



fugue

Le journal de l'Ecole de Musique de Sannois

Numéro 13

Décembre 2025

Bonjour à tous !

Nous sommes heureux de vous retrouver à travers cette nouvelle édition du journal « Fugue » !

La période des fêtes arrive et l'école va vous enchanter avec ces différents concerts de fin d'année. Rendez-vous à la fin de cette édition dans la partie Agenda.

Vous retrouverez dans ce numéro un retour en image sur le stage à Préfailles ainsi que sur les concerts de la rentrée.

N'oubliez pas notre rendez-vous du 14 décembre prochain à Cyrano. Nous comptons sur vous pour la fabrication de gâteaux maison afin de régaler les papilles de tous nos jeunes qui vont vous interpréter un magnifique concert de fin d'année.

Nous sommes toujours preneurs de bonnes volontés pour aider à la rédaction du journal, aux photos et vidéos des concerts, à la tenue de la buvette ou autre. Alors si vous souhaitez nous rejoindre, n'hésitez pas ! Faites-vous connaître au secrétariat de l'école ou envoyez-nous un petit mail : aem.sannois@gmail.com

Les sources de revenus de l'AEMS sont d'une part les bénéfices des ventes des gâteaux gentiment élaborés par les parents d'élèves, des boissons et des bonbons lors des manifestations musicales et d'autre part les adhésions des familles. Si vous souhaitez adhérer, c'est encore possible. Donc, n'hésitez pas à demander des informations au secrétariat ou à télécharger le bulletin d'adhésion sur le site : <https://aems95.com>

Secrétariat

Ouverture du lundi au samedi de 14h00 à 19h00
Le mercredi de 10h00 – 12h00 et de 14h00 à 19h00
01 34 11 30 80

sannois.edm@wanadoo.fr



L'équipe de l'AEMS

Cédric FAURY (Président), Pierre KOHLER (vice président), Katia MUSQ-ARNAUNE (Trésorière), Amina SIMATI MOZIN (Trésorière adjointe, Nora KAABECHE et Virginie LEMAITRE (Secrétaires), Niclette MAWANZI WAE (Secrétaire adjointe), Khadidja MLINDASSE.

P1 : Editio

P2-3 : Retour en images les concerts

P4 : Zoom sur Lorette
P5 : Le mot de la directrice

P6 et 7 : Etude : les bienfaits de la musique

P8 : Agenda

Retour en image sur le stage à Préfailles - été 2025

(Retrouvez toutes les photos et vidéos sur le site <https://aems95.com>)



Le stage musical offre de nombreux avantages pour un adolescent.

Cela lui permet de développer sa créativité en renforçant sa pratique vocale et instrumentale tout en explorant différents styles musicaux.

Tous les profs le confirment : Les élèves qui bénéficient d'un stage d'une semaine font les même progrès qu'en 3 mois à l'école !



Ce type de stage favorise également la confiance en soi, car l'ado peut se produire devant un public ou en groupe, renforçant ainsi ses compétences sociales et son estime personnelle.

Ces séjours sont souvent l'occasion de nouer des amitiés durables avec d'autres jeunes partageant la même passion.



Une colo musicale aide à renforcer la discipline et la concentration, car la pratique régulière et l'apprentissage de nouveaux morceaux demandent rigueur et persévérance.

En bref, vous l'aurez compris, on compte sur vous pour l'été prochain !



Un grand merci à Bérénice, notre directrice pour l'organisation de ce stage ainsi qu'à tous les encadrants :

Les professeurs : Xavier, Bérénice, Quentin, Thomas, Apoline

Les animateurs : Yann, Axelle et Nidal



Magnifique concert de Pierre et le Loup du 17 octobre dernier à Cyrano



Dès 6 ans - 45 mn

Direction Bérénice Blackstone Dupuis

Narration Thierry Leclerc

Mise en scène Thierry Desrosais

Avec les professeurs artistes de
l'école de musique

Pierre est un petit garçon courageux et astucieux qui ne craint pas le loup qui rôde dans le pré ! Dans ce conte musical entièrement imaginé par le compositeur Sergueï Prokofiev, chaque personnage est représenté musicalement par un instrument de musique et une mélodie dédiée. Les enfants découvrent ainsi tous les instruments de l'orchestre, simplement en suivant l'histoire.



Pierre 	L'oiseau 	Le canard 	Le chat 	Le grand-père 	Le loup 	Les chasseurs 
L'ensemble des cordes	La flûte traversière	Le hautbois	La clarinette	Le basson	Les cors	La timbale

- Retrouver l'analyse de l'œuvre en suivant le lien suivant : <https://urls.fr/vwAu2q>
- Retrouvez la vidéo du concert sur le site de l'AEMS : <https://aems95.com/2025/11/22/concert-pierre-et-le-loup/>

Chaque numéro de « fugue » est traditionnellement l'occasion de faire plus ample connaissance avec un membre de l'équipe de notre école. Dans ce numéro, nous aurons le plaisir de faire un

Zoom sur Lorette PEROCHEAU

Au sein de l'école de musique, Lorette est la nouvelle professeure de Cor

Lorette Perocheau née à Hyères dans le sud de la France a débuté le cor à sept ans. Elle étudie au conservatoire de Toulon Provence Méditerranée dans la classe de Patrice Lartigue puis Anne Boussard jusqu'à ses dix huit ans où elle obtient son DEM de cor. Lorette intègre ensuite le conservatoire de Boulogne Billancourt en CPES avec Jean Christophe Vervoitte (soliste à l'orchestre inter contemporain) puis Antoine Dreyfuss (soliste à l'orchestre philharmonique de radio France).



