

# Journal de l'ArQuemuse



Mars 2026

LA MUSIQUE EN SANTÉ

## **À PROPOS DU JOURNAL**

*« Pour vous, par vous et grâce à vous » pourrait être la devise de cette petite publication qui se donne deux objectifs : - vous partager tous les mois des actualités sur la vie de l'École, des idées, des conseils sur la pratique musicale, cette passion que nous avons en commun. Les articles que vous lirez ici n'ont pas la prétention d'être exhaustifs ou experts sur un sujet mais plutôt de vous inviter à aller plus loin par vous-même grâce en particulier aux références ou de liens vers les sites d'autres organismes culturels. - nous permettre de mieux nous connaître les uns les autres, autant élèves que professeurs et nous enrichir de nos expériences, succès et talents divers. Tout ceci ne peut se faire sans vous, sans vos suggestions et contributions (articles ou dessins) et commentaires. N'hésitez pas à me les envoyer : [journalarquemuse@gmail.com](mailto:journalarquemuse@gmail.com)*

*Tous mes remerciements à ceux qui ont participé d'une façon ou d'une autre à la publication de ce journal, en particulier à nos deux illustratrices de la couverture du journal.*

*À noter que je suis rédactrice de l'ensemble des articles de ce journal, sauf mention contraire et les corrections apportées par les personnes avec lesquelles j'ai eu un entretien. Les sources sont également toujours mentionnées à la fin des articles.*

*Marie-Claire Mayniel*

## L'EUTONIE POUR MIEUX VIVRE SON CORPS AU QUOTIDIEN

*Le 23 mai 2026, vous êtes tous chaleureusement invités à participer à la classe de maître sur l'eutonnie donnée par MusiCorpus dans les locaux de l'Arquemuse.*



MusiCorpus

De gauche à droite : Nathalie, Nadine, Samuel et Ursula

*J'ai eu la chance de rencontrer avant Noël deux membres de MusiCorpus : Ursula Stuber et Nadine Dionne qui ont eu la gentillesse de m'aider à mieux comprendre cette approche.*

*Tout d'abord, qu'est-ce que veut dire le mot eutonie ?*

Il est composé des racines grecques : eu qui signifie « juste » et tonos qui signifie « tonus ». L'eutonie traduit l'idée d'une tonicité harmonieusement équilibrée, d'une adaptation constante de l'organisme avec son environnement. L'eutonie se présente comme une pédagogie du mouvement qui nous aide à prendre conscience de notre corps et à mieux en prendre soin.

*Qui est à l'origine de cette approche ?*

Elle a été développée dans les années 30 – 40 par Gerda Alexander (1908 –1994).



D'origine allemande, cette femme a passé la majeure partie de sa vie au Danemark.

Enfant, elle grandit dans un environnement où le mouvement, la musique et la conscience corporelle occupent une place centrale. Ses parents, le père est un très bon pianiste amateur, l'initient tôt à la rythmique Jaques-Dalcroze, pratique par laquelle les enfants apprennent à exprimer la musique qu'ils entendent avec leur corps.

Elle développe ainsi une sensibilité particulière au lien entre le mouvement, la perception et l'expression.

Une maladie grave à 17 ans (rhumatisme articulaire aigu et endocardite) l'oblige à repenser entièrement sa manière de se mouvoir. Cette contrainte devient le moteur de ses recherches : comment bouger sans effort inutile, avec un tonus juste, et en respectant les limites du corps.

L'ensemble de ses recherches a progressivement donné naissance à l'eutonie à laquelle Gerda Alexander consacre toute sa vie en améliorant continuellement sa pédagogie. Celle qui était vouée par les médecins à la chaise roulante et à une vie vraisemblablement écourtée meurt à 86 ans après avoir aidé un grand nombre de personnes à acquérir une meilleure conscience de leur corps et formé de nombreux élèves en Europe et en Amérique.

