rejeter du même coup toute référence à la spiritualité. Clift et Hancox, cités par Baird, nous en donnent la définition suivante : la spiritualité « englobe le sentiment d'une raison d'être, d'une finalité et d'une transcendance de l'expérience humaine

au-delà des réalités physiques et triviales de la vie ». Baird rapporte de cette façon les résultats d'une étude ayant comparé les expériences musicale et spirituelle : « [...] toutes deux peuvent provoquer des émotions intenses et puissantes, toutes deux comportent des éléments qui appartiennent à l'individu, mais qui peuvent se produire dans un contexte public tel qu'un service religieux ou un concert choral, et toutes deux génèrent des émotions positives ». Plusieurs des aspects expérientiels analysés étaient vécus avec « une plus grande intensité dans l'expérience musicale incluant : le sentiment d'élévation et de faire partie d'une performance partagée, la joie et l'exaltation ».

Le philosophe André Comte-Sponville, dans son livre *L'esprit de l'athéisme, Introduction à une spiritualité sans Dieu*, affirme que la dimension spirituelle de l'être humain est trop importante pour qu'on la laisse entre les mains des religions. Il écrit : « Nous sommes des êtres finis ouverts sur l'infini [...] des êtres relatifs ouverts sur l'absolu. Cette ouverture, c'est l'esprit même. La métaphysique consiste à la penser; la spiritualité, à l'expérimenter, à l'exercer, à la vivre. »

Quand un choriste affirme que le chant choral lui fait toucher un aspect de lui-même qu'il ne connaissait pas, une zone dont la complexité dépasse le rationnel et l'émotionnel, ne décrit-il pas une expérience spirituelle, même s'il ne lui vient pas à l'idée de la nommer ainsi?

Plusieurs choristes soulignent le plaisir de partager avec d'autres leur passion pour la musique, le sentiment de participer à quelque chose de plus grand qu'eux-mêmes et de

contribuer à un effort collectif dont les résultats les dépassent, le sentiment de sécurité grâce au chœur qui les entoure : ces observations n'illustrent-elles pas certaines des dimensions fondamentales de la spiritualité selon Comte-Sponville, soit la communion, la confiance et l'engagement?

Une directrice de chorale interviewée me dit que « la voix est le muscle de l'âme ». Une autre me raconte que parfois, lorsqu'elle dirige ses choristes, majoritairement non religieux, dans l'exécution de chants sacrés, elle lit dans leurs yeux une profondeur telle qu'elle a l'impression d'accéder malgré elle à une dimension humaine rarement dévoilée. Le chant choral nous ouvre à plus grand que nous-mêmes.

Gisèle Pettigrew

Directrice du Choeur du Vallon



LES BIENFAITS SUR LE PLAN PHYSIQUE

Dans sa revue de littérature sur les bienfaits physiques du chant choral, Maureen Baird souligne que des « problèmes physiques diminuent et des douleurs comme l'arthrite et les douleurs chroniques sont soulagées jusqu'à

un certain point lors de la participation à des activités musicales ». Des choristes affirment également que le fait de chanter « améliore leur respiration, exerce leurs poumons et leurs muscles abdominaux, renforce leur diaphragme et leur permet de développer une bonne posture ».

Plusieurs des choristes que j'ai interviewés m'ont également fait part de bienfaits physiques ressentis grâce au chant choral. Le besoin d'améliorer ses capacités respiratoires constitue même une motivation importante pour l'une de ces choristes souffrant d'une tendance asthmatique. Certains ont établi une comparaison entre la pratique du chant et celle d'un sport, car dans les deux cas le corps est très sollicité. Il est en effet impossible de chanter sans un engagement physique important, posture, respiration, tonus musculaire.

Baily et Davidson rapportent pour leur part des études indiquant que le chant choral renforce le système immunitaire. Des chercheurs ont pris la mesure du taux d'immunoglobulines A sécrétées (sIgA) avant et après des répétitions de chant choral et des concerts, autant chez des choristes amateurs que professionnels. Dans tous les cas, une augmentation statistiquement significative des sIgA a été notée. Une augmentation des sIgA est un indicateur du renforcement des défenses immunitaires contre les infections bactériennes des voies respiratoires supérieures.

À la lumière des témoignages de plusieurs choristes mentionnant l'effet relaxant ou déstressant du chant choral, on pourrait penser que les mesures physiologiques du stress iraient dans le même sens. Le cortisol, que l'on

Adrienne Richard
Directrice du Choeur Stella Maris



« Ce qu'il est important de comprendre, c'est le mécanisme par lequel le chant diminue le cortisol (par l'induction d'une respiration diaphragmatique). L'induction de la respiration diaphragmatique par le chant peut être très différente chez un chanteur professionnel et un chanteur amateur, et c'est ce qui pourrait expliquer les différences de cortisol observées entre les groupes. Il ne suffirait donc pas de "chanter" pour déstresser, mais il faudrait chanter d'une "certaine façon" qui amène le diaphragme à s'étendre au maximum. »

a surnommé l'hormone du stress, peut facilement se mesurer dans la salive. Baily et Davidson présentent les résultats d'études dans lesquelles des mesures du cortisol salivaire ont été prises avant et après des pratiques et des concerts, encore une fois auprès de choristes amateurs et professionnels. Le taux de cortisol salivaire a diminué lors des répétitions des choristes professionnels, indiquant une diminution du stress, mais cette diminution n'a pas été notée lors de performances devant public. Par ailleurs, les recherches n'ont pas démontré de diminution significative du taux de cortisol après une répétition de chant chez les choristes amateurs.