En 2024 elle entre au pôle supérieur de Paris Boulogne dans la classe d'Antoine Dreyfuss et y étudie à ce jour pour obtenir son diplôme d'état et son DNSPM (diplôme nationale supérieur professionnel de musicien).

Passionnée par la musique de chambre, Lorette Perocheau fait partie d'un quintette à vent depuis septembre 2021 et d'un trio cor violon et piano depuis septembre 2025.

Elle a eu l'occasion de jouer avec l'orchestre inter contemporain lors du festival présence en février 2024 puis avec l'orchestre philharmonique de radio France en novembre 2024. Elle a pu également se produire en soliste avec orchestre au cor naturel en 2021.

Ecoutez Lorette / Découvrir son ensemble Quitettegardana

- Sur instagram : <https://urls.fr/FcQP9J>
- Sur Youtube : <https://urls.fr/cyQ1C3>
-



Le mot de la directrice:

Chers parents, chers adhérents de l'Ecole de Musique,

Que de rendez-vous musicaux depuis la rentrée !

35 élèves de l'Ecole, de 8 à 16 ans, tous instruments confondus, sont partis en stage à Préfailles la dernière semaine d'août lors d'une session dédiée aux Mythes et Légendes. Leur concert de restitution dans le square Ribot a eu un grand succès, et tous pensent déjà au stage de l'an prochain.



Les nouveaux cours de l'école ont débuté : Formation Musicale dédiée aux Musiques Actuelles pour le 2d Cycle, et les « Moments Musicaux » pour les bébés de 6 mois à 2 ans sont complets !

Le 11 octobre, le chœur des Singarelles et les chœurs Carpe Diem ont donné un concert dans la très jolie église de Longuesse dans le Vexin. Une belle mise en situation pour les nouveaux arrivés !

Du 7 au 14 octobre, plusieurs professeurs de l'Ecole de Musique ont eu le plaisir d'aller mener des ateliers dans les classes des écoles primaires de Sannois autour du spectacle *Pierre et le Loup*. Ce spectacle s'est déroulé le 17 octobre dans le cadre du *Festival des Petites Oreilles*. L'occasion pour l'équipe de professeurs de l'école de se réunir, et de jouer devant leurs élèves, car ce sont autant des artistes que des professeurs !

Les rendez-vous de 2026 se préparent et c'est avec beaucoup de plaisir que les classes CHAM du collège Jean Moulin, les chorales ABCD'Air et A l'Air Libre et plusieurs instrumentistes de l'Ecole de Musique ont rencontré la célèbre Cécile Corbel et son comparse Simon Caby lors d'un premier atelier. Le concert a lieu le 28 mars, vous avez reçu un mail afin de prendre les places, ne tardez pas car nous ouvrons les réservations au tout public à partir de début décembre.

Enfin, mercredi 12 novembre, les élèves du Workshop de Musiques Actuelles ont eu leur premier RDV avec l'équipe de l'EMB, pour une présentation des métiers de l'EMB.

Le mois de décembre, comme chaque année, ne manquera pas d'animation :

- Participation de la chorale A l'Air Libre lors de la représentation de *Carmen* de George Bizet donné le **vendredi 5 décembre** à Cyrano
- Participation des élèves de la classe de Musiques actuelles et du Brassband au concert caritatif organisé par l'EMB en faveur des enfants malades de l'Hôpital de Margency le **samedi 13 décembre** à l'EMB
- Concert de fin d'année (toutes les chorales, tous les ensembles et tous les orchestres de l'Ecole de Musique !) le **dimanche 14 décembre à 16h** à Cyrano.

Mais pour que tout cela puisse avoir lieu, il y a le constant travail de vos enfants et de leurs professeurs en cours, chaque semaine. Les mois d'hiver sont souvent plus fatiguant, le travail individuel ne doit pas se relâcher, n'oublions pas que le geste instrumental et vocal est comparable à un geste sportif et nécessite une pratique assidue.

Nous vous remercions, chers parents, d'être toujours partie prenante de nos projets. **Je vous souhaite un très bon mois de décembre, en musique !**

Étude : La musique comme art supérieur –

Impacts sur la santé, le bien-être et la sociabilisation

La musique est considérée depuis des siècles comme un « art supérieur » en raison de sa capacité à combiner expression émotionnelle, structure intellectuelle et créativité. Les recherches contemporaines en neurosciences, psychologie et sociologie confirment son rôle profond dans le développement humain. Cette étude synthétise les effets de la pratique et de l'écoute musicale sur la santé physique, mentale et sociale.

