

*« L'Alzheimer, déjà si tu sais l'écrire, c'est que t'es pas malade. » - Jean-Marie Gourio*

*"Already, Alzheimer, if you know how to write the word, you're not sick."*

**RYTHMES DE SOINS :  
COLLABORATION CRÉATIVE POUR LES TROUBLES NEUROCOGNITIFS**

**RHYTHMS OF CARE :  
CREATIVE COLLABORATION FOR NEUROCOGNITIVE DISEASE**

**CAROL JONES, TDM sous supervision**

**TANIA LAZUK, PhD, BC-DMT**



**MARGUERITE ET SES MOMENTS DE LUCIDITÉ**  
UNE CHRONIQUE DE DANSE-THÉÂTRE

**MARGUERITE AND HER MOMENTS OF LUCIDITY**  
A DANCE-THEATRE CHRONICLE

## INTRODUCTION PRÉSENTÉE PAR / PRESENTED BY CAROL JONES

**La maladie d'Alzheimer** est partout, elle gagne du terrain et demeure incurable. En 2014, **ma mère** en fut atteinte. En 2015, je commençais mes études en thérapie par la danse et le mouvement.

Je danse depuis mon tout jeune âge. À chaque samedi, ma sœur et moi partions avec notre mère pour les leçons de danse et de patinage artistique. Une fois la maladie installée dans son cerveau, grande sportive, infirmière de profession, ma maman savait qu'il fallait bouger. « Tu vas me faire danser ! » « Tu vas nous faire danser ! » m'a-t-elle gentiment ordonné. Sans le savoir, sans avoir conscience de ma formation nouvellement amorcée, elle m'offrait un tout nouveau champ d'étude à découvrir.

**En dansant ensemble**, maman et moi, non seulement avons-nous beaucoup de plaisir, mais j'assistais à des moments spectaculaires de lucidité. Dès lors, j'ai voulu savoir. Formations, rencontres, explorations artistiques avec *mom* et puis les autres, sont devenus ma passion.

*Alzheimer's disease is everywhere, it is gaining ground and remains incurable. In 2014, my mother was diagnosed with it. In 2015, I started my studies in dance and movement therapy.*

*I began dancing at a very young age. Every Saturday, my sister and I would leave with our mom for dance and figure skating lessons. Once diagnosed with Alzheimer's, my mom, a great athlete, a nurse by profession, at a time when she could still function autonomously, knew that she had to move. "You're going to make me dance!" "You're going to make us dance!", she kindly ordered me. Without knowing it, without being aware of my recent training as a dance-therapist, she offered me a whole new field of study to discover.*

*Not only dance provided lots of pleasure for my mom and I, but I witnessed spectacular moments of lucidity. From then on, I wanted to know. Training, meetings, artistic explorations with mom and then the others, have become my passion.*

## UNE MALADIE À LA FOIS FASCINANTE ET TROUBLANTE | A FASCINATING YET TROUBLING DISEASE

J'ai rencontré des chercheurs inspirants - les scientifiques s'entendent : un style de vie actif, bouger, danser, diminuent considérablement les risques de développer la maladie et, lorsque présente, permettent d'en retarder l'évolution.

Le **Dr Simone Dalla Bella** notamment, expert en neurosciences cognitive, s'intéresse aux mécanismes cognitifs et neuronaux qui déterminent la perception et la performance musicales. Il sonde le **rythme**! C'est confirmé, cette fonction a une portée signifiante et constructive. Porter une attention particulière au rythme consolide le flux séquentiel dans le corps et du coup, apaise.

Également, j'ai travaillé avec **Dre Paule Royer**, médecin de famille et fondatrice de l'organisme le **Hameau des cultures** à Magog. En stimulant la créativité, par les thématiques et l'improvisation en mouvements, la danse favorise la connexion à soi et aux autres. Essentielle à la survie (l'un des besoins fondamentaux de l'être humain), la créativité permet de vivre pleinement le moment présent tout en le structurant.

