

Médecine des Arts®



Association Médecine des Arts

Une association au service de la santé
et du bien-être des artistes

L'Association Médecine des Arts :

- AU PLUS PRÈS DES ARTISTES ET DES TECHNICIENS DU SPECTACLE
 - soutient, conseille les artistes dans le domaine de la santé et du bien-être ;
 - promeut la prévention des risques dans le cadre des pratiques artistiques (audition, stress, trac, burn-out, troubles musculosquelettiques...).
- RÉALISE UN TRAVAIL DE FOND SUR LA SANTÉ DES ARTISTES
 - par une veille interdisciplinaire dans le domaine de la santé des artistes ;
 - par des études en vue de l'amélioration de la prévention et des conditions de pratique des arts scéniques et visuels ;
 - en s'associant à des manifestations où elle apporte sa compétence et son expertise avec de nombreuses institutions : festivals, fédérations musicales, associations musicales, conservatoires, etc.
 - en tissant des contacts avec divers instituts scientifiques en France et à l'étranger afin de faire mieux connaître les problèmes de santé des artistes et leur prévention.

Médecine des Arts en scène

Pôle santé, prévention, préparation à la scène sur les festivals.

Semaine Santé des Artistes (SESART)

Des actions de prévention sur la santé des artistes, principalement des musiciens sont organisées sur de multiples lieux du 22 au 28 mai 2023.

Consultation pluridisciplinaire pour les musiciens

- L'association Médecine des Arts organise :
 - des consultations pluridisciplinaires gratuites pour les musiciens, à Paris, une fois par mois, sur le site de la Clinique du Musicien, avec chirurgien de la main, rhumatologue, kinésithérapeute spécialisé ;
 - une consultation correction optique proposée aux musiciens.
 - des animations sur la santé des artistes, notamment des musiciens ;
 - des colloques, congrès, conférences (live et distanciel).
- L'association a mis en place un réseau de professionnels spécialisés sur la santé du musicien et formés « Médecine des Arts-musique ».

« Notre époque a développé une médecine de pointe pour le sportif, mais a ignoré les musiciens. Et nous trimballons une sorte de honte à avouer nos souffrances physiques comme si nous n'avions pas de corps. »

(Leon Fleisher)

Pianiste virtuose victime d'une maladie occupationnelle de la main droite, la dystonie de fonction, en 1960

A 80 %, les actions sont orientées sur la santé des musiciens.

■ **médecinedesarts**

Médecine des Arts

Tél. 06 84 14 82 60 - mda@medecine-des-arts.com

www.medecine-des-arts.com

Médecine des Arts®



Médecine des Arts en scène

Veiller au bien-être et à la santé des artistes et techniciens du spectacle

La succession de prestations scéniques au cours d'une tournée est exigeante du point de vue de l'engagement physique et psychologique pour les artistes et les techniciens ou techniciennes du spectacle.

- Des kinésithérapeutes diplômés « Médecine des Arts - musique » assurent une permanence afin d'accueillir les artistes qui souhaitent bénéficier d'une séance auprès d'eux.

Leur présence permet la mise en place :

- d'actes thérapeutiques, afin de traiter un trouble ou une pathologie dans leur domaine de compétences ;
- de séances de récupération, détente et relaxation aidant à récupérer du rythme de la tournée ou de la scène ;
- d'un accompagnement à la préparation à la scène.

- Ils ont également un rôle de conseil et d'information sur les postures, les comportements favorisant la performance artistique et la prévention des risques, et plus généralement sur toutes les questions qui relient santé et activité musicale.

ÊTRE PRIS EN CHARGE PAR DES PERSONNES DIPLÔMÉES « MÉDECINE DES ARTS - MUSIQUE », C'EST L'ASSURANCE DE BÉNÉFICIER DE PROFESSIONNELS DE SANTÉ FORMÉS ET EXPÉRIMENTÉS DANS LE DOMAINE DE LA SANTÉ DES MUSICIENNES ET MUSICIENS DE MUSIQUES ACTUELLES, QUI SAURONT CHOISIR LES ACTES ET TECHNIQUES APPROPRIÉS À LA SITUATION.

Médecine des Arts est présent sur les festivals : Eurockéennes de Belfort, Printemps de Bourges, etc.



