



Journal de la chorale A PORTEE DE VOIX - ST MEDARD DE DOULON – NANTES
n° 44 – Juin 2013

Ce mois-ci nous proposons avec Yannick la première partie d'un article un peu technique sur la Respiration mais indispensable pour bien connaître le fonctionnement de ces différents organes qui nous permettent d'émettre de si jolis sons. Prochainement, Yannick vous remettra un livret un peu plus complet sur ce même thème accompagné de photos explicatives. La seconde partie de cet article sera pour le mois prochain.

ENTRE CHANTEURS

RESPIRER, PRENEZ UN GRAND BOL D'AIR

Savoir chanter, c'est avant tout savoir respirer. Et comme la totalité des humains sont par la force des choses autodidactes en la matière, nous allons revenir sur les bases de la respiration.

La respiration est le souffle de la vie. Elle commence à la naissance par une première inspiration pour se terminer à la mort par une dernière expiration.

Elle est un pont entre le corps et l'esprit car, si elle est d'abord physique, elle est aussi directement reliée aux émotions et à la pensée. Le corps humain est d'ailleurs un instrument musical bien particulier, car le chanteur est indissociable de son instrument, il ne peut se séparer de lui comme le ferait un guitariste ou un pianiste.

L'appareil vocal lui-même est une combinaison de différents outils qui travaillent simultanément ensemble, mettant au final l'air en vibration ? Comprenez par là que la voix n'a pas d'organe en particulier. De la prise d'air à l'émission d'un son, le système phonatoire (qui veut dire émission de son par la voix) est ainsi défini comme l'ensemble des phénomènes qui concourent à la production des sons vocaux. Il peut être décomposé en quatre éléments qui

concourent étroitement à la production de la parole et du chant : la soufflerie, le vibrateur, les résonateurs et le système articulateur.

Le mécanisme vocal est un mécanisme complet parce qu'il engage tout le corps, et complexe parce que les différentes parties du corps travaillent simultanément, mais ont des mouvements parfois contraires voire contradictoires.

Maîtriser sa voix, c'est prendre conscience des diverses interactions qui opèrent au sein de notre corps et en premier lieu du trajet de l'air jusqu'à l'émission du son.

La physiologie respiratoire

Le son n'est pas une simple circulation d'air, mais d'ondes dans l'air. Dans le chant, ces ondes sont produites grâce au trajet de l'air dans le corps jusqu'à sa mise en vibration.

Le mécanisme de respiration dissocie le corps en deux voies :

- les voies respiratoires supérieures : le nez, fosses nasales, la bouche, le pharynx
- les voies Inférieures : le larynx, trachée, bronche par extension les poumons.

La soufflerie consiste en :

- Un réservoir d'air permettant d'emmagasiner l'air suffisant pour émettre un son grâce aux poumons ;

- Une tuyauterie permettant de véhiculer le souffle par les voix aériennes, principalement la trachée ;

- Un moteur comprenant un ensemble de muscles permettant de générer l'énergie nécessaire à la production du souffle.

Le diaphragme, situé sous les poumons, assure avec les muscles intercostaux et abdominaux la



LECHO RALEUR



contraction et l'expansion de la cage thoracique permettant ainsi la respiration.

Le vibrateur est constitué du larynx qui comprend les deux cordes vocales. Ces dernières sont deux rubans, séparés pour l'inspiration ou l'expiration, mais qui s'accolent pour la production sonore.

Au cours d'une phase, le chanteur perd progressivement son air, sans que sa production sonore soit proportionnelle au volume d'air ainsi perdu. Cette perte est occasionnée par les phases d'ouverture des cordes vocales qui alternent avec les phases de fermeture.

Lors de la production sonore, les cordes doivent vibrer à la fréquence du son qu'elles émettent, c'est-à-dire s'accoler et se détacher autant de fois par seconde qu'il y a de hertz dans la fréquence du son. Lorsqu'elles sont ouvertes, elles libèrent un espace appelé glotte. Accolées, elles ne laissent pas passer d'air, c'est l'apnée. Rapprochées et grâce à une pression d'air appropriée venant des poumons, elles vibrent l'une sur l'autre, c'est la phonation soit l'émission d'un son.

Les cavités de résonance sont constituées par le pharynx ou arrière-gorge et les résonateurs se répartissent en trois secteurs au-dessus des cordes vocales :

Derrière : le pharynx qui est un ensemble de cavités plus ou moins souples, permettant de modifier la fréquence et le timbre des sons émis. En-dessous de la bouche se situent les cavités nasales qui communiquent avec le pharynx. Lorsque le voile du palais est élevé, il empêche le passage de l'air.

Devant le pharynx, se situe l'organe phonatoire le plus connu et les plus précis de l'organisme humain : la bouche. Ce système articulateur est l'élément du conduit vocal permettant l'articulation des consonnes et la formation des voyelles.

