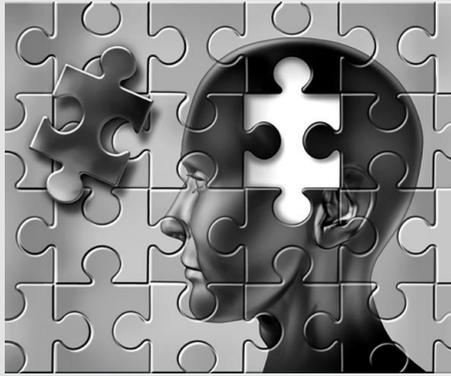




Les Bienfaits du  
**TANGO ARGENTIN**  
ET  
ALZHEIMER



# Alzheimer

Une affection dégénérative

Aujourd'hui, 3 millions de Français sont directement ou indirectement touchés par la maladie d'Alzheimer, dont plus de 850 000 personnes malades. Avec près de 225 000 nouveaux cas diagnostiqués chaque année. C'est une souffrance psychologique et sociale, un choc familial.

Une dizaine de signes qui doivent alerter même s'ils ne sont pas forcément liés à cette affection:

- Pertes de mémoire
- Problèmes de langage
- Pertes d'objets
- Altération du jugement
- Pertes de motivation
- Difficultés à accomplir des tâches quotidiennes
- Désorientation dans le temps et dans l'espace
- Difficultés dans les raisonnements abstraits
- Modification du comportement
- Changement de personnalité

**Les personnes atteintes d'Alzheimer vont progressivement modifier leurs capacités à communiquer.**

Pour autant, il est essentiel d'essayer de rester en relation avec elles le plus longtemps possible.

**La pratique du tango argentin va avoir une influence positive** en stimulant les sens et la mémoire, consolidant un sentiment de bien-être et un lien aux autres, tout en s'appuyant sur les vertus thérapeutiques de la musique.



# Le tango argentin

Pour se reconnecter à son quotidien.

## Top Santé – octobre 2013 - **Le tango : un élixir de jouvence ?**

Le tango argentin serait-il une fontaine de jouvence ? Depuis quelques années, des chercheurs se penchent sur la question et pointent ses multiples vertus, pour le corps comme pour l'esprit. Au point que de nombreux hôpitaux argentins l'utilisent désormais en thérapie. **Danser à deux stimule les sens, booste la mémoire...**

Pour cette étude, certains patients suivaient des cours de tango, d'autres de gymnastique. Après une vingtaine de séances, des tests soulignaient une amélioration de la mobilité pour tous, mais les apprentis danseurs avaient davantage d'équilibre et coordonnaient mieux leurs gestes. « Se laisser bercer par la musique relaxe et fluidifie les mouvements », souligne Rosa Zapata Farfan, danseuse qui anime l'atelier. De plus en plus d'unités gériatriques s'appuient donc sur le tango en prévention des chutes des personnes âgées, d'autres pour **stimuler la mémoire, y compris avec des malades d'Alzheimer.**

**Documentaire de Anne Bramard-Blagny et Julia Blagny. « La Mélodie d'Alzheimer »** a été soutenu en écriture par la SACEM et l'Inserm ; en production par la Sacem, la Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie (CNSA), l'Inserm, les petits frères des Pauvres, Pour Que l'Esprit Vive, l'Œuvre de Secours aux Enfants (OSE), le groupe AUDIENS, Malakoff Médéric, le Train Expo SNCF (Alzheimer), le Conseil Général de la Nièvre, la ville de Decize, Lions Club de Decize. Il est coproduit par les Films de l'Europe, Moving Angel, Jeunes pour le monde. (2014)

« Sans musique, la vie ne mériterait pas d'être vécue » résume Bernard Lechevalier, chercheur Inserm et pionnier en France des recherches sur les liens entre la musique et le cerveau. Et si la musique permettait à la vie de retrouver un peu de sa valeur perdue avec la maladie ? Et si elle possédait le pouvoir formidable de **transformer le quotidien de ceux atteints par la maladie** ? Telle est la question posée par « La Mélodie d'Alzheimer ». Le documentaire musical et scientifique retrace la vibrante expérience qu'ont vécue une quinzaine de personnes de l'association OSE accueillis en séjour thérapeutique à l'Abbaye de La Prée par les petits Frères des Pauvres et Pour Que l'Esprit Vive.

Tout au long de ce documentaire visionnaire, les propos de certains des plus grands spécialistes des maladies neurodégénératives, des chercheurs en neurologie, neuropsychologie et psychologie cognitive, d'artistes de plusieurs horizons apportent un éclairage scientifique, médical et humain sur la **métamorphose spectaculaire de l'état des patients**. Autant émouvant que vivifiant, « La Mélodie d'Alzheimer » invite ses spectateurs à reconsidérer la manière dont notre société envisage actuellement la prise en charge des maladies neurodégénératives. réponses.

## Grâce à un travail spécifique lié au tango argentin, notamment:

La marche

L'équilibre

La mémorisation

La concentration

La gestion de l'espace

Le rapport à l'autre et au groupe

L'écoute de la musique

Le contrôle



## Un apport incontestable

Améliore la mobilité

Donne une meilleure estime de Soi

Recrée un lien social

Protège des risques cardio vasculaires

Réveille une mémoire dormante

Stimule les aires motrices du cerveau

Apporte joie et bien-être