Attention, il ne faut pas confondre l'eutonie de Gerda Alexander avec la méthode Alexander créée par Frederick Matthias Alexander, un acteur qui n'a aucun lien de parenté avec Gerda Alexander. Les approches sont différentes même si elles concernent toutes les deux le corps. Acteur perdant régulièrement la voix sur scène, Matthias Alexander attribuait sa perte de voix à un mauvais alignement de la tête. Son approche sur la posture du corps se fait donc plutôt de la tête vers le bas du corps alors qu'avec l'eutonie, le travail se fait plutôt du bas vers le haut, de la repoussée du sol à partir des pieds jusqu'en haut de la tête.

*Comment avez-vous rencontré l'eutonie ?*

Ursula :

« Jouant du piano, j'ai suivi une formation professionnelle de rythmique Jaques-Dalcroze. C'est dans ce contexte que j'ai entendu parler de Gerda Alexander. J'ai suivi un de ses cours en Belgique puis un stage. J'ai eu réellement un coup de foudre pour l'eutonie et sa créatrice, la personne qu'elle était, sa générosité. Non seulement elle vivait ce qu'elle disait mais plus encore elle l'incarnait. Ce n'était pas quelqu'un qui parlait, mais quelqu'un ancré dans le présent avec toute son expérience. »

Nadine :

« Je suis chanteuse et joue un peu de piano. J'enseigne le chant depuis plusieurs années. J'ai connu l'eutonie pendant mes études musicales à l'Université Laval. J'ai suivi deux cours d'eutonie. Puis je me suis lancée dans d'autres activités. Quelques années plus tard, alors que je cherchais des formations en continu pour parfaire ma formation professionnelle, j'ai eu la chance de tomber sur un micro-programme en eutonie mis en place par Ursula Stuber à l'Université Laval. Ce micro-programme n'est malheureusement plus offert. »

*En effet, comment peut-on se former à l'eutonie ?*

Ursula :

« Gerda Alexander a fondé une école professionnelle au Danemark. C'était une formation exigeante. D'abord d'une durée de 3 ans, la formation a ensuite été allongée à 4 ans.

Pendant longtemps, c'était la seule école. Cela explique que, dans le monde, il y ait peu d'eutonistes. Ensuite, il y a eu des écoles à Genève, en Belgique, en France puis une à Québec que j'avais créée quelques années avant le micro-programme qui fut suivi d'une maîtrise sur mesure en eutonie à l'Université Laval. Cette maîtrise n'a connu qu'une seule cohorte d'étudiants.es.

À la fin du cursus de maîtrise en eutonie, il était toujours possible de suivre des cours ou des ateliers en ordre dispersé mais, malheureusement, à la fin de ma carrière de professeur, personne n'a pris la relève et il n'est, pour le moment, pas possible de faire de l'eutonie à l'Université.

Finalement, nous avons fondé MusiCorpus qui regroupe 4 eutonistes pour continuer à offrir des ateliers pour tous ceux et celles qui veulent bénéficier des bienfaits de l'eutonie. Cette association a pour cible spécifique les musiciens mais les cours sont ouverts à tous. »

*Quelles sont les matières qui composent la formation d'un eutoniste ?*

Ursula :

« La formation professionnelle débute par la mise en pratique de l'eutonie à sa propre personne, un peu comme les psychanalystes commencent par faire de l'analyse pour eux-mêmes avant d'apprendre à faire de l'analyse avec les autres.

L'idée est de se comprendre soi-même; comment son propre corps fonctionne.

Ensuite, la formation aborde comment enseigner l'eutonie : la pédagogie, la didactique.

Elle intègre également des connaissances en anatomie, physiologie, neurologie, psychologie, et l'étude du mouvement humain.