A SUIVRE...



LA REGLE D'OR

« En concert bien joli tu seras
Et bijoux tu porteras »

S'il est vrai que cette règle concerne plus les femmes que les hommes, quoi que, il n'en demeure pas moins que bien présenter à un concert, avec un peu de maquillage, coiffé correctement, n'est-ce pas messieurs, quelques bijoux (pas forcément votre parure en diamants)... montre tout de suite votre engagement à faire au mieux et donne envie de bien chanter. C'est le premier pas dans la réussite d'une brillante prestation.



LE CALENDRIER DES ACTIVITES

Mardi 4 juin et jeudi 6 juin :

Répétitions de préparation du concert

Ordre des chants:

La ballade nord-irlandaise

Aloa Oé

Armstrong

Baba Yétu

La complainte du phoque en Alaska

Tout va très bien Madame la Marquise

Samedi 8 juin : Concert à La Haye Fouassière

Rendez vous sur place à partir de 19 H 15

Nous chantons en première partie à 20 H 30.

Jeudi 13 juin : Répétition normale

On continuera de débroussailler Salade de fruits et La ballade de Johnny Jane

Jeudi 20 juin : Proposition de participer au théâtre Graslin à la répétition générale de la fête



L'ÉCHO RALEUR

de la musique de 18 H 30 à 20 H, puis retour dans notre salle pour chanter ensemble.

Vendredi 21 juin : Fête de la musique dans la cour du château, rendez vous sur place à 19 H sauf information contraire de l'organisation.

Jeudi 27 juin: repas de fin d'année.



QUOI DE NEUF A LA SAINT MEDARD

Le 8 Juin 2013, toute la journée, la section Football de l'ASC SAINT MEDARD DE DOULON va fêter ses 50 ans d'existence alors que l'association a 83 ans cette année.

Le matin auront lieu des rencontres amicales des catégories jeunes et l'après-midi des rencontres seniors masculines et féminines.

Un apéritif sera offert le midi pour les présents. Une exposition photos retracera la vie de la section.

Dans le cadre des "Tambours à Nantes 2013", un concert gratuit sera proposé de 11h30 à 12h30 avec des percussionnistes d'Amérique du sud et la présence d'artistes qui évolueront les 6 et 7 juillet pour les concerts gratuits donnés par la Chorale "URBAN VOICES" à la Cité des Congrès de NANTES.

Merci d'avance d'être présents dans le cadre de cette manifestation souvenir.



AUTOUR DE NOUS

Je vous rappelle la pièce de notre ami Philippe Bridon. Pour l'avoir vu moi-même, je peux vous assurer que vous passerez un agréable moment.

Après 2 belles premières représentations de *William Pig, le cochon qui avait lu Shakespeare*, la pièce a été retenue au festival La Réplique **au TNT à Nantes**.

Pour sa 2ème édition, La Réplique donne l'occasion à des troupes de théâtre amateur de se produire sur la scène d'un vrai théâtre, le TNT.

Alors RDV **le 14 juin à 19h00** pour découvrir ou re-découvrir *William Pig, le cochon qui avait lu Shakespeare*

William Pig, c'est l'histoire incroyable d'un cochon british qui, par mégarde, dévore du Shakespeare et devient alors ... un homme.

Et qu'arrive-t-il à un cochon devenu humain ?

Réponse le 14 juin !

Fable poétique, fine et percutante, *William Pig* vous transporte au cœur de l'Angleterre contemporaine où ascension sociale, pouvoir et amour se mêlent, puis s'entremêlent et enfin se démêlent.



CETTE RUBRIQUE EST LA VOTRE

SABAYONSD AU CHOCOLAT ET AU MARSALA

Pour 6 personnes

- 50 g de biscuits amaretti (cookies aux amandes) ou des spéculos
- 2 cuillères à soupe de Marsala

Pour les sabayons

- 25g de cacao en poudre tamisé + quelques pincées pour décorer
- 5 jaunes d'œufs
- 50 g de sucre en poudre
- 150 ml de Marsala

* Répartissez les amarettis émiettés dans 6 grandes verrines. Verser 3 cuillerées à café de Marsala dans chaque verrine.

* Préparez les sabayons. Verser le cacao, les jaunes d'œufs et le sucre dans un récipient au bain-marie. Fouetter avec un fouet électrique jusqu'à obtention d'un mélange lisse, puis incorporez progressivement le reste du Marsala.



LECHO RALEUR



Continuez de fouetter pendant 8 à 10 minutes.
Jusqu'à ce que la préparation pâlisse, mousse et
augmente de volume.

*Versez délicatement les sabayons dans les
verrines. Saupoudrez de cacao et versez aussitôt.