Comment comprendre une telle différence? Voici l'explication que m'a fournie à ce sujet Sonia Lupien, directrice du Centre d'études sur le stress humain de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal :

Comment concilier de tels résultats avec les affirmations de nombreux choristes au sujet de l'effet déstressant du chant? Clift et Hancox parlent d'une « attention focalisée » nécessaire lorsqu'on chante dans une chorale, car il s'agit d'une activité multitâches exigeant une très grande concentration. Celle-ci vient faire contrepoids aux préoccupations quotidiennes.

En d'autres mots, même quand il n'y a pas de diminution marquée des mesures physiologiques du stress, la pratique du chant choral déplace l'attention des soucis quotidiens et est de ce fait perçue comme source de relaxation.

Les recherches portant sur les effets bénéfiques du chant choral sur la santé s'avèrent particulièrement importantes en regard du vieillissement de la population. On s'interroge en effet de plus en plus sur les meilleures façons de ralentir les impacts négatifs du grand âge. Dans cette optique, Cohen et coll. ont mené une étude expérimentale visant à mesurer l'amélioration

de certains indicateurs de santé chez 90 personnes âgées (moyenne d'âge de 79 ans) s'étant prêtées à une expérience de chant choral pendant trente semaines. Voici comment ils résument les résultats de leur recherche :

« [...] le groupe expérimental rapporta une amélioration globale de sa santé physique, moins de visites chez le médecin, une utilisation moindre de médicaments, moins de chutes et moins d'autres problèmes de santé que le groupe de comparaison. »

Ces résultats confirment donc, grâce à des données objectives, ce que de nombreux choristes vivent sur le plan expérientiel. Cohen et coll. expliquent de telles améliorations par l'entremise de deux composantes essentielles au maintien de la santé identifiées par les recherches en gérontologie, soit le sentiment de contrôle sur sa vie et l'engagement social. Les chercheurs affirment que dans le chant choral, mais également dans les activités artistiques en général, les succès vécus augmentent la motivation et le désir de continuer et ont un impact positif sur l'estime de soi. D'autre part, en raison de la beauté qu'elles génèrent, les activités artistiques favorisent beaucoup plus l'engagement, semaine après semaine, que beaucoup d'autres types d'activités sociales et sportives, ce qui accentue à la longue les impacts positifs observés.

UNE ACTIVITÉ BÉNÉFIQUE ACCESSIBLE À TOUS

À la fin de mes interviews de choristes, j'ai demandé à chacun si d'autres activités pourraient avoir sur eux le même impact que la participation à leur chorale. Plusieurs ont dû m'en nommer deux ou trois différentes pour arriver à retrouver l'ensemble des bienfaits que leur apportait le chant choral. En effet, rares sont les activités qui peuvent nourrir autant de dimensions, émotionnelle, intellectuelle ou cognitive, sociale, spirituelle et physique, que le chant choral. Une choriste résume ainsi ce que lui apporte le chant choral :

« La musique est une véritable thérapie. Elle m'aide à réduire le stress, à oublier mes problèmes. Elle favorise la respiration, l'expression et l'épanouissement. C'est une activité spirituelle qui joue un rôle important dans la fonction cérébrale. On dit que "la musique adoucit les mœurs". C'est peut-être un cliché, mais je crois que c'est impossible de chanter avec de la haine et de la colère dans le cœur [...] Ayant vécu des choses difficiles cette année, je n'hésite pas à dire que la chorale m'a été particulièrement bénéfique. »

Un des avantages du chant choral amateur dont je n'ai pas fait mention dans cet article est sa grande accessibilité. Il ne nécessite en effet aucune compétence particulière, la très grande majorité des chorales n'exigeant pas de formation musicale, mais simplement une voix juste et le désir de s'impliquer de façon

soutenue. Le chant choral est de plus l'une des activités les moins dispendieuses, toutes catégories confondues.

La qualité exceptionnelle de la musique enregistrée à laquelle tous ont accès en raison des immenses progrès technologiques a malheureusement réduit la majorité des gens au rôle de consommateurs de musique, abandonnant la production musicale à quelques rares « élus ». Une étude datant de 1992 rapportée par Baily et Davidson note ainsi une importante diminution des activités musicales familiales. Une autre datant de 1994 indique que la grande qualité de la musique enregistrée inhibe les adultes au point de les empêcher de chanter pour leurs enfants. Le chant en groupe ne pourrait-il pas alors nous aider à réapprivoiser notre voix dans un contexte sécurisant?

