

## TEXTE SUR LE « CHANT PRENATAL »

Ecrit pour SOPHIE LANTERNIER créatrice de l'activité GYM POUSETTE

Le Chant est un merveilleux moyen d'expression de la sensibilité de la future maman. Il aide à la relation avec l'enfant, apporte détente et bien-être. L'Art sainement vécu est source de Santé pour l'Ame, l'Esprit et donc le corps.

Cette activité s'adresse à celles qui :

- aiment chanter, débutantes ou confirmées, afin d'acquérir un répertoire pour enfants, d'endormissement ou de jeux,
- Ont toujours souhaité chanter sans franchir le pas, c'est le moment idéal !
- Ont un ou des aînés pour impliquer, grâce aux chansons, toute la famille afin de préparer la naissance future,
- souhaitent découvrir une méthode de relaxation active et artistique ; en effet :

Le travail du SON grâce aux Voyelles, détend et harmonise la respiration.

Cette pratique est toujours exercée en lien avec l'enfant porté ou bien avec les besoins de l'enfant déjà né, cela permet de nourrir cette relation nouvelle.

Un travail avec les consonnes tonifie l'assise diaphragmatique.

Cela permet un meilleur « ancrage » en soi, de savoir « poser » sa voix ce qui peut être utile dans beaucoup de circonstances personnelles ou professionnelles.

Le répertoire est choisi pour répondre aux besoins de l'enfant, pour l'éveil ou l'endormissement ; les parents y découvrent les outils nécessaires afin de soutenir le sain développement de ce jeune être en devenir.

Les chansons de qualité offrent une réelle « nourriture » à la jeune âme qui s'ouvre à la vie sur Terre.

Fait à Paris le 4 septembre 2011,

Marceline Carpène-Retailleau Sage-femme,

Auteur en CHANT PRENATAL de la Méthode : Marceline Carpène-Retailleau ©

Site : [www.carpene-retailleau-sf.org](http://www.carpene-retailleau-sf.org)