

Plus qu'un cours de chant, un refuge pour s'épanouir : à Tours, cette association aide les jeunes autistes à trouver leur voix



Sous le regard attentif de la coach vocal Anne-Claire Adèle, Lucas répète son morceau.
© (Photo NR, Jeanne-Esther Eichenlaub)

Par Jeanne-Esther EICHENLAUB

Publié le **21/03/2026** à 20:19
mis à jour le **21/03/2026** à 20:19

À Tours, l'association Alva organise des ateliers de chant à destination de jeunes adultes atteints d'autisme. Loin des regards du monde, ils donnent de la voix pour trouver la leur.

Dans la cour de l'école Buisson-Molière, à Tours, à 18 h 30, les cris des enfants ne sont plus que de lointains échos. L'ombre du soir plane sur l'établissement désert, mais une salle est encore allumée. « Alors, la forme ?, lance Anne-Claire Adèle. On va s'échauffer ! » Un mercredi soir sur deux, la dynamique coach vocal retrouve les apprentis chanteurs, membres de l'association Accompagnement au long de la vie pour l'autisme (Alva).



Avant le début du cours de chant, les échauffements sont de rigueur.

© (Photo NR, Jeanne-Esther Eichenlaub)

« Franchement, moi, c'est ma bouffée d'oxygène »

Ils ont entre 22 et 32 ans et tous sont atteints de troubles du spectre autistique. L'ampli est branché, Martin s'empare du micro et se lance : « Je vais vous interpréter Je suis ton ami de Toy Story, sorti en 1995. C'est une chanson écrite par Charlélie Couture. » Il connaît la chanson par cœur et dès que les premières notes retentissent, il entonne les paroles.

« Leur donner confiance en eux »

Ouvert en 2023, l'atelier de chant prévoit chaque année un spectacle de fin de cycle sur un thème précis. Celui retenu pour 2026 est l'amitié. Le spectacle aura lieu à la salle Raymond-Devos de Monnaie « le 27 juin », leur révèle Anne-Claire Adèle. Chacun à leur tour, les neuf élèves répètent le morceau qu'ils ont choisi. « L'objectif du cours, c'est qu'ils prennent confiance en eux et aussi qu'ils prennent conscience qu'ils peuvent dépasser leurs limites. Ils ont fait des progrès incroyables depuis l'année dernière », se remémore-t-elle.



Toute timidité semble s'évanouir lorsque Lucas prend le micro.
 © (Photo NR, Jeanne-Esther Eichenlaub)

Benjamin, cheveux bruns coupés au carré, se tient droit. Très discret, presque effacé, il se transforme lorsqu'il passe sur scène. Sur le titre de Queen You're my best friend, il secoue la tête au rythme de la guitare électrique, joue avec le fil du micro. Il se donne à fond. Leur coach vocal s'émerveille : « Ils ont le souci de la perfection et ils donnent tout sans filtre. Ça m'apporte énormément de joie de les voir s'épanouir au fur et à mesure, c'est émouvant. Ils s'encouragent mutuellement, ils sont hyper respectueux les uns envers les autres. »



La troupe de chant Alva au grand complet : Martin, Lucas, Benjamin, Hugo, Julia, Valentin, Maxime et Tiburce. Au centre, au premier plan, Arnaud et la coach vocal Anne-Claire Adèle.
 La troupe de chant Alva au grand complet : Martin, Lucas, Benjamin, Hugo, Julia, Valentin, Maxime et Tiburce. Au centre, au premier plan, Arnaud et la coach vocal Anne-Claire Adèle.
 © (Photo NR, Jeanne-Esther Eichenlaub)

Loin du tumulte du monde

Pour ces élèves, le cours de chant est un endroit à part où la bienveillance n'est pas un vain mot. « Ici, il n'y a pas de jugement », témoigne Julia, 25 ans, de sa voix douce. « Et on découvre les talents des autres », renchérit Lucas. « Là, ils sont ensemble, se comprennent et se sentent en sécurité », analyse Anne-Claire Adèle. À Alva, d'autres ateliers sont organisés : théâtre, doublage, mais aussi musique ou slam. Autant d'activités où ces jeunes neuroatypiques peuvent se découvrir et voguer vers leur autonomie.

L'association chapote aussi un dispositif « Habitat » et certains des jeunes présents ce soir-là vivent seuls dans leur propre appartement. Ce soir-là, dans la salle de classe, le cours touche à sa fin. « Franchement, moi, c'est ma bouffée d'oxygène. Eux, ils ne critiquent jamais, ne sont jamais négatifs. Ça me fait une pause mentale par rapport à la société », confie la professeure de chant.