La prévention des impacts négatifs du vieillissement est importante, et les recherches démontrent le rôle majeur du chant choral dans l'atteinte de cet objectif. Il ne faudrait cependant pas perdre de vue que le chant choral procure avant tout une grande joie : chanter pour son bien être, chanter en chœur pour le plaisir de partager une passion commune, chanter devant d'autres, comme un don de joie, c'est tout cela qu'apporte la participation à une chorale.

REMERCIEMENTS

JE TIENS À REMERCIER MADAME LOUISE DROUIN, QUI M'A GRACIEUSEMENT FOURNI LES RÉFÉRENCES DE RECHERCHES SUR LESQUELLES ELLE S'EST BASÉE DANS LE CADRE DE SA RECHERCHE DE MAÎTRISE EN GÉRONTOLOGIE DE L'UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE.

Dans le cadre ce dossier, j'ai interviewé des membres et les directrices musicales de trois chorales de la ville de Québec dont voici les coordonnées :

- CHŒUR DES AÎNÉS DE L'UNIVERSITÉ LAVAL

Information : choeurdesaines.ulaval.com

- CHŒUR DU VALLON

Information : choeurduvallon.com

info@choeurduvallon.com

- ENSEMBLE VOCAL STELLA MARIS

Information : musiqueadrienne.com

Références

BAIRD, M. J. (2008). Perceived benefits of choral singing : Social, intellectual, and emotional aspects of group singing (M.A., McGill University (Canada), Proquest Dissertations and Thesis, (304348746).

BOUCHON, R. (2009). Les choristes retraités en Isère (master 2, Direction de projets culturels, Université de Grenoble), Observatoire des politiques culturelles, Formation des cadres culturels territoriaux.

CLIFT, S. et G. HANCOX (2010). The significance of choral singing for sustaining psychological wellbeing :Findings from a survey of choristers in England, Australia and Germany. *Music Performance Research*, 3, 79-96.

CLIFT, S., A. SKINGLEY, S. COULTON et J. RODRIGUEZ (2012). A controlled evaluation of the health benefits of a participative community singing programme for older people (silver song clubs). Royaume-Uni : Sidney de Haan Research Centre for Arts and Health (Community Singing Program).

COHEN, G. D., S. PERLSTEIN, J. CHAPLINE, J. KELLY, K. M. FIRTH et S. SIMMENS (2006). Impact of professionally conducted cultural programs on the physical health, mental health, and social functioning of older adults. *Gerontologist*, 46 (6), 726-734.

COMTE-SPONVILLE, A. *L'esprit de l'athéisme, Introduction à une spiritualité sans Dieu*, Albin Michel, Paris, 2006, 222 pages.

DAVIDSON, J. W., B. A. BAILY (2005). Effects of group singing and performance for marginalized and middle class singers. *Psychology of music*, 33 (3), 269-303.

DROUIN, L. *Les impacts d'un programme de chant choral sur le bien-être et la cognition de personnes âgées en perte d'autonomie*, Mémoire de maîtrise en gérontologie sous la direction de Lise Gagnon et Hervé Platel, professeurs, Université de Sherbrooke.

LUPIEN, S. *Communication personnelle par courriel*.



Ensemble Alexandrov | Russie

Chorissimo! 2017

Terrebonne | Québec

Nous sommes très heureux d'inviter les chorales jeunes de partout au Québec à participer à **Chorissimo 2017**, qui aura lieu les 8 et 9 avril prochains au Collège Saint-Sacrement de Terrebonne. L'édition 2017 du Chorissimo propose à vos jeunes choristes quatre ateliers stimulants, qui porteront tous sur la riche thématique de l'identité canadienne. Chacun de ces ateliers sera dirigé par un chef expérimenté et passionné qui rendra l'expérience des choristes inoubliable!

Atelier des 7 - 8 ans (unisson) | « Chanson d'ici et d'autrefois »

Louise Marie Desbiens, Québec | chef de chœur des Petits Chanteurs de Beauport

Atelier des 9-10 ans (1 et 2 voix) | « Enfants du monde »

Isabelle Petit, Granby | chef de chœur (anciennement chef des Petits Chanteurs de Granby)

Atelier des 10-11 ans (2 voix) | « D'un océan à l'autre »

Julie Laverdière, Terrebonne | Chef adjointe des Jeunes Voix des Moulins

Atelier des 12-16 ans (2 et 3 voix) | « Buffet musical »

Philippe Ostiguy | Chef des Petits Chanteurs de Laval

Pour plus d'informations ou pour pré-inscrire votre chorale, rendez-vous sur la page Chorissimo du site de l'Alliance chorale du Québec

www.chorales.ca/chorissimo-2017

***** Dernières nouvelles *****



Mélissa Bédard (Star Académie 2012) est l'invitée spéciale de Chorissimo 2017!

À ce titre, elle interprétera 4 chants communs avec l'ensemble des jeunes choristes dans le cadre du concert final, le **dimanche 9 avril 2017 à 14h30**, à l'Auditorium du Collège Saint-Sacrement.