Les eutonistes sont également formés à guider les participants dans l'exploration de zones précises de leur corps, en utilisant soit la parole, soit le mouvement. Sans être une thérapie, l'eutonie comporte néanmoins une dimension d'accompagnement qui soutient cette prise de conscience corporelle. »

*Est-ce qu'on peut rapprocher la formation des eutonistes au domaine de la biomécanique du corps humain ?*

Nadine :

« L'eutonie intègre les principes de biomécanique mais également tout ce qui, dans nos mouvements, est lié à notre personnalité, notre vécu, notre perception du monde, notre culture. Le travail se fait sur l'être dans sa globalité. L'eutonie dépasse le champ de la biomécanique car l'approche repose sur la sensation qui englobe à la fois la mécanique du corps et le ressenti de son moi. »

Ursula :

« On parle souvent de l'importance d'être dans la pleine conscience, d'être dans l'instant présent. Mais comment faire ? L'eutonie, parce qu'elle nous aide à améliorer notre conscience du corps, est un bon chemin pour aller vers cela en se basant d'abord sur le corps, et non pas sur le mental. Ce chemin de connaissance par la sensation ne fait pas partie de notre culture. L'attention portée à notre tonus, à notre mouvement et à la sensation de la posture n'est pas quelque chose sur lequel on met l'accent dans notre éducation. Dans le sport, par exemple, l'accent est plutôt mis sur la performance et non pas sur le bon usage du corps. »

Nadine :

« Gerda Alexander accordait une attention particulière à l'unicité de chacun. Donc ce n'est pas une méthode avec des étapes A, B, C, mais plutôt un cheminement personnel pour partir à la rencontre de notre propre réalité corporelle. Nous poursuivons souvent un objectif bien précis en débutant l'eutonie, mais, assez rapidement, nous nous apercevons des bienfaits qu'elle peut avoir dans toute notre vie. »

*Imaginons que j'ai mal au dos. Qu'est-ce que pourrait m'apporter l'eutonie ?*

Ursula :

« Si vous avez mal au dos, il est possible que vous fassiez un mauvais usage de vos os des pieds, de vos jambes, de votre dos et des muscles autour. Dans un premier temps, le travail va consister à enlever les tensions en trop. Nous nous servons fréquemment d'objets pour conscientiser les tensions et détendre les muscles : des balles, des chaînes de marrons, des bûches pour travailler l'équilibre. Peut-être que, quand vous êtes debout, votre poids est trop en arrière, vous marchez sur les talons. Lorsque vous montez sur une bûche, vous aurez tendance à tomber en arrière. Tout cela devient alors significatif. Vous allez progressivement prendre conscience de la longueur de votre colonne vertébrale, du fait qu'elle ne s'arrête pas aux épaules, qu'elle porte votre tête et s'ancre dans votre bassin. Cette prise de conscience peut vous permettre d'identifier les crispations ou déséquilibres qui causent la douleur et vous aider à corriger votre posture.



Si on ramène cette démarche à un musicien qu'il soit professionnel ou pas, il est essentiel d'être capable de positionner son corps de manière optimale par rapport à l'instrument, sans douleur, dans un juste tonus. La musique, c'est le domaine de l'interprétation, de la musicalité, de l'affectif, de la communication d'une émotion. Il est étonnant de constater comment un changement de position, un relâchement de telle ou telle partie du corps peuvent avoir un impact immédiat sur la qualité sonore produite. »

*Comment se passent les cours d'eutonnie ?*

Ursula :

« Ils sont donnés en individuel ou sous forme d'ateliers de groupe. Ces ateliers sont de différents types : des ateliers de présentation de l'eutonnie au sens large, de ses principes et, ultimement, de ses liens avec la pratique instrumentale; des classes de maître qui contiennent toujours des exercices de conscientisation corporelle, suivis d'un temps au cours duquel les participants peuvent interpréter des pièces à l'instrument de leur choix ou en chant, ce qui donne lieu à des échanges sur la posture ou comment résoudre des douleurs, des inconforts ou des tensions excessives.