■ **médecinedesarts**

Médecine des Arts

Tél. 06 84 14 82 60 - mda@medecine-des-arts.com

www.medecine-des-arts.com

Médecine des Arts®



La revue *Médecine des Arts*, fondée en 1992

La revue *Médecine des Arts*

- La revue *Médecine des Arts* présente des travaux portant sur l'étude médico-scientifique des pratiques artistiques. Elle donne de la cohérence à cette nouvelle discipline et permet de promouvoir différentes actions, comme des colloques et des programmes de prévention.
- La revue *Médecine des Arts* représente une véritable encyclopédie sur le thème de la santé et du bien-être des artistes. C'est une base de ressources pour la réalisation de travaux universitaires. C'est une revue professionnelle pour les professeurs d'enseignement artistique, les artistes et les thérapeutes qui s'intéressent à ce sujet. C'est également la revue de référence pour les élèves de haut niveau, pour les associations de parents d'élèves et pour de nombreuses institutions médicales et artistiques.

LA REVUE *MÉDECINE DES ARTS* A PUBLIÉ À CE JOUR PLUS DE 800 ARTICLES ORIGINAUX.

■ **médecinedesarts**

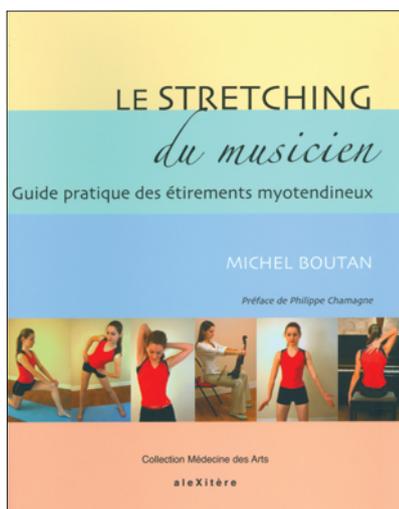
Médecine des Arts

Tél. 06 84 14 82 60 - mda@medecine-des-arts.com

www.medecine-des-arts.com



Médecine des Arts®



TITRES DE LA COLLECTION

MÉDECINE DES ARTS :

- Accorder son corps
- Le stretching du musicien
- Le Qi Gong du musicien
- Sophrologie pour les musiciens
- Prévention des troubles fonctionnels chez les musiciens
- Education physique préventive pour les musiciens
- Le trac : le comprendre pour mieux l'appivoiser
- Le trac : stratégies pour le maîtriser
- Technique Alexander pour les musiciens
- Physiologie et art du chant
- Physiologie et art du violon
- La posture et le geste du guitariste
- La main du guitariste
- La dystonie de fonction du musicien



Livres

Collection Médecine des Arts

LES ÉDITIONS ALEXITÈRE, FONDÉES EN 1989, SONT SPÉCIALISÉES DANS LA SANTÉ DES ARTISTES, PLUS PARTICULIÈREMENT LES MUSICIENS, INSTRUMENTISTES OU CHANTEURS. VOICI QUELQUES TITRES DE LA COLLECTION MÉDECINE DES ARTS :

● Le corps du musicien

Tous les musiciens puiseront dans cet ouvrage, réalisé par deux spécialistes des musiciens (un médecin et une kinésithérapeute), une mine d'informations précises, faciles à comprendre et à appliquer. Ce manuel pratique se lit comme le mode d'emploi d'une merveille de fonctionnalité : le corps du musicien.

● Accorder son corps

Les musiciens trouveront dans la pratique de l'eutonie des ressources pour se détendre, s'échauffer, se centrer, trouver leur force et conduire leur geste à l'instrument, renforcer le contact avec les autres musiciens, le public, et par voie de conséquence libérer leur respiration, déjouer leur trac et donner du corps à leur interprétation musicale.

● L'entraînement physique du musicien

Les muscles du musicien doivent être travaillés de manière équilibrée et les exercices pratiqués ne doivent pas imposer une surcharge ou un risque supplémentaire aux régions déjà sursollicitées ou à risques. Les exercices pratiqués par le musicien sauront à la fois le préparer à donner le maximum quand il joue, le protéger d'une éventuelle blessure et contribuer à restaurer son organisme après l'effort.

● Le stretching du musicien

Les étirements proposés aux musiciens leur seront utiles à plus d'un titre : préparation physique, échauffement, récupération après le jeu, optimisation de la gestuelle instrumentale, ils agissent aussi positivement sur le mental et le bien-être du musicien.