*I met inspiring researchers - scientists agree : an active life style, moving, dancing, greatly reduce the risk of developing the disease and, when it is present, help slow its progression.*

*The neuroscientist **Dr. Simone Dalla Bella**, who studies cognitive and neural mechanisms behind musical perception and performance. Like me, he explores **rhythm**. It's confirmed, rhythm supports meaning and structure. Paying closer attention to rhythm strengthens the rhythmic flow in the body and, in turn, soothes.*

*I also worked with **Dr. Paule Royer**, a family physician and founder of the organization **Hameau des cultures**, located in Magog. By stimulating creativity through themes and movement improvisation, dance encourages connection with oneself and with others. Creativity—essential to survival and one of the fundamental needs of human beings—allows us to fully experience the present moment while giving it structure.*

# EXPLORER LE POTENTIEL OFFERT PAR LA DANSE : **TROUBLES NEUROCOGNITIFS (TNC) - ALZHEIMER, ANATOMIE ET CRÉATIVITÉ**

## **OBJECTIFS**

- Prendre conscience des bienfaits de la danse, de la rythmique et du mouvement pour les personnes vivant avec des troubles neurocognitifs, et comment ces pratiques améliorent le bien-être physique, émotionnel et cognitif.
- Identifier les outils et techniques clés qui soutiennent l'amélioration de la mémoire, de la coordination et de la connexion à soi chez les personnes vivant avec des TNC.
- Appliquer des stratégies créatives pour favoriser l'expression de soi, renforcer l'estime de soi et soutenir la régulation émotionnelle dans des contextes thérapeutiques et/ou affectifs.

# EXPLORING THE POTENTIAL OFFERED BY DANCE: **NEUROCOGNITIVE DISEASES (NCD) - ALZHEIMER, ANATOMY AND CREATIVITY**

## **GOALS**

- Promote the benefits of dance, rhythm and movement for individuals living with neurocognitive diseases, including Alzheimer's, and how these practices improve physical, emotional, and cognitive well-being.
- Identify key tools and techniques that support memory enhancement, coordination, and self-connection in individuals with NCD.
- Apply creative strategies to foster self-expression, improve self-esteem, and support emotional regulation in therapeutic and/or affective settings.

Notre **conférence-démonstration** aide à bien comprendre comment la danse et le mouvement offrent non seulement de grands moments de plaisir et de joie mais deviennent des moyens d'ancrage, d'activation et d'engagement cérébraux puissants.

*Our **conference-demonstration** helps understanding how dance and movement create moments of joy while providing strong support for brain stimulation, activation and engagement.*

## **BIENFAITS DE LA DANSE SUR LA SANTÉ CÉRÉBRALE**

## **DANCE SUPPORTS BRAIN HEALTH**

*Et j'ai rencontré Dre Tania Lazuk  
avec qui tout est possible!*

## **DÉROULEMENT**

## **FLOW**

**Dans cette conférence**, présentée par **Dre Tania Lazuk**, PHD, BCDMT, affiliée au *Centre for the Arts in Human development* de l'Université Concordia et **Carol Jones**, artiste des arts vivants et thérapeute par la danse et le mouvement, nous abordons les thèmes suivants :

*This event, led by **Dr. Tania Lazuk**, PhD, BCDMT, affiliated with Concordia University's Centre for the Arts in Human Development, along with performing arts artist and dance and movement therapist **Carol Jones**, will address the following themes:*

### **Un survol général de la maladie;**

- Historique, description de la maladie, statistiques;

### **Overview of the disease, including :**

- History, description, and statistics.

### **Anatomie et structure du cerveau;**

- Emphase sur les mémoires;
- Pourquoi, comment le rythme ?
- Impact du rythme sur la coordination, la conscience, la régulation émotionnelle et bien plus;
- Reconstruction séquentielle de circuits neuronaux.

### **Brain structure and anatomy :**

- Attention on memories;
- The importance of rhythm and its influence on coordination, awareness, and emotional regulation;
- Sequential reconstruction of impaired neural circuits.

### **Fondements de la Thérapie par la danse et le mouvement;**

- Théorie et pratique
- Improvisation et créativité !

### **Dance and movement therapy foundations:**

- Theory to practice;
- Improvisation and creativity.

### **Présentation de la vidéo : « Marguerite et ses moments de lucidité »**

- Chronique de danse-théâtre qui s'inspire de la relation privilégiée entre une maman atteinte de la maladie et sa fille devenue proche aidante.

### **Video : "Marguerite and Her Moments of Lucidity"**

- A dance-theatre chronicle inspired by the connection between a mother living with the illness and her caregiving daughter.

