

Quand la musique devient un soin thérapeutique

Forentin, Safaa, Théo et Meriem sont en classe de terminale de sciences et technologies de la santé et du social au *lycée La Sagesse*. Dans le cadre de leurs études, ils ont monté un projet destiné aux personnes âgées.



C'est une obligation dans leur programme : monter ou participer à un projet. Lors du baccalauréat, il devra être présenté lors d'un oral, avec à l'arrivée une note de coefficient de 7. D'où l'importance de celui-ci. Ces quatre lycéens, encouragés par leur professeur Gwendoline Lacobacci, ont choisi de lutter contre l'anxiété que peuvent ressentir les résidents d'un Établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD). Ils ont donc basé leur projet sur la musicothérapie. **Car la musique et les chansons fredonnées dans leur jeunesse peuvent stimuler la mémoire et renforcer le lien social avec les soignants et leur famille.** Le fait de chanter et de se replonger dans des moments agréables de leur vie permet de diminuer un sentiment de solitude et d'anxiété qui peuvent les gagner.

Des chansons pour apaiser

Dans un premier temps, un rendez-vous a été pris avec le personnel de l'EHPAD Barbusse. Un questionnaire leur a été remis afin que chaque résident puisse faire un choix de chansons. Mardi, ils ont présenté celles ayant recueilli le plus de suffrages, sous la forme d'un petit spectacle. Tout le monde a chanté sur du Jo Dassin, Adamo, Michel Delpech... et, quelques-uns ont même fait un petit pas de danse. **Le spectacle s'est terminé par un petit jeu, trouver l'interprète après avoir simplement écouté les premiers accords.**

À voir le bonheur dans les yeux de la majorité des résidents, on peut dire que le pari de nos quatre animateurs a été largement gagné.