● Le yoga du musicien

Engageant une pratique respectueuse du corps, le yoga offre aux musiciens des outils modulables, adaptables à chacun, leur permettant de faire face aux exigences liées à l'exercice de leur art, dès l'apprentissage et en toute circonstance, en particulier lors de la performance scénique. De plus, la pratique de la méditation procure au musicien un bien-être et une harmonie psychocorporelle favorable à la créativité.

● Physiologie et art du chant

Comment être à l'écoute de son corps pour optimiser sa technique vocale. Par des explications simples et imagées, des illustrations démonstratives, complétées par des exercices amusants, l'auteur accompagne le chanteur dans l'appropriation de son corps-instrument, l'optimisation de sa technique de chant et la libération de sa puissance vocale.

Médecine des Arts

Tél. 06 84 14 82 60 - mda@medecine-des-arts.com

www.medecine-des-arts.com

Médecine des Arts®



L'Institut de formation MDA

Des formations thématiques

L'Institut organise à son initiative ou à la demande d'institutions des stages, conférences, colloques, master-classes, audits, etc.
L'Institut développe tout au long de l'année des stages, de durée variable, à la demande, dans des sites divers (conservatoire, festival, orchestre, salle de musiques actuelles, fédération musicale, etc.), sur les thèmes de la santé, la sécurité et le bien-être du musicien.

Interventions spécialisées. Audits, analyse des risques. Coaching individuel et collectif

Nos spécialistes interviennent sur des problèmes précis comme l'étude ergonomique de l'environnement de travail, l'ergonomie posturale dans le cadre d'un orchestre, d'un groupe musical, d'une classe d'élèves, l'analyse des risques (document unique), des audits santé (stress, psychologie...), etc.

Cursus « Médecine des Arts-musique »

Depuis 1996, Médecine des Arts assure une formation transdisciplinaire spécifique sur la santé des musiciens. Elle s'adresse aux professionnels de la santé et aux professionnels de la musique.

Le réseau Médecine des Arts

Les personnes ayant suivi la formation « Médecine des Arts-musique » constituent le réseau Médecine des Arts®, en France et à l'international.



Alexitère,
organisme de formation 73.82.00250.82
Préfecture de Midi-Pyrénées
APE 8559A
Certification Qualiopi pour les actions de
formation

médecinedesarts

Médecine des Arts

Tél. 05 63 20 08 09 - mda@medecine-des-arts.com
www.medecine-des-arts.com

Médecine des Arts®



« Quels que soient les dons, le niveau de pratique instrumentale, l'aptitude morphologique, la souplesse, l'agilité — le tout souvent qualifié de facilités —, le but à atteindre ne trouve son accomplissement que dans un travail méticuleusement réfléchi. Dans l'absolu, chaque note jouée, chaque mouvement accompli doit faire l'objet d'une analyse contrôlée par le donneur d'ordre — le cerveau — à ses multiples collaborateurs — muscles, tendons, articulations —, afin qu'aucune manœuvre contraignante ou simplement inutile ne vienne altérer la pureté du jeu et l'harmonie du geste, avant d'aller se loger pour toujours dans le processus de la mémoire. »

Jean-Philippe Collard
(Pathologie professionnelle des musiciens, Raoul Tubiana, Elsevier).

Cursus

« Médecine des Arts-musique »

Unique sur le plan international, cette formation s'adresse aux musiciens professionnels et aux professionnels de santé (médecins, kinésithérapeutes, autres) souhaitant, chacun dans son domaine, compléter leur formation initiale et faire valoir une compétence dans le domaine de la physiologie de la performance musicale, de la prévention des troubles spécifiques liés aux pratiques instrumentales et, pour les professionnels de la santé, dans le domaine clinique et thérapeutique centré sur les musiciens.

Une formation centrée sur la santé du musicien et sa pratique instrumentale

La formation met l'accent sur les pratiques respectueuses de la physiologie du musicien et sur les différentes problématiques rencontrées par le musicien du fait de sa pratique.

Une pédagogie transdisciplinaire

Médecine des Arts® est une discipline nouvelle. L'équipe pédagogique associe des professionnels de haut niveau issus de différents champs disciplinaires (professeurs d'université, chercheurs, psychologues, enseignants de musique, thérapeutes, etc.) qui concourent, chacun avec ses connaissances spécifiques, à un objectif pédagogique commun.