### **Retour, période de questions et conclusion**

### **Question and commenting period, conclusion**



## CAROL JONES

*Dance/Movement Therapy - Live arts – Rhythms*

Thérapie par la danse et le mouvement - Arts vivants – Rythme

**Artiste en arts vivants**, auteure et metteuse en scène, Carol est maîtresse es arts – elle sonde le rythme. Fille d'un jazzman (batterie), nourrie par les rythmes africains, Carol développe sa technique de percussions corporelles, associant danses percussives et rythmes de la batterie, qu'elle offre dans diverses institutions. Son art la fait voyager sur tous les continents. Elle enseigne et performe tant au pays qu'à l'étranger.

**Thérapeute par la danse et le mouvement sous supervision** (1ère cohorte au Canada en 2014), elle s'intéresse au **calibrage rythmique des systèmes du corps** et ses réflexions portent sur le corps traumatisé. D'un point de vue neuromoteur, les rythmes de vie et de l'environnement forment l'identité et profilent la personne. Ainsi, Carol assemble toutes ses passions pour la **science**, le **corps** et les **arts**, en poursuivant des études de thérapie par la danse et le mouvement et de psychologie. Dans ce cadre, elle travaille avec différentes populations issues de la neurodiversité dans une perspective inclusive.

Carol occupe la scène depuis l'adolescence. Maintes fois boursière, elle crée plusieurs spectacles : FOGO, Empreintes, Pour Filles de Couleurs, et bien d'autres.

Pièce maîtresse, **Marguerite et ses moments de lucidité** (2020-24) dévoile la relation privilégiée entre sa mère vivant avec la maladie d'Alzheimer et elle-même, devenue proche-aidante. Ensemble, elles découvrent les bienfaits de la danse sur la santé cérébrale. D'abord documentée scientifiquement, l'initiative s'est transformée en une chronique théâtrale et dansée.

### ART – SANTÉ – INTERVENTION

Observer, écouter, recevoir, incarner, évaluer, créer, exprimer, dire, offrir mon objet artistique, mes univers

### EXPÉRIENCE PERTINENTE

Proche aidante entre 2015 et 2021. Intervenante à la Société Alzheimer depuis 2020 (SAM, partenaire du CNDT). Divers CHSLD et RPA.

*A **interdisciplinary performing artist**, author and director, Carol is a master of arts – she studies rhythm. Daughter of a jazzman (drums), nourished by African rhythms, Carol develops her body percussion technique, combining percussive dances and drumming, which she offers in various institutions. Her art takes her to all continents. She teaches and performs both nationally and internationally.*

***Dance and movement therapist trainee** (1st cohort in Canada in 2014), she is interested in the **rhythmic calibration of body systems** and her reflections focus on the traumatized body. From a neuromotor point of view, the rhythms of life and the environment forge the identity and profile the person. Thus, Carol brings together all her passions for **science**, the **body** and the **arts**, pursuing studies in dance and movement therapy and psychology. In this context, she works with different populations from neurodiversity in an inclusive perspective.*

*Carol has been on stage since she was a teenager. She has received many grants and has created several shows: FOGO, Empreintes, Pour Filles de Couleurs, and many others.*

*A master piece, **Marguerite and her moments of lucidity** (2020-24) reveals the special relationship between her mother, who lives with Alzheimer's disease, and herself, who has become a caregiver. Together, they discovered the benefits of dance on brain health. Initially scientifically documented, the initiative has turned into a theatrical and danced chronicle.*

### ART – SANTÉ – INTERVENTION

Observe, listen, receive, embody, assess, create, express, tell, offer my art, my universes

### EXPÉRIENCE

Caregiver between 2015 and 2021. DMT - Société Alzheimer since 2020 (SAM, CNDT's partner) - Homecare facilities



