



Capucine DEMNARD

Capucine Demnard, est musicothérapeute, spécialiste de soins énergétiques par les sons et l'état vibratoire (elle utilise musiques, sons, rythmes, fréquences.. à l'aide d'instruments, diapasons, bols, gongs...). Également professeur certifiée de Hatha yoga, elle a fondé Vedacare, une méthode de bien-être holistique, en France et à Barcelone.

Marc votre coach magazine : Quel est votre parcours ?

Capucine Demnard : Je suis musicienne depuis l'enfance avec un parcours d'études musicales aux conservatoires d'Avignon, Hereford (UK) et Montpellier. J'ai étudié les langues étrangères, le photojournalisme, les relations internationales pour me consacrer à une carrière dans les Organisations Internationales. J'ai eu la chance de travailler avec le UNHCR en Mauritanie dans un camp de réfugiés en phase de début de rapatriement.

La communication était difficile mais le chant, le rythme, le mouvement sont vite devenus ma façon de créer du lien et de développer des relations.

J'ai ensuite été productrice de musique classique en concerts et tournées, et progressivement les sons m'ont guidée vers l'étude de la musicothérapie et la prise en charge de pathologies par la musique. Je suis diplômée de l'université de Montpellier-Nîmes, avec 2 spécialités : l'accompagnement des traumatisés crânio-cérébraux et la fin de vie. Puis, j'ai collaboré auprès de services et chefs de services aux CHU Pellegrin, à Bordeaux, Jonzac, Guy de Chauliac et Arnaud de Villeuneuve à Montpellier.



Marc votre coach magazine : Qu'est-ce qui vous a amené à la musicothérapie ?

Capucine Demnard : Après avoir produit des spectacles vivants, des concerts de musique classique, cherché des voix, un organisateur m'a demandé si j'étais d'accord pour donner des concerts dans des centres de soin Alzheimer. Ce fut une découverte et une émotion intense, c'est à ce moment là que j'ai compris l'impact puissant des sons et des fréquences pour le corps et l'esprit.

Marc votre coach magazine : Vous avez créé Vedacare, une méthode issue de vos recherches et expériences. Quel est l'esprit Vedacare ?

Capucine Demnard : Absolument, c'est la clinique qui vous permet d'approfondir une méthode et inversement. Selon les pathologies et séances avec les patients, il faut être créatif, réactif, inventif et toujours à l'affût de nouvelles possibilités. VedaCare est une méthode qui allie le bien-être du corps et de l'esprit pour mieux vivre et surtout apprendre à s'auto gérer. Accueillir ses émotions et apprendre à les maîtriser pour ne plus être envahi constamment, apprendre à respirer, mettre en place une routine d'étirement méditer.... L'esprit VedaCare c'est avant tout sain, simple.





Marc votre coach magazine : Pourquoi avoir associé la musicothérapie au yoga ?

Capucine Demnard : J'ai décidé d'associer le yoga à la musicothérapie pour que tout le corps soit prêt à recevoir le bénéfice des fréquences. Je propose donc un moment de calme, pour se concentrer, des asanas, postures de hatha yoga de manière personnalisée, pour débloquer le corps, l'assouplir, le mettre en mouvement d'écoute. Cela permet au mental de commencer à lâcher, et ainsi corps et esprit sont en mesure de recevoir les fréquences et les sons avec plus d'impact.

Marc votre coach magazine : Peut-on guérir grâce à la musique ?

Capucine Demnard : Je ne m'avancerai pas vers une déclaration aussi forte. Je dirais que la musique permet d'agir à certains stades de maladies ou certains endroits du corps, là où les médicaments ne font pas ou plus effet.

La musique accompagne, enveloppe, apaise, parfois elle secoue, elle peut évoquer des souvenirs....certaines personnes aphasiques chantent !

La musique ne va pas traiter un virus ou éliminer une maladie grave, mais la musique va renforcer un état de bien-être profond qui permettra au corps de se défendre, elle apportera du courage et de l'endurance pour se battre contre une maladie.

Marc votre coach magazine : VedaCare propose des stages en France et en Espagne et de nombreux ateliers, en quoi consistent-ils ?

Capucine Demnard : Les Stages VedaCare sont situés dans des lieux uniques, énergétiques et proche de la nature. La formule intensive permet en 4 jours et 4 nuits, de sortir de son quotidien pour se détendre, se ressourcer et travailler sur soi avec la notion de plaisir, dans un petit groupe. Les stages proposent un emploi du temps complet de 8h à 21h, qui mélange cours collectifs (méditation, yoga, chant énergétique, marche silencieuse), sessions individuelles (naturopathie, musicothérapie....), ainsi que des ateliers (naturopathie en cuisine et, selon le stage cho une visite culturelle ou un atelier spécifique avec un ornithologue...

Prochains stages :

25-29 septembre en Corse du Sud

10-14 Octobre à Minorque, Baléares

Mai et juin 2020, en Corse, ou Baléares....dates à confirmer

Propos recueillis par Sarah-F Kadaoui