

Table des matières

PRÉFACE, <i>Sophie de Heaulme</i>	7
---	---

I

L'univers dansé. Une subtile vibration

DANSER, UNE ONDE MUSICALE.....	15
LE CORPS, VÉHICULE DE NOTRE MÉMOIRE.....	21
DANSER À DEUX, UNE MODULATION SOCIALE.....	25
DANS LES PAS DU TANGO ARGENTIN : UN MOUVEMENT THÉRAPEUTIQUE.....	33
<i>Et si je vous racontais... une première séance</i>	49

II La médiation tango

UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE ET MUSICALE AUX MULTIPLES VERTUS.....	61
DANSER LE TANGO – POUR QUI ?.....	65
LE TANGO, UNE ALTERNATIVE À LA MOBILITÉ. UN PAS VERS LA VITALITÉ	79
<i>Autour du rythme</i>	87
DE L'ÉQUILIBRE ET DE LA COORDINATION. LE PLAISIR DE L' AISANCE	89
<i>Autour de la marche</i>	99
DE LA CONCENTRATION ET DE LA MÉMORISATION : ÊTRE AU PRÉSENT.....	101
<i>Autour de la milonga</i>	109
DU RAPPORT AUX AUTRES, DU LIEN SOCIAL : UNE BIENVEILLANTE ADHÉSION.....	111
<i>Travail sur l'équilibre</i>	121
DE L' APAISEMENT : UNE FORME DE MÉDITATION	123
TANGO, VALSE OU MILONGA : L'ÉMERGENCE D'UNE PULSION	129
<i>La sensation du bal</i>	143

L'UNIVERS DU BAL, DE LA MILONGA : UN TERRAIN DE JEUX	145
QUEL REGARD PORTER SUR CETTE EXPÉRIENCE DE MÉDIATION ?, <i>Laura Treich</i>	153

III Rallumer le vivant. L'importance du partage

DE LA NÉCESSITÉ D'INTÉGRER DES MOUVEMENTS EXTÉRIEURS DANS LES ÉTABLISSEMENTS	161
DU CONTEXTE COVID	171
LA PLACE DES ACCOMPAGNANTS	175
ÉPILOGUE Danser sa vie, <i>Françoise Pelenc</i>	181
POSTFACE Se vivre et se revivre dans un lieu imparfait mais protecteur, <i>Frédéric Aumjaud</i>	185
REMERCIEMENTS	207