Les effets de la musique sur la santé



Santé mentale

- **Réduction du stress** : La musique calme active le système parasympathique, réduisant le cortisol et la fréquence cardiaque.
- **Régulation émotionnelle** : La pratique musicale aide les jeunes à identifier, exprimer et transformer leurs émotions.
- **Prévention de l'anxiété et de la dépression** : La musicothérapie est reconnue comme efficace dans la réduction des symptômes dépressifs et anxieux.
- **Amélioration de la résilience** : Jouer de la musique mobilise l'attention, la patience et la persévérance.

Développement cognitif

- **Renforcement de la mémoire** : L'apprentissage des morceaux stimule la mémoire de travail et la mémoire à long terme.
- **Facilitation des apprentissages scolaires** : Des études montrent une corrélation entre la pratique musicale et de meilleurs résultats en mathématiques, lecture et langues.
- **Coordination & plasticité cérébrale** : Les musiciens développent souvent une meilleure coordination bimanuelle et une plus grande densité de connexions neuronales.

Santé physique

- **Amélioration de la respiration** (chant, instruments à vent).
- **Développement moteur** (percussions, piano, cordes).
- **Effet analgésique** : La musique stimule la libération d'endorphines, diminuant la perception de la douleur.

Effets sur le bien-être global

Sentiment d'accomplissement

Apprendre un instrument, progresser ou se produire en public procure un fort sentiment de compétence, élément clé de l'épanouissement adolescent.

Expression de soi

La musique permet une communication non verbale, essentielle pour les jeunes qui ont parfois du mal à verbaliser leurs émotions.

Flow et détente

La pratique régulière plonge souvent l'adolescent dans un état de **flow**, une immersion totale qui réduit la rumination mentale.

Effets sur la sociabilisation

Renforcement des liens sociaux

Jouer en groupe (orchestre, chorale, groupe de rock...) développe :

- l'écoute de l'autre,
- la synchronisation,
- la coopération,
- le respect des rôles (soliste, accompagnateur).



Sentiment d'appartenance

Les adolescents trouvent dans la musique un espace communautaire valorisant, qui renforce leur identité et leurs liens avec leurs pairs.

Développement des compétences sociales

- Prise de parole publique (concerts).
- Gestion des émotions en groupe.
- Confiance en soi renforcée par les performances collectives.

Conclusion

La musique occupe une place centrale dans le développement global de l'adolescent. En tant qu'art supérieur, elle mobilise à la fois les aspects émotionnels, cognitifs, corporels et sociaux de l'individu. Les bénéfices scientifiquement constatés sur la santé, le bien-être et la sociabilisation font de la pratique musicale un outil puissant d'épanouissement personnel et collectif.

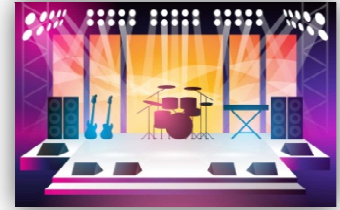
Sources :

1. Thoma, M. V. et al. (2013) – “The effect of music on the human stress response”
2. World Health Organization (OMS) (2019) – “What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being?”
3. Sullivan, G. & Rickard, N. (2020) – “Music and Social Bonding: The role of shared musical experiences”



AGENDA des manifestations

Saison 2025-2026



Décembre

- **Vendredi 5 Décembre : CARMEN** avec la Cie Ad Alta Voce et Anna GUSCI avec la participation du chœur A L'air libre
- **Samedi 13 décembre : concert caritatif** avec EMB
- **Dimanche 14 décembre: Concert des ensembles** de l'Ecole de musique

Février

- **Mardi 10 février : Concert des profs** 20h
- **Jeudi 19 février : AG de l'EMS** à confirmer

Mars - Avril

- **Samedi 28 mars : Spectacle Cécile Corbel** en quatuor
- **Samedi 18 avril : Spectacle « En Scène »** à Franconville avec le département. Participation de la classe de clarinette.

Mai

- **Du 26 au 31 mai : Printemps musical - CYRANO**
- **Vendredi 29 mai : Concert orchestres** (avec participation de l'orchestre de musique de chambre de l'école de St Leu)
- **Samedi 30 mai : Concert FM**
- **Dimanche 31 mai : Concert Funky Frogs** avec la participation du chœur les Singarelles
- **Dimanche 31 mai 10h/12h : Journée Portes Ouvertes**

Juin

- **Vendredi 5 juin : les 1000 Tours d'Edison.** Deux classes de CM2 de l'école de Gaston Ramon racontent la vie de Thomas Edison accompagnées par un sextuor d'élèves de l'école de musique. 20h30 Cyrano / SCOLAIRE 14h et tout public 20h30
- **Mardi 9 juin : Comédie musicale des classes CHAM** à Cyrano 20h00
- **22, 23 et 24 juin (dates à confirmer) : Festival « La voix est libre »** EMB