

« Nous sommes très exigeants dans nos choix musicaux. Il est rassurant de savoir que Music for Dreaming est élaboré à partir de recherches reconnues. »

**Royal Children's Hospital,  
Melbourne, Australie**

## *Un précieux idéal...*

En mêlant musique et recherche médicale de manière originale, Music for Dreaming parvient à réconforter les bébés et les mères à travers le langage universel de la musique.

La musique peut avoir un effet thérapeutique, naturel et profond. Elle calme les sens de l'auditeur et le détend, grâce à un choix particulier de rythmes naturels, d'accords majeurs et d'instrumentation.

Après sept mois passés dans le ventre de sa mère, un bébé perçoit les rythmes réguliers et des pulsations du corps de celle-ci. Les bébés les associent à un sentiment de confort et de sécurité.

Le rythme de cette musique reproduit les pulsations cardiaques humaines. Le tempo est celui d'un pouls humain au repos. Il se crée un lien rassurant entre les vies intra- et extra-utérines du bébé.

Les accords majeurs ont été privilégiés afin de renforcer l'équilibre et l'harmonie de l'esprit et du corps. Des études démontrent que la gamme de fa majeur est liée à l'esprit et celle de do majeur au cœur. Ces gammes ont été utilisées spécifiquement en parallèle à un rythme reposant afin de créer un sentiment de plaisir et de bien-être.

Les instruments traditionnels génèrent des harmonies riches et naturelles, absentes des sons créés artificiellement par ordinateur. La flûte, les cordes et la harpe de cet enregistrement créent un son pur si réconfortant à l'oreille qu'il nourrit et protège l'ouïe et le système nerveux sensibles de la mère et du bébé.

Ces mélodies sont conçues en un seul morceau instrumental. L'enregistrement a été produit pour être joué à bas volume. Pendant presque deux heures, cette musique opère un sentiment de calme constant qui vous emporte, vous et votre bébé, d'une relaxation légère puis profonde, et enfin au sommeil.

*Chut... Ecoutez, reposez-vous,  
laissez-vous emporter, rêvez.*

« On a passé ce CD dans une chambre pleine de nourrissons souffrant de troubles chroniques de sommeil. Même l'enfant le plus perturbé s'est régulièrement calmé à l'écoute de Music for Dreaming. »

**Unité pédiatrique de sommeil, John Hunter Children's Hospital,  
Newcastle, Australie**

« Music for Dreaming est un outil très utile pour notre travail au Centre Familial. Cette musique a un effet relaxant sur la plupart des bébés et des enfants. Il est fascinant d'observer un bébé agité qui pleure se calmer grâce à cette musique. »

**Evelyn Tritschler, infirmière, Plunket, Christchurch, Nouvelle-Zélande**

« Nous avons utilisé Music for Dreaming dans nos unités néo-natales ; il s'est avéré utile pour calmer les bébés qui étaient perturbés... Nous apprécions la qualité de l'enregistrement, les transitions douces de chanson en chanson, et la manière dont le rythme semble s'accorder à des modes physiologiques agréables. »

**Winnicott Baby Unit, St. Mary's Hospital, London, Royaume-Uni**

« C'est un magnifique CD, et l'un des seuls que je puisse recommander les yeux fermés dans son intégralité pour les nourrissons fragiles. »

**Département de Réhabilitation Thérapeutique  
University of Iowa Hospitals/Clinics, Iowa, Etats-Unis**



## *pour détendre profondément maman...*

Music for Dreaming vous aidera à vous détendre de l'agitation de la vie quotidienne, en vous soutenant sur les chemins de la maternité, de la grossesse à l'accouchement, et pour les années à suivre.

Vous n'avez rien d'autre à faire que de vous reposer, vous laisser emporter par les douces mélodies et vous détendre.

### **Pendant la grossesse**

Les mélodies exclusivement instrumentales ont été conçues pour favoriser la relaxation en vue du travail et de l'accouchement.

En écoutant cette musique pendant votre grossesse, votre bébé se détend lui aussi – dans votre ventre.

### **Accouchement & Naissance**

Le rythme doux, constant et ininterrompu de la musique vous soutient pendant le travail et l'accouchement. Il vous aide à rester détendue, calme et concentrée, permettant ainsi aux contractions d'arriver sereinement.

### **Après la naissance**

Il n'y a rien de plus précieux pour une mère qu'un bébé calme et tranquille. Quoi de plus angoissant qu'un bébé perturbé ? Music for Dreaming contribue au bien-être de toute la famille – le père, la mère et le bébé.

## *Pour bercer paisiblement bébé...*

Votre bébé reçoit des signaux rassurants déjà pendant la grossesse. Deux mois avant sa naissance, votre bébé entend les sons ; il se relaxe et se détend donc à l'écoute de cette musique. Après sa naissance, votre bébé reconnaît cette musique et en éprouve un sentiment de sécurité et de bien-être.

### **Régularité**

Passez le disque à des moments précis, quand votre bébé se sent calme et satisfait, comme par exemple pendant les repas. Cela contribuera à établir une association de pensée positive.

Il est important d'établir des rythmes de sommeil réguliers. Passez cette musique pendant que votre bébé dort pour au moins dix jours de suite.

### **Communication**

Fermez vos yeux ; votre bébé vous imitera. Il est en effet très réceptif aux mouvements du visage.

Votre bébé aime le son de votre voix. En chantonnant, vous améliorerez l'effet apaisant de la musique.

### **Contact physique**

En tenant délicatement votre bébé, son visage tourné vers le côté gauche de votre corps, au-dessus du cœur, vous lui procurerez un intense sentiment de confort et de sécurité.

Massez votre bébé au rythme de la musique, en douces et longues caresses, de haut en bas, sur toute la longueur de son corps. Cela le réconfortera davantage.