Être en groupe apporte ici un vrai avantage. Les participants peuvent observer ce que vivent les autres, s'y reconnaître ou mieux comprendre leurs propres difficultés. En séance de groupe, chacun découvre par lui-même qu'il est la source de ses sensations et de ses progrès. Gerda Alexander tenait beaucoup à cette dimension collective. Elle cherchait à mettre en valeur la responsabilité personnelle de chacun dans son cheminement : sortir de la posture de victime et comprendre qu'on peut être acteur de son évolution. C'est pour cette raison que, même lorsque certaines personnes recevaient des séances individuelles, elle tenait à ce qu'elles rejoignent aussi un groupe. »

Nadine :

« En interprétant une pièce de leur choix, les participants peuvent constater l'effet d'un changement de posture : voix mieux placée, rendu plus musical dans le toucher d'une corde ou d'un clavier, etc. Ce n'est pas juste la position du corps qui évolue mais également la qualité de la performance.

Dans un contexte de prestation scénique, la pression ressentie par l'artiste a des impacts sur le corps, la respiration, les mains qui peuvent devenir moites, etc. L'eutonie aide à s'ajuster à cette situation. Par exemple, la prise de conscience d'un engagement excessif de la musculature de ses bras lors d'une interprétation publique lui permet d'apprendre à ajuster son tonus pour fluidifier son jeu.

En chant, l'attention peut par exemple se porter sur les questions suivantes : est-ce que je suis bien ancré dans le sol ? Est-ce que je bloque mes genoux ?

L'eutonie peut être bénéfique dès les premières expériences. Toutefois, comme toute pratique, c'est avec le temps et la répétition que ses principes s'intègrent plus finement, permettant à l'artiste d'ajuster son tonus et de retrouver plus rapidement son équilibre. »



*Est-ce que si je fais des cours d'eutonnie, j'ai des exercices à faire chez moi ?*

Ursula :

« Il peut parfois y avoir des exercices proposés, mais ce qui restera après les cours, c'est l'attention que vous porterez à tel ou tel aspect. Par exemple, cette semaine, je vais penser à mes pieds. Comment je marche, comment je sens mes pieds, comment je les pose au sol, le matin, le soir.

L'eutonnie, ce n'est pas de la magie, il faut un entraînement régulier. Ce qui a été découvert pendant les cours peut facilement s'appliquer dans la vie de tous les jours sans avoir besoin d'y consacrer un temps spécifique. »

*Combien de temps faut-il pour avoir des résultats ?*

Ursula :

« Tout dépend du temps que la personne met à intégrer les changements de posture et de mouvement. Certains le font très vite, d'autres ont besoin de plus de temps, d'autres encore sont plus réticents à lâcher certaines habitudes. Le vécu de chacun, les émotions jouent ici un grand rôle. Lâcher quelque chose, relâcher un muscle, c'est quelquefois pour certains un pas vers un inconnu qui peut insécuriser de manière passagère. »

*Y a-t-il des contre-indications ?*

Nadine :

« Non, c'est toujours par rapport à soi, à son rythme, sa réalité. L'eutonnie est accessible à toutes et à tous. »

L'eutonnie est-elle adaptée aux enfants ?

Nadine :

« Oui, elle peut être délivrée sous une forme ludique. Lors du camp musical de l'été dernier à l'Arquemuse, il était proposé aux participants une heure par semaine d'eutonnie. Une succession rapide d'exercices sous forme de jeux permettait de soutenir l'attention des enfants.

L'eutonnie peut être aussi intéressante pour des adolescents en pleine croissance, pour les aider à prendre conscience et à accepter les modifications de leur corps et les empêcher d'adopter de mauvaises postures.

Nous trouvons des eutonnistes dans le monde entier. Pour le Canada, il y en a une dizaine au Québec, quelques-uns en Ontario et un à Vancouver. Pour l'Europe, ils sont principalement en Allemagne, en France, en Suisse et en Belgique. Nous en trouvons aussi en Amérique du Sud où cette approche s'est davantage développée ces dernières années. »

*Quel serait votre message pour les élèves de l'École ?*

Nadine :

« L'eutonnie alliée à l'apprentissage musical accélère cet apprentissage. La musique, quand elle n'est pas que dans la tête, mais aussi dans le corps, est plus facile à partager. »

Ursula :

« Intégrer les principes de l'eutonnie à la pratique instrumentale permet d'éviter les blessures et également de développer une réelle musicalité qui fait la différence. Les blessures qui touchent les musiciens commencent tôt, dès le jeune âge. »

Nadine :

« Si l'eutonie vous intrigue, si vous voulez aller au-delà d'une simple lecture et l'expérimenter, n'hésitez pas, participez à l'atelier du 23 mai 2026. »

Propos recueillis en novembre 2025

Pour approfondir :  
site de MusiCorpus : <https://musicorpus.wixsite.com>

**Atelier du 23 mai :**

<https://www.arquemuse.com/evenements/calendrier/eutonie-classe-de-maitre-2026-05/>

Page Facebook : <https://www.facebook.com/MusiCorpus>

*Un grand merci à Ursula et Nadine pour ce témoignage.*

## LA SEMAINE SANTÉ DES ARTISTES (SESART)

Du 25 au 31 mai 2026 aura lieu la Semaine Santé des Artistes.

Cet évènement est une initiative internationale dédiée à la prévention, au bien-être et à la santé physique et mentale des artistes et des professionnels du spectacle. Organisé par Médecine des Arts, il se déroule chaque année et fédère artistes, enseignants, institutions, chercheurs et techniciens autour d'actions concrètes visant à améliorer les conditions de pratique artistique.

Site : <https://semainesantedesartistes.com/>

La Semaine Santé des Artistes poursuit trois grandes missions :

- Sensibiliser à la santé dans les pratiques artistiques

L'évènement vise à informer et prévenir les risques liés aux activités artistiques : troubles musculo-squelettiques, fatigue vocale, stress de performance, risques psychologiques, accidents, etc. Il s'adresse à un large public : artistes amateurs et professionnels, élèves et parents, professeurs, techniciens du spectacle, institutions culturelles et éducatives.

- Favoriser le partage des savoirs

La Semaine encourage la diffusion de connaissances issues de la recherche, de la médecine spécialisée et de l'expérience professionnelle. Elle crée un espace d'échanges entre médecins spécialisés, chercheurs, pédagogues, artistes, structures culturelles.

- Valoriser la communauté scientifique et pédagogique

L'évènement met en lumière les travaux menés sur la santé des artistes, notamment dans les domaines de la musique, de la danse, du cirque, du chant et du théâtre.

Les actions se déroulent en France et à l'international.

L'ampleur de l'évènement, le nombre des actions réalisées : d'une cinquantaine d'actions en 2023, on est à près de 100 projets en préparation en 2026.

Les évènements prennent des formes variées : conférences, ateliers pratiques, tables rondes, dépistages, interventions en écoles et conservatoires, actions de sensibilisation dans les lieux de pratique artistique.

L'atelier d'eutonie du 23 mai est proposé dans le cadre de la Semaine.

## **UN STEINWAY & SONS DE 1984 ENTRE À L'ARQUEMUSE**

*Un instrument d'exception rejoint notre salle de concert – et son année de naissance résonne avec celle de notre école.*



### **Un piano qui a traversé l'Atlantique**

L'Arquemuse est heureuse d'annoncer l'acquisition d'un piano à queue Steinway & Sons modèle O, fabriqué en 1984 dans la célèbre usine de Hambourg, en Allemagne. Ce magnifique instrument d'environ six pieds vient enrichir le parc instrumental de l'École et offrir à nos élèves et musiciens une expérience sonore d'exception.

L'histoire de cet instrument est à elle seule remarquable. Rapatrié d'Europe par une famille établie à Toronto, le piano a ensuite fait escale à Montréal avant d'être acheminé jusqu'à Québec, où l'Arquemuse en a fait l'acquisition. Un voyage transatlantique et transcontinental pour un instrument qui trouve enfin un foyer permanent.

Le piano a fait l'objet d'une restauration partielle afin de lui redonner toute sa splendeur d'origine. Les cordes et les chevilles d'accord ont été remplacées, garantissant une stabilité d'accord et une résonance optimale. Un système de régulation de l'humidité a également été installé à l'intérieur de l'instrument, une mesure essentielle pour protéger le bois et maintenir l'accord dans notre climat québécois.