Organisation

Les 183 heures d'enseignement, combinant présentiel et distanciel, sont regroupées en huit modules thématiques répartis sur une période de treize mois (septembre à septembre). Les stages en présentiel ont lieu à Paris (6 dates) et à Montauban (2 dates).

■ médecine des arts

Médecine des Arts

Tél. 06 84 14 82 60 - mda@medecine-des-arts.com

www.medecine-des-arts.com



Médecine des Arts®



La recherche.

Médecine des Arts Lab

Etude épidémiologique sur la santé physique et mentale des musiciens professionnels (2023)

Les résultats seront diffusés du 22 au 28 mai 2023, dans el cadre de al Semaine Santé des Artistes (SESART).

La recherche au service de la santé des artistes

- Relais entre le milieu universitaire, les structures de recherche, les thérapeutes et les artistes, Médecine des Arts®, avec l'ensemble de ses structures, a également pour mission de favoriser les recherches, d'optimiser le travail de fond qui peut être mené dans le domaine médical, scientifique et pédagogique concernant les pratiques artistiques.
- Elle recense les différents travaux dans le monde et développe également ses propres programmes de recherche. Une dizaine de thèmes de recherche sont développés tous les ans par Médecine des Arts (voir <https://www.medecine-des-arts.com/fr/articles/institut-de-recherche.php>).

Ergonomie et recherche appliquée

Ergonomie des matériels, des organisations, des interfaces, ergonomie du geste, ergonomie de l'environnement visuel, sonore, spatial sont des axes développés par Médecine des Arts® ; ils ont permis le développement d'instruments de musique et d'interfaces adaptés à la physiologie de la posture et du geste.

MÉDECINE DES ARTS LAB EST L'UNITÉ DE RECHERCHE MÉDECINE DES ARTS® SUR LA SANTÉ DES ARTISTES.

■ **médecinedesarts**

Médecine des Arts

Tél. 06 84 14 82 60 - mda@medecine-des-arts.com

www.medecine-des-arts.com



Médecine des Arts®



Et toujours du nouveau

sur le site internet !

www.medecine-des-arts.com
Le site de la santé des artistes

- près d'un million de visites par an
- plus de 1500 articles, documents en ligne sur la santé des artistes, musiciens, danseurs, chanteurs, plasticiens, circassiens...
- des forums sur la santé des artistes : plus de 4000 questions-réponses sur la santé du musicien
- une navigation facile sur le site grâce au moteur de recherche (résultats classés par rubriques)
- un e-learning de plusieurs heures gratuit sur la gestion du stress
- un accès rapide au fonds éditorial d'Alexitère et aux numéros parus de Médecine des Arts dans les rubriques revue et livres (vente en ligne avec paiement sécurisé VADS)
- une encyclopédie art et médecine de plus de 12 000 entrées.

Le concept Médecine des Arts

Les pratiques artistiques sont source de plaisirs, mais exposent aussi à des contraintes physiques et psychologiques.

Nombre d'artistes connaissent ou connaîtront des troubles liés à leur pratique ou/et qui auront un impact sur leur pratique : 80 % des musiciens, danseurs, chanteurs connaîtront des problèmes de santé en relation avec leur pratique au cours de leur carrière.

La santé des artistes est un enjeu pour les artistes eux-mêmes, ainsi qu'un enjeu sociétal porté dans sa globalité par Médecine des Arts®.

LE CONCEPT DE « MÉDECINE DES ARTS® » RECOUVRE LES ASPECTS MÉDICO-SCIENTIFIQUES APPLIQUÉS À LA PRATIQUE DE TOUT ART. IL RECOUVRE UN LARGE CHAMP, DE LA PATHOLOGIE À LA PRÉVENTION, À LA PÉDAGOGIE, POUR UNE MEILLEURE COMPRÉHENSION DES PRATIQUES ARTISTIQUES ET UNE PRISE EN CHARGE SPÉCIFIQUE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE DES ARTISTES.

■ [medecinedesarts](http://medecinedesarts.com)

Médecine des Arts

Tél. 06 84 14 82 60 - mda@medecine-des-arts.com

www.medecine-des-arts.com

