

« La mémoire de la musique est la mieux préservée »

En stimulant tous les centres du cerveau, la musique peut être une aide précieuse dans le traitement de certaines maladies dégénératives.

« Ah, vous êtes là ! On va chanter ? » demande, large sourire aux lèvres, cette résidente de l'Ehpad (établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes) Antoine-Pinay à Julie de Stoutz, musicothérapeute clinicienne qui, chaque semaine, anime des ateliers, individuels ou en groupe.

La musicothérapie, complémentaire de la kinésithérapie, de l'ergothérapie

Car, si la musique adoucit les mœurs assure un vieil adage, elle



Relire le texte de la chanson qu'ils ont écrite avant de retrouver la mélodie. Pas évident quand la mémoire est infidèle. Photo Progrès/Françoise SUTOUR

peut, aussi, être une aide précieuse lorsqu'il s'agit de ralentir la progression de certaines pathologies telles les maladies de Parkinson ou d'Alzheimer. « On utilise la musique pour soutenir le geste. On se sert du plaisir, de la valorisa-

tion de soi qu'elle procure. C'est une béquille qui permet de retrouver peu à peu des automatismes. Elle est complémentaire des exercices de kinésithérapie, d'ergothérapie. Tout se tient. Seules les approches sont différentes »,

explique la thérapeute.

Ce jour-là, Julie a rendez-vous avec Louise, 96 ans, atteinte de la maladie de Parkinson. La vieille dame l'accueille tout sourire par un « Regardez ! J'y arrive maintenant », et amorce un lever de bras sans attendre que Julie ait sorti les accessoires musicaux qui permettront à Louise de retrouver peu à peu la mobilité et les gestes qu'elle a faits tout au long de sa vie : dessiner un escargot, lever le bras, transvaser des perles, pincer les cordes d'un kantele... Des gestes que la maladie a rendus très difficiles. Julie félicite et encourage. Le visage de Louise s'illumine. « Je vais continuer », affirme-t-elle.

Dans une salle du rez-de-chaussée, ils sont six, cinq dames et un homme à la mémoire défaillante. Pour eux, tout à commencer il y a

deux mois par l'écriture d'une chanson dont il s'agit à présent de mémoriser le texte et la mélodie. « La mémoire de la musique est la mieux préservée parce qu'elle stimule tous les centres du cerveau, les émotions, la motricité, la mémoire. C'est un anxiolytique et un antalgique », assure Julie. De fait l'ambiance est plutôt du style potache. Ils se disent bonjour en chantant, s'étirent, font leurs exercices d'élocution, leurs vocalises.

« Bon, on reprend notre chanson ? », demande Julie. Paroles seules d'abord, paroles et musique ensuite. Quelques couacs. Des rires. Et une balade irlandaise pour terminer et faire tomber la pression. « On est presque prêts pour un spectacle ! »

**De notre correspondante
Françoise SUTOUR**