

# « La musique ralentit la maladie »

Art-thérapeute musicienne, Thérèse Dewitte anime un atelier musical destiné aux personnes atteintes de troubles cognitifs et à leurs proches aidants, au sein de la plateforme Accord'âges à Baugé.

Recueillis par Agathe LE NUEFF  
redac.beaufort@courrier-ouest.com

## Pouvez-vous retracer votre parcours professionnel ?

**Thérèse Dewitte :** « Je pratique le violon depuis l'enfance. Lorsque j'ai obtenu mon diplôme d'infirmière, j'ai d'abord travaillé en pédiatrie où j'ai découvert qu'on utilisait beaucoup la musique lors des soins. Cet aspect m'a tout de suite intéressée et j'ai décidé de passer un diplôme d'art-thérapie à Tours. Parallèlement, je me suis mise au chant. Depuis deux ans, je travaille en libéral en tant qu'art-thérapeute musicienne. J'interviens dans des maisons de retraite, des instituts médico-éducatifs (IME), auprès de personnes qui souffrent d'un handicap mental et depuis peu, auprès de personnes atteintes de sclérose en plaques à la clinique Saint-Léonard à Angers. »

## Quels sont les bienfaits de la musique sur tous ces publics ?

« Ils sont différents selon les personnes. Pour les jeunes en IME, la musique peut agir sur les troubles du comportement. Pour les personnes handicapées psychiques, elle peut permettre l'expression des émotions. Pour les malades de la sclérose en plaques, par exemple, elle peut apaiser la douleur et freiner la maladie. Je vais adapter ma proposition selon les personnes que j'ai en face de moi, en fonction de leurs capacités, de leurs envies, de leurs goûts... Mais une chose est sûre, la musique leur fait du bien à tous. »

## Et plus précisément, quels sont ses bienfaits sur les personnes atteintes de troubles cognitifs, de type Alzheimer ?

« La musique va provoquer une stimulation cognitive, qui va jouer sur la mémoire et le langage. J'ai souvent rencontré des personnes qui n'étaient plus capables de parler et qui se sont mises à chanter... Elle peut aussi déclencher une résurgence des souvenirs, qui peuvent être joyeux ou douloureux. D'où l'importance d'être accompagné par un thérapeute. La musique est aussi un apaisement, elle permet



**Baugé, espace Anne-de-Melun, mardi dernier.** Art-thérapeute musicienne, Thérèse Dewitte anime un atelier musical destiné aux personnes atteintes de troubles cognitifs et à leurs proches aidants, au sein de la plateforme Accord'âges à Baugé.

aux malades et à leurs proches de se détendre physiquement et mentalement. Elle a aussi un rôle social, car elle permet d'entrer en relation avec les autres. »

## Comment se déroule l'atelier musical de la plateforme Accord'âges ?

« Il s'adresse d'abord à des couples aidant-aidé. Chacun pourra en retirer des bénéfices différents. La séance

commence toujours par un temps d'échauffement adapté aux possibilités de chacun. Il s'agit d'échauffer le corps, de bien respirer, de mettre en disponibilité son corps et sa tête. Il y a ensuite un temps autour des instruments. Je vais proposer de manipuler des instruments qui ne demandent pas un gros apprentissage. L'idée, c'est que nous créons une petite production ensemble. Enfin,

le dernier temps s'articule autour de la voix, et de la chanson principalement. Dans tous les cas, je vais m'adapter aux personnes, à leurs envies. Je vais m'attacher à être au plus près de qui est la personne, sa culture, son histoire, son vécu avec la musique. »

[www.art-therapie-angers.fr](http://www.art-therapie-angers.fr)

## A SAVOIR

## Des places encore disponibles

Convaincu des bienfaits de la musique pour les personnes atteintes de troubles cognitifs, la plateforme Accord'âges propose un atelier musical, destiné aux malades et