La mécanique a par ailleurs été mise à jour, assurant une réponse au toucher précise et homogène sur l'ensemble du clavier. Enfin, une harmonisation complète a été réalisée, permettant d'obtenir un timbre équilibré et nuancé, du pianissimo au fortissimo. Ce piano entre donc en fonction à l'Arquemuse dans le meilleur état possible, prêt à inspirer aussi bien les débutants que les musiciens confirmés.

### **1984: une année fondatrice**

Ce qui rend cet instrument particulièrement symbolique, c'est son millésime: 1984. C'est aussi l'année de fondation de l'Arquemuse. Le piano et l'École partagent ainsi la même année de naissance, ce qui confère à cette acquisition une valeur bien au-delà du matériel. À quarante ans, l'un comme l'autre ont traversé le temps en perfectionnant leur art, en portant la musique et en inspirant des générations.

Que ce Steinway de 1984 résonne dans nos murs est, en quelque sorte, une manière de célébrer en musique les quatre décennies de l'Arquemuse.

## **Le modèle O : un piano all-deutsch**

Le modèle O est l'un des pianos à queue les plus estimés de la gamme Steinway. Mesurant environ 180 cm (près de six pieds), il offre une projection sonore remarquable pour sa taille, parfaitement adaptée à notre salle de concert. Pendant de nombreuses années, ce modèle n'était produit qu'à Hambourg, en Allemagne – une exclusivité européenne qui lui confère un caractère distinct et une profondeur de timbre particulièrement recherchée.

## **Steinway & Sons : une maison bi-continentale**

Fondée en 1853 à New York par l'immigrant allemand Heinrich Engelhard Steinway, la maison Steinway & Sons s'est imposée en moins d'une génération comme le standard de l'excellence pianistique mondiale. Dès ses premières années, elle accumule les brevets et les prix dans les grandes expositions internationales, gagnant la confiance des plus grands interprètes de l'époque.

En 1880, Steinway ouvre une deuxième manufacture à Hambourg, en Allemagne, afin de desservir le marché européen. Aujourd'hui encore, les deux usines – celle de Queens, à New York, et celle de Hambourg – fonctionnent en parallèle, chacune avec ses propres artisans et sa propre sensibilité sonore. On dit des Steinway de Hambourg qu'ils possèdent un son légèrement plus clair et plus transparent, tandis que ceux de New York sont souvent décrits comme plus chauds et plus puissants. Les deux traditions, néanmoins, partagent le même niveau d'exigence artisanale : plus d'un an de travail et des centaines d'opérations manuelles sont nécessaires pour donner vie à chaque instrument.

Aujourd'hui, Steinway & Sons est l'un des seuls fabricants de pianos à avoir maintenu, au fil des siècles, un engagement indéfectible envers la lutherie traditionnelle. Plus de 98 % des pianistes qui ont remporté des concours internationaux au cours des dernières décennies étaient des « Steinway Artists », illustrant à quel point la marque reste la référence absolue dans les salles de concert du monde entier.

### ***Remerciements***

***Cette acquisition n'aurait pas été possible sans la générosité de nos donateurs. L'Arquemuse tient à exprimer sa plus sincère gratitude à :***

***Mme Zi Bing et sa famille***

***Mme Suzanne Laplante***

***Fondation Marie-Claude Barbe et Sylvain Sénécal***

***Leur soutien illustre magnifiquement l'importance du mécénat culturel pour des organisations comme la nôtre, et nous sommes profondément touchés par leur confiance en la mission de l'Arquemuse.***

Article de Jasmin Tremblay, directeur de l'École

## IL ÉTAIT UNE FOIS EN MARS

Qui n'a jamais entendu ces paroles :

Toréador en garde

Toréador, toréador

Et songe bien, oui songe en combattant

Qu'un œil noir te regarde

Et que l'amour t'attend

Toréador l'amour, l'amour t'attend.

Ou si les paroles ne vous disent rien, écoutez l'air :

[https://www.youtube.com/watch?v=N\\_YHhqrmd9c](https://www.youtube.com/watch?v=N_YHhqrmd9c)

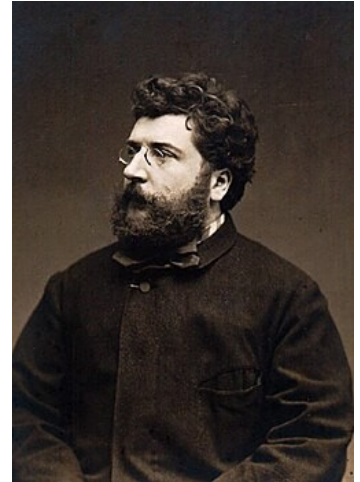


Il y a de grandes chances qu'il ne vous soit pas inconnu.

Ces paroles, cet air ont retenti la première fois le 3 mars 1875 dans la salle de concert de l'Opéra Comique (salle Favart à l'époque) à Paris.

Le compositeur est le français Georges Bizet (1838 – 1875).

La chanson et la musique sont extraites de l'opéra Carmen.



À l'origine, l'Opéra Comique avait passé commande pour « une petite chose facile et gaie, dans le goût de notre public avec, surtout, une fin heureuse ». Finalement, l'œuvre que Georges Bizet produit avec ses librettistes, Henri Meilhac et Ludovic Halévy est à la fois tragique, envoûtante, passionnelle et se termine par la mort de l'héroïne.

Tout sauf l'esprit « petit bourgeois » demandé.

Et l'intensité n'est pas que sur la scène. Les répétitions sont épuisantes, les acteurs choisis rechignent à adopter le jeu proche du naturel que leur demande Bizet.

La première de l'œuvre est un désastre, le public est scandalisé par cette histoire sulfureuse que la presse condamne le lendemain au nom de la morale. Et pour couronner le tout, la santé de l'auteur bouleversé par l'échec se dégrade rapidement. Il meurt d'un infarctus le 3 juin.

Malgré ces débuts tumultueux, le public se laisse progressivement séduire et 3 ans plus tard, le succès est au rendez-vous.

Inspiré de la nouvelle « Carmen » de Prosper Mérimée, « Carmen » est l'une des œuvres du répertoire les plus jouées et les plus enregistrées dans le monde.

**ÉVÈNEMENTS ET SPECTACLES À VENIR**

Consultez la page du site de l'École :  
<https://www.arquemuse.com/calendrier/?cat=4>

**Dates des Ateliers d'harmonies de Québec**

Dimanche 29 mars, 10h à 12h30, à l'Arquemuse

Dimanche 5 avril, 10h à 13h, sous-sol coopérative d'habitation Les Pénates, 350 5e Rue

Jeudi 16 avril, 9h à 12h, à l'Arquemuse

Jeudi 23 avril, 9h à 12h, à l'Arquemuse

Dimanche 3 mai 10h à 13h, sous-sol coopérative d'habitation Les Pénates, 350 5e Rue

contact : gabriellebouthillier@hotmail.com

**Stage de chant polyphonique par Gabrielle Bouthillier à Petit-Saguenay  
24-25-26 avril 2026**

Pour info ou réservation : Camille à [cam.carle@live.com](mailto:cam.carle@live.com)

**Stage de chant géorgien et enseignement sur mesure par Carl Linich à  
l'Arquemuse le 18 mai de 9h30 à 16h30**

Pour info ou réservation pour le stage : <https://lepointdevente.com/billets/carllinich>

**Les 12 heures du chant - 19e édition, 11 avril 11h à 23h à la maison pour la danse**

<https://www.facebook.com/events/26106312599038896>

<https://cvpv.net/activites/12heures2026/>

**INVESTISSEZ DANS LA CULTURE,**



**Faire un don peut être payant fiscalement.**

**SOUTENEZ L'ÉCOLE ARQUEMUSE  
DANS SES MISSIONS DE DÉMOCRATISATION DE  
LA MUSIQUE.**

Plus de renseignements [ici](#)