## Dre TETIANA LAZUK BC-DMT

- A travaillé comme psychiatre et psychothérapeute en Ukraine pendant plus de 10 ans avant de venir au Canada.
- Docteure en psychiatrie et accréditée de l'American Dance Therapy Association en tant que membre certifiée du conseil - Dance / Movement Therapist (BC-DMT), elle intègre l'approche d'Alfred Adler dans sa pratique. (Psycho individuelle : Théorie axée sur la dynamique familiale, les intérêts sociaux et communautaires et le bien-être avec autrui.)
- Cofondatrice et membre active de l'Association de thérapie par la danse et le mouvement au Canada ([dmtac.org](http://dmtac.org)), la Dre Lazuk est actuellement vice-présidente de l'organisme.
- À partir de 2012, elle dirige des cours de danse adaptée et des séances de thérapie par la danse et le mouvement pour les adultes neurodivers (<https://www.concordia.ca/fr/beaux-arts/recherche/cahd.html>), les personnes atteintes de la maladie de Parkinson ([parkinsonenmouvement.org](http://parkinsonenmouvement.org)), les personnes âgées et les adultes à la recherche de croissance personnelle et de bien-être. Elle offre également de l'éducation, de la formation et de la supervision en danse-thérapie grâce à des collaborations avec diverses institutions.
- *Worked as a psychiatrist and psychotherapist in Ukraine for more than 10 years prior to coming to Canada.*
- *With a PhD in Psychiatry and accreditation from the American Dance Therapy Association as a Board Certified - Dance/Movement Therapist (BC-DMT), integrates Alfred Adler's approach into practice. (Theory centered on the family, social interests and community aspects towards wellbeing with others.)*
- *Co-founder and active member of the Dance/Movement Therapy Association in Canada ([dmtac.org](http://dmtac.org)), currently serves as Vice-President through volunteering.*
- *2019-2021 was scholar in residence at the Creative Arts Therapies Department, part-time faculty, co-teaches Introduction into DMT at Concordia*
- *Since 2012, leading dance/movement therapy sessions for neurodiverse adults at the Centre for the Arts in Human Development (CAHD) at Concordia, adapted dance classes and dance/movement therapy sessions for individuals living with Parkinson's Disease and their caregivers ([parkinsonenmouvement.org](http://parkinsonenmouvement.org)), seniors, and adults seeking personal growth and well-being.*
- *Offers education, training and supervision in dance therapy through collaborations with various institutions.*

"Fabulous workshop at the conference!"  
Judith Bunney, BC-DMT, Raleigh, USA, ADTA60, Nov. 2025

"Bravo Tanya et Carol"  
Brigitte Lachance, R-DMT, Toronto, ONT, Avril 2025

## *Conférence-démonstration....*

"Wonderful presentation"

Dr Charné Furcron, BC-DMT, Raleigh USA,  
ADTA's 60th annual conference, Nov. 25

## *Marguerite....*

"Carol, (...) C'était très touchant et empreint d'amour et de respect. J'étais d'autant plus émue que Jean cherche régulièrement sa maman décédée depuis presque 20 ans de la même maladie que lui... ça faisait écho..."

- Monique, Longueuil, 29 avril 2022

*"Carol, I was delighted to watch your performance last Friday at the beautiful Georges-Dor Library. It was touching, warm, and respectful. I felt even more emotional knowing that Jean still longs for his mother, who passed away nearly 20 years ago from the same illness... it struck a deep chord."*

- Monique, April 29, 2022



"Thank you to Tania Lazuk and Carol Jones for your excellent presentation on the rhythms of care in dementia care and Carol's exquisite depiction of her lived experience with her mother."  
Donna Newman-Bluestein, BC-DMT, Dementia Alliance Action, in Raleigh USA, ADTA's 60th annual conference, Nov. 25

*« Merci à Tania Lazuk et Carol Jones pour votre présentation remarquable sur les rythmes des soins des troubles neurocognitifs, et pour le témoignage touchant de Carol sur sa relation avec sa mère. »*  
Donna Newman-Bluestein, BCDMT, Dementia Alliance Action, à Raleigh EU, 60th conférence annuelle de l'ADTA, Nov. 25

*« Tant que le cœur bat, il y a danse! \* As long as the heart beats, there is dance! »*

# MERCI ! THANK YOU !

CONTACT:

**Carol Jones**  
cjones@lezebrejaune.com  
438-504-0688

**Tania Lazuk**  
lazukt@gmail.com  
514-808-8839

## BIBLIO-VIDÉOGRAPHIE / RESSOURCEMENT

### PRINCIPALES RESSOURCES (sommaire)

#### REFERENCES

Batson G., Migliarese, S. J., Soriano, Ch., Burdette, J. H., & Laurienti, P. J. (2014) Effects of improvisational dance on balance in Parkinson's disease: A two-phase fMRI case study. *Physical & Occupational Therapy In Geriatrics*, 1–10. doi: 10.3109/02703181.2014.927946

Behrer L., (2015). Cognitive plasticity in older adults : effects of cognitive training and physical exercise. *Annals of the New York academy of sciences*. 1-6.  
<https://doi.org/10.1111/nyas.12682>

Dieterich-Hartwell, R. (2024). Interpersonal Synchrony in Dance/Movement Therapy: Neural Underpinnings for Individuals with Dementia. *Journal of Alzheimer's Disease*, 1–6.  
<https://doi.org/10.3233/jad-240239>