ÉTÉ 2017

DOMAINE FORGET

Académie internationale de musique et de danse

CHORALE - 13 AU 20 AOÛT

Laurier Fagnan, Louise-Marie Desbiens
Marthe Lacasse, Rosalie Asselin

CHANT POPULAIRE
ET PRODUCTION - 13 AU 20 AOÛT

Gino Vannelli

Inscription en ligne : domaineforget.com





Charles Decroix
Directeur général | Alliance chorale du Québec

Le Grand concert du temps des fêtes™: une célébration chorale unique

Le **Grand concert du temps des fêtes™** est une célébration chorale unique mise sur pied par l'Alliance chorale du Québec.

L'idée de ce grand concert est né de plusieurs constatations: (i) le souhait de plusieurs choeurs de participer à un événement collaboratif pour le temps des fêtes, (ii) accéder à de grands lieux de concert et à des moyens techniques importants et (iii) faire se rencontrer les publics.

De plus, l'Alliance souhaitait depuis longtemps mettre sur pied un projet qui pourrait être amené à être reproduit dans les régions du Québec...

Pour répondre à ces différents besoins, nous avons mis sur pied le **Grand concert du temps des fêtes™**.

Le concept est simple: 4 à 6 choeurs d'une région donnée, leurs chefs de chœur et quelques musiciens choisissent de participer à ce projet choral d'envergure - qui vient ainsi remplacer leur traditionnel concert de Noël. Un chef de chœur est désigné comme étant personne-ressource auprès de l'Alliance.

Puis tout est extrêmement simple, car l'Alliance se charge de tout! Nous utilisons notre expertise en organisation d'événements, notre capacité à investir d'importantes sommes d'argent pour déployer de grands moyens techniques et logistiques, nous développons l'ensemble des supports de communication, engageons un(e) relationniste de presse, etc. Nous travaillons fort AVEC les conseils d'administration, équipes, chefs et choristes des choeurs impliqués pour faire du projet une réussite totale.

Pour sa première édition le samedi 17 décembre 2016, le **Grand concert du temps des fêtes™** a été baptisé "**Lumières d'hiver**": d'une haute valeur artistique, il inclut mise en scène, lumières, déplacements, costumes... et beaucoup d'autres surprises!

"**Lumières d'hiver**" sera proposé à la reprise partout au Québec pour le temps des fêtes 2017!

Vous êtes intéressés? Contactez-moi à dg@chorales.ca ou au 514-252-3020!



ALLIANCE CHORALE
DU QUÉBEC

SAMEDI
17 DÉC. 2016
20H

Église Saint-Jean-Baptiste
4237 Avenue Henri-Julien
Montréal, QC H2W 1E5
📍 Mont-Royal ou Sherbrooke

Le Grand concert du temps des fêtes™
LUMIÈRES D'HIVER

GRAND CONCERT CHORAL

MISE EN SCÈNE
Fanny Gilbert-Collet

AVEC
Le Chœur Ciné-Jazz, La Clique vocale,
L'Ensemble Vocal Cantivo, Les Fous de la gamme,
et Sympholies Vocales

DIRECTION
Patricia Abbott, Solène Derbal, Julie Dufresne,
Marc-Olivier Lacroix et Donald Lavergne

TARIFS
de 10 à 30\$

RÉSERVATIONS
eventbrite.ca

INFORMATIONS
chorales.ca

Culture
et Communications
Québec

 FONDATION
CHORALE QUÉBEC

Le Grand concert du temps des fêtes™: "Lumières d'hiver"

Bref retour en images sur la 1ère édition



Une salle comble et un public conquis!



L'Église St-Jean-Baptiste, un cadre magnifique et majestueux...



Marc-Olivier Lacroix dirige les 5 chœurs réunis



La chef de chœur Solène Derbal et la pianiste Virginie Reid



Le chœur au complet sous les grandes orgues!



Nouvelles technologies: pour un chœur 2.0!

Par Jean-François Trudel, chef de chœur (Montréal)

Notre vie de chef de chœur, comme celle de tous à vrai dire, devient de plus en plus effrénée. Si vous êtes comme moi, vous vous en mettez toujours un peu plus sur les épaules, on veut toujours mieux faire, avec moins de temps. Nos choristes demandent plus, les budgets sont plus restreints et pourtant, on réussit, on continue et on a toujours la motivation pour continuer.

Dans mon cas, c'est devenu une question de productivité: tout faire en moins de temps pour en faire de plus en plus. Ma solution: LES GADGETS.

Je suis Jean-François Trudel, 34 ans. J'ai deux carrières, une comme chef de chœur et une comme inhalothérapeute en pédiatrie. Deux métiers exigeants. Un qui m'occupe à temps plein physiquement, l'autre qui occupe plusieurs de mes soirées et auquel je pense tout le temps. Sans nommer la famille, les obligations... Nous sommes tous dans le même bateau.

Je suis privilégié de pouvoir partager mon expérience avec vous en utilisant cette tribune. L'Alliance m'a invité l'année dernière à présenter au Colloque des chefs un atelier sur l'intégration des nouvelles technologies dans mon métier de chef et cette année, à vous écrire via notre Revue Chanter. Si mon expérience peut vous aider, vous inspirer ou simplement vous divertir, je le ferai avec

beaucoup de plaisir. J'ai toujours utilisé la technologie quand elle devenait accessible et surtout abordable. Vous souvenez-vous des cassettes? Combien de nuits avez-vous passées à en doubler? Face A, Face B, fallait pas se tromper, parce qu'on avait déjà imprimé les étiquettes. Des fois on pouvait les copier à double vitesse. 40 choristes? 40

Comment tout faire en moins de temps pour en faire de plus en plus?

Ma solution: LES GADGETS.

- Jean-François Trudel

cassettes, 80 faces. 60 ou 90 minutes? Les heures passées chez l'imprimeur du coin à lui expliquer quelle feuille recto et quelle feuille verso, pour aller les chercher la semaine d'après trouées à l'envers. Peut-être faisiez-vous comme moi? Au libre-service, 14 000 photocopies par année? Puis sont arrivés les CD. Ça avait révolutionné nos vies, ça se grave beaucoup plus vite un CD. Encore fallait-il se procurer un graveur. 8X, 12X, 24X. On a vécu les mêmes affaires aux mêmes époques. Probablement avec les mêmes

budgets. Oui, maintenant on en est aux partitions électroniques au format PDF ou JPEG et aux audios mp3, avi, ou wmv. Le problème d'aujourd'hui c'est l'offre. Comment s'y retrouver? Comment faire les bons choix? Où se trace la limite entre la nécessité et le luxe? Comment convaincre ma blonde que j'ai absolument besoin de ce nouveau gadget? Ma chronique n'a pas pour but de vous faire dépenser, mais bien de vous guider dans l'embarras du choix qui s'offre à nous.

La réalité d'aujourd'hui c'est l'instantanéité. Du bout des doigts, sur un appareil à peine plus gros que la paume de la main, je peux payer un achat fait en Chine, faire mon épicerie, régler la température de mon chalet dans le nord ou enregistrer une pièce qui passe à ma chaîne musicale que j'aimerais faire dans mon répertoire la saison prochaine. Moi j'ai décidé que la direction chorale serait pour moi tout aussi intégrée.

Ma prochaine chronique traitera du sujet dont les gens me parlent le plus: **la tablette**.

Comment l'intégrer dans votre vie de chef? Est-elle vraiment utile? Jusqu'à quel point pouvez-vous augmenter votre productivité grâce à elle?...

Je ferai aussi rapidement un comparatif de différentes applications. Je tenterai aussi de vous faire une comparaison rapide des différentes tablettes sur le marché. J'aimerais aussi réserver une partie de ma chronique pour répondre à vos questions. Je vous propose donc de m'écrire. Une sorte de « *Courrier de J-F.* ». Envoyez-moi vos questions, demandes d'opinion, demandes d'information, tout ce que vous aimeriez savoir sur l'intégration de la techno dans notre beau métier et je me ferai le devoir de vous répondre ici.

Pour m'écrire: jeanfrancois@arcantia.ca.

Au plaisir de vous lire!



HAVRE FAMILIAL
CENTRE DE PLEIN AIR

LE HAVRE FAMILIAL, *c'est tout une ambiance... Nature!*

CLASSES NATURE · VACANCES FAMILIALES · RÉUNIONS CORPORATIVES · JOURNÉE PLEIN AIR



SAINTE-BÉATRIX > RÉGION DE LANAUDIÈRE > 1.888.883.2271

WWW.HAVREFAMILIAL.COM

LANAUDIÈRE
» RAPPROCHEZ-VOUS «

LE CAMP MUSICAL D'ASBESTOS OFFRE SES INSTALLATIONS

AUX GROUPES MUSICAUX

TOUT AU LONG DE L'ANNÉE.



- Hébergement en chambre d'hôtel ou en dortoir
- Repas inclus à notre cafétéria
- Salle de pratique, lutrin, sonorisation, projection, etc.
- Piano à queue 7 pieds sur place ainsi que plusieurs piano droit et électronique
- Scène de 50 pieds de large par 30 pieds de profond avec coulisse et loge pour des répétitions de pièces de théâtre ou comédie musical



 **1 888 834-4342**
www.campmusicalinc.com

Forfait à partir de **120 \$/personne** comprend 2 nuitées en hôtel avec literie et salle de bain privée, 5 repas sous forme de cafétéria, la salle ainsi que le matériel de répétition. 90 \$/personnes pour des chambres de dortoir.



Les Éditions de l'Alliance: quoi chanter?

Par Jean-François Sénart, chef d'orchestre et chef de chœur (France)

En parcourant le catalogue des partitions chorales publiées par l'Alliance chorale du Québec, j'ai constaté avec plaisir et satisfaction qu'il propose un répertoire principalement québécois, avec des harmonisations de chansons folkloriques et populaires, ainsi que des compositions de musiciens d'excellence de La Belle Province. Reste que si ces partitions demeurent « sur les tablettes » c'est un coup d'épée dans l'eau...

Il y a, dans la tradition musicale du Québec, une spécificité qu'envient de nombreux partenaires de la communauté francophone, à commencer par les français eux-mêmes... En France, hélas, les chorales dédaignent le folklore et la créativité musicale de leur pays pour se tourner vers l' « outsider »... avec toutes les approximations que ce répertoire, certes de qualité, suscite en matière de prononciation et d'interprétation.

Chanter dans sa propre langue des oeuvres de musiciens de qualité issus du même terreau culturel que soi m'apparaît d'une importance fondamentale, susceptible de provoquer joie et fierté autant chez les interprètes que chez les auditeurs.

Les Éditions de l'Alliance proposent un large éventail d'harmonisations de chansons folkloriques signées L. Daunais, F. Brassard, O.

O'Brien, M. Dela, J. Hétu, M. Blackburn, A. Saint-Cyr et autres, ainsi que des arrangements de M. Bernard, M. Bellemare, N. Chotem et M. Dela de chansons populaires, de quoi bâtir un programme de concert alléchant et original.

Quant à ceux, plus aventureux, qui cherchent à interpréter des musiques plus exigeantes, tant au niveau de l'interprétation vocale que de l'écriture polyphonique, ils pourront se tourner vers les compositions de L. Daunais sur des poèmes d'Apollinaire, ou de F. Vogel (*Chantons en Coeur*), M. Dela (*Le Rat de Ville*), A. Prévost (*Soleils Couchants*) et A. Gagnon (*Rumeurs et Visions*)...

Bref, ce catalogue ciblé demande à être augmenté, mais l'énergie qu'il faudra dépenser pour la recherche et la réalisation graphique devra être à l'aune de l'intérêt porté au répertoire : la balle est dans le camp du chef de chœur qui s'avère être le seul à pouvoir aborder et faire goûter à ses choristes comme à son public les charmes du « home made »...

NDLR: le site marchand du catalogue des Éditions de l'Alliance est disponible en ligne sur www.alliance-editions.ca





Le chef de chœur, un pédagogue

Par Jean-Pierre Guindon, chef de chœur (Montréal)

Note: Cet article fait suite à celui publié dans le dernier numéro de Chanter ("Rôles et tâches du chef de chœur, Chanter 11.1, sept. 2016).

Comme le fait remarquer Georges Liébert (1990) dans son livre intitulé si justement ***Ni empereur, ni roi, chef d'orchestre*** :

« ***Diriger, c'est d'abord répéter, transformer l'anarchie latente de l'orchestre (du chœur) en harmonie. Là se mesure la compétence du chef et son autorité*** ».

Pour mettre en place le discours musical, celui ou celle qui dirige intervient en suivant une démarche pédagogique et méthodologique pour soutenir au mieux ceux qu'il fait chanter. C'est de cette façon qu'il remplit son rôle. Il réussit dans l'exercice de son métier en s'assurant que les choristes saisissent clairement comment surmonter les obstacles. C'est ce qui teinte son action et toutes les tâches qu'il accomplit. Non seulement s'applique-t-il à parfaire sa gestique selon une technique reconnue afin qu'elle soit décodée au mieux, mais il corrige les erreurs, explique la théorie, suscite le goût de l'excellence. De plus, il propose les meilleurs modèles de référence tant pour le

choix de concerts que d'enregistrements.

Devant un chœur professionnel, le chef ne procède pas de la même manière. Il n'a pas, par exemple, à illustrer comment faire pour atteindre une note aiguë avec aisance. Il intervient directement au stade de l'interprétation de l'œuvre.

Le chef adapte son enseignement à l'hétérogénéité du groupe

Diriger un chœur est une activité complexe. Elle impose un grand nombre de défis à celui ou celle qui s'y adonne. Le principal consiste à adapter l'enseignement à un groupe hétérogène au plan musical. Certains individus possèdent une base et d'autres peu ou pas du tout. La vitesse de l'assimilation d'une partition n'est pas la même pour tout le monde. Dès l'instant que le déchiffrage débute, le chef recherche l'excellence. Il peaufine l'homogénéité du son, surveille la précision rythmique et la justesse de l'intonation, corrige la qualité de la prononciation quelle que soit la langue de la composition. Il s'assure que, petit à petit, les participants atteindront un résultat au meilleur échelon de leur capacité au moment

du concert.

Amalgamer les talents de plusieurs personnes de divers niveaux demande à vérifier la cadence d'apprentissage adoptée. Les choristes moins expérimentés se découragent si ça va trop vite, les plus

« Diriger un chœur,
c'est accomplir une
œuvre admirable
puisque le chef fait
appel à ce qui existe de
meilleur chez les
chanteurs. »

- Jean-Pierre Guindon

avancés s'ennuient si c'est trop lent. Pour maintenir la motivation de cette dernière catégorie de chanteurs, une des solutions consiste à les inviter à mémoriser la partition. Au-delà de ces constats, les membres évitent de se comparer les uns aux autres. Il en va de même pour les chœurs.

Le chef enrichit la culture musicale des choristes

Il arrive que les connaissances musicales des choristes soient limitées. N'adhèrent-ils pas justement à cette activité pour en acquérir? Un questionnaire « Profil du

choriste au Québec » (1) élaboré en collaboration avec Nicole Tremblay, professeure en andragogie à l'Université de Montréal, sondage auquel ont répondu plus de six cents choristes, corrobore ce fait. C'est pourquoi inclure un ou deux éléments théoriques dans le plan de travail de la répétition hebdomadaire s'impose (2). Cette procédure permettra petit à petit à l'ensemble des bénéficiaires d'évaluer dans les règles de l'art les exigences de celui ou celle qui les dirige et de s'associer de bon gré au standard souhaité. La tâche consiste à mettre en place des stratagèmes pour améliorer le talent de chacun. Le chef se doit d'enrichir leur bagage musical. C'est primordial si on ne veut pas se retrouver année après année devant les mêmes problèmes. L'application de cette procédure ne réfère pas exclusivement à l'apprentissage de la musique savante dite classique mais englobe tous les genres et les styles du répertoire choral. En conclusion, une personne dotée d'un bon sens critique, parce qu'elle maîtrise les éléments de base, sera en mesure de mieux s'auto évaluer sur les points importants de sa participation. Le son que je chante est-il juste, le rythme précis, l'articulation suffisante? Elle connaîtra les œuvres phares et les interprétations auxquelles se référer.

(1) «Profil du choriste au Québec» Ce questionnaire a été créé à l'intention des chefs de chœur pour leur permettre de connaître le niveau de formation musicale, les goûts musicaux et les motivations de leurs choristes. (2) Les chefs qui souhaiteraient en savoir plus sur:

«Comment intégrer des éléments théoriques dans le déroulement d'une répétition» peuvent communiquer avec moi au courriel

niktremblay@videotron.ca

Note: Je remercie les personnes qui ont répondu à la question: « pour vous, quelles sont les principales qualités d'un chef de chœur »? Je ferai un bilan de ces réponses à la fin de cette série d'articles

sur **Le rôle et les tâches du chef de chœur**. Vous pouvez continuer à répondre à la question.



Un Festival ou une tournée en Europe ?

Vous désirez faire partie d'un Festival international en Italie, en France, en Espagne ou au Portugal ? Votre groupe veut organiser une tournée pour sa troupe vocale, son groupe folklorique ou son orchestre en Europe ? Je vous propose un accompagnement et une organisation complète clés en main comprenant le transport, l'hébergement, les journées touristiques et bien sûr les concerts partagés et repas pris en commun. Chaque tournée est créée et organisée en fonction des attentes de chaque groupe.

Pour plus d'informations, SVP me contacter et il me fera plaisir de vous faire une proposition des possibilités pour 2017-2018:

Gaétane Vincent

Téléphone : 450 682-2085

Courriel : vincent.gaetane@videotron.ca

L'équipe de l'Alliance a découvert le fabuleux travail de Chris Rowbury au mois d'octobre 2016. Après l'avoir contacté, Chris a gentiment accepté que nous traduisions et publions quelques-uns de ses billets de blog, parus sur www.chrisrowbury.com



Les 6 qualités nécessaires à un bon chef de chœur

Par Chris Rowbury, chef de chœur et formateur (Royaume-Uni)

Cette liste correspond à ce que je considère comme les qualités nécessaires pour bien faire le travail de chef de chœur. N'hésitez pas à me faire signe si vous jugez que j'en ai oublié! Les points ne sont pas présentés dans un ordre particulier.

1. Passion

Un bon chef de chœur doit évidemment avoir une passion pour le chant choral, pour le chant, et pour la musique en général. Mais plus que cela, cette passion doit être contagieuse et inspirante pour les choristes. Le chef doit transmettre à son chœur cet amour de la musique.

2. Plaisir

Tout chef de chœur se doit d'avoir un certain sens de l'humour. Il en aura besoin pour maintenir l'atmosphère de plaisir dans la répétition et lors des performances. La plupart des gens rejoignent un chœur parce qu'ils veulent s'amuser et passer du bon temps. La qualité du travail musical suivra naturellement.

3. Détermination

Un chef de chœur doit être préparé, savoir ce qu'il fait et les buts qu'il veut atteindre. Vous ne pourrez pas être clair avec vos choristes si vous ne savez pas ce que vous voulez! Il sera plus facile pour eux de travailler si vos décisions sont cohérentes et si vous ne changez pas d'avis à chaque répétition. Les membres de votre chœur doivent savoir que vous êtes maître à bord et que vous avez le résultat final à l'esprit. Ils ne veulent pas d'un chef hésitant!

4. Clarté

Un bon chef sera très clair dans ses instructions au chœur et aux musiciens. Les choristes doivent savoir ce qui se passe à tous les stades de la répétition et de la performance, sans aucune confusion ou ambiguïté. Ils ont besoin de savoir qu'ils sont dans sur la bonne voie, que vous leur tenez la main et qu'ils vont y arriver.

5. Musicalité

Un bon chef de chœur n'a pas forcément besoin d'avoir fait de grandes études de musique, d'avoir une théorie sans faille ou de

savoir jouer d'un instrument. Il a cependant besoin d'avoir une compréhension profonde et intuitive de la façon dont la musique et l'harmonie fonctionnent. Il a besoin de posséder une grande musicalité.

6. Patience

Peut-être est-ce la qualité la plus importante à avoir, surtout avec un chœur amateur. Apprendre des pièces et les perfectionner dans le but de donner une performance prend du temps. Tous les choristes n'apprennent pas au même rythme! Et tout le monde ne comprend pas de la même façon...

Pour ne pas prendre de mauvaises habitudes, il faut prendre du temps. Vous devrez avoir beaucoup de patience pour être en mesure de répondre aux différents besoins de vos choristes. C'est là qu'un bon sens de l'humour vous sera utile!

Secrets de leadership

Comme je préparais cet article, je suis tombé sur un texte du chef de musique classique Roger Nierenberg (*Leadership secrets from a maestro*). Nierenberg a à la fois cotoyé de nombreux chefs d'entreprise et dirigé des orchestres symphoniques. De cette expérience double, il a retiré la

croissance qu'un chef et un dirigeant d'entreprise font face à des défis très similaires. Il croit en quatre choses fondamentales qu'un jeune chef doit savoir avant de monter sur le podium :

- Avoir une vision claire de ce qu'il souhaite atteindre
- Savoir écouter ses choristes(ou ses musiciens)
- Être clair et sans ambiguïté dans ses instructions
- Les gens ne sont pas là pour lui, mais pour la musique

Cela concorde parfaitement avec certaines des qualités que j'ai énumérées pour cet article. C'est bon de savoir que je suis en bonne compagnie!

Que pensent les choristes? Mon point de vue est évidemment au-devant du chœur. J'aimerais entendre ceux d'entre vous qui chantez régulièrement dans une chorale: quelles sont selon vous les qualités essentielles d'un bon chef de chœur?

Vous pouvez m'écrire (de préférence en anglais) à chris@chrisrowbury.com.
Merci!



Brythoniaid Male Voice Choir | Pays de Galles

Coordonnées



ALLIANCE CHORALE DU QUÉBEC

4545, av. Pierre-De Coubertin

Montréal (Québec) H1V 0B2

Téléphone: 514-252-3020

Télécopie: 514-252-3222

Courriel: info@chorales.ca

Nos bureaux sont ouverts du lundi au vendredi de 9h à 16h30.
Nous vous invitons à vous assurer de notre présence sur place
avant tout passage à la permanence.

L'Alliance bénéficie du soutien financier du ministère de la
Culture et des Communications du Québec.

Culture
et Communications

Québec 



FONDATION CHORALE QUÉBEC

4545, av. Pierre-De Coubertin

Montréal (Québec) H1V 0B2

Téléphone: 514-252-3020

Télécopie: 514-252-3222

Courriel: dg@chorales.ca

Le Conseil d'administration de l'Alliance chorale du Québec est composé de:

Lyne Dusseault, présidente

Lyne Rompré, vice-présidente

Rosanne Boisvert, trésorière

Réal Marchessault, secrétaire

Hugo Ducharme, administrateur

Christiane Blais, administratrice

Johanne Ross, administratrice

Nathalie Ross, administratrice

Marcel Naud, administrateur

L'Alliance chorale du Québec est membre de À Coeur Joie
International, de Chorus America, de Canada Choral et du
Conseil Québécois du Loisir

Le Conseil d'administration de la Fondation est composé de:

Jean-Aimé Francoeur, président

Rosanne Boisvert, secrétaire

Poste vacant, trésorier

Lyne Dusseault, administratrice

Charles Decroix, administrateur

Vous souhaitez vous investir pour la Fondation? Contactez
Charles Decroix par courriel à fondation@chorales.ca

Vous voulez nous faire part de vos activités?

Chaque année, les chorales membres de l'Alliance mettent sur
pied des activités, concerts, voyages, échanges et autres.
Pourquoi ne pas faire profiter l'ensemble des choristes
québécois de vos "bons coups"?

Faites-nous parvenir par courriel à dg@chorales.ca un article,
des photos ou une vidéo et il nous fera plaisir de publier dans les
pages du bulletin ce qui fait la vivacité de notre organisation et
de ses membres!

Comité de rédaction du bulletin "Chanter"

Vous avez quelques heures que vous aimeriez consacrer aux
autres? Vous aimez écrire et aimeriez être lu ailleurs que sur
Facebook?

Pourquoi ne pas devenir rédacteur ou rédactrice pour le bulletin
"Chanter"? Vous avez des sujets dont vous aimeriez traiter ou
des expériences à partager? Nous publions 4 numéros réguliers
par année.

Communiquez avec Charles Decroix à dg@chorales.ca



ALLIANCE CHORALE
DU QUÉBEC

4545, av. Pierre-De Coubertin
Montréal (QC) H1V 0B2 (Canada)

514-252-3020

www.chorales.ca

Florida State University AcaBelles | États-Unis