Fontanesi, C., & Newman-Bluestein, D. (2024). Dancing through neurocognitive changes: dance/movement therapy supporting caregivers and people living with Alzheimer's and other dementias. *Frontiers in Psychology*, 15, 1504559.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1504559>

Goldstein-Levitas, N. (2016). Dance/Movement Therapy and Sensory Stimulation: A Holistic Approach to Dementia Care. *American Journal of Dance Therapy*, 38(2), 429–436.  
<https://doi.org/10.1007/s10465-016-9221-5>

Guinamard A., Foster N., Clément S., Bégel V., Kotz S., Dalla Bella S., Dellacherie D. (2025). Distinct developmental trajectories shape human sensitivity to rhythms in the environment. Research Square (Preliminary reports) 1-34. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-7086372/v1>

Kshtriya, S., Barnstaple, R., Rabinovich, D. B., & DeSouza, J. F. X. (2015). Dance and Aging: A Critical Review of Findings in Neuroscience. *American Journal of Dance Therapy*, 37(2), 81–112. <https://doi.org/10.1007/s10465-015-9196-7>

Prakash, N., Goodill, S., Sood, S., Vader, D. T., Moore, R. H., Beardall, N., & Shim, M. (2024). Examining the impact of dance/movement therapy on empathy, peer relationships, and cultural self-efficacy in middle school: A mixed methods study. *Social Sciences & Humanities Open*, 10, 100998–100998. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2024.100998>

Ribeiro, M. m., & Fonseca, A. (2011). The empathy and the structuring sharing modes of movement sequences in the improvisation of contemporary dance. *Research in Dance Education*, 12(2), 71–85. <https://doi.org/10.1080/14647893.2011.575220>

Tunçgenç, B., & Cohen, E. (2016). Corrigendum: Movement Synchrony Forges Social Bonds across Group Divides. *Frontiers in Psychology*,  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01737>

**BIBLIO-VIDÉOGRAPHIE | PRINCIPALES RESSOURCES (sommaire)**  
**BIBLIO-VIDEOGRAPHY | PRINCIPAL RESOURCES (summary)**

**SUR LE TERRAIN | FIELDWORK**

**Tant que le coeur bat | *As long as the heart beats***

2020 - 2min 21sec

[Douceurs dansées](#)

**Médiation culturelle | *Cultural mediation***

2016 - 4min 4sec

<https://youtu.be/OYnJSGh0T2o?si=r0da9ooxMgrffWZ>

**DANSE - THÉÂTRE | DANCE - THEATRE**

**Marguerite et ses moments de lucidité (pendant la pandémie)**

***Marguerite and her moments of lucidity (during the pandemy)***

2020 - 2min 38sec

[Marguerite... \(Demo\)](#)

**Marguerite... (chapitre 1) | *Marguerite... (Chapter 1)***

2022 - 20min

<https://youtu.be/nmrwNDGR7TM>

**INFORMATION GÉNÉRALE | GENERAL INFORMATION**

<https://alzheimermontreal.ca/guide-de-ressources-de-la-maladie-alzheimer/>

<https://www.statcan.gc.ca/o1/fr/plus/5374-mois-de-la-sensibilisation-la-maladie-dalzheimer>

[Lignes directrices de pratique clinique canadiennes sur l'évaluation et la prise en charge des symptômes comportementaux et psychologiques de la démence](#)

[Multiplés facettes des troubles neurocognitifs au Canada - 2e Rapport d'étude](#)

[Les chiffres sur les troubles neurocognitifs au Canada](#)

<https://numerique.banq.qc.ca/patrimoine/details/52327/1972470>

<https://iugm.ca/fr/partage-de-connaissances/outils-et-guides/ateliers-de-stimulation-pour-une-sante-cognitive>

<https://grandsballets.com/fr/centre-national-de-danse-therapie/blogue/danser-avec-l-alzheimer/>

**Donna Newman-Bluestein**

<https://danceforconnection.com/dance-for-connection-blog/2024/4/8/what-on-earth-does-dancing-have-to-do-with-people-living-with-dementia>

<https://danceforconnection.com/dance-for-connection-blog/whydance>

**Helen Payne**

<https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9780203641613-2/opening-doors-helen-payne>

**Cecilia Fontanesi et Donna Newman-Bluestein**

<https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2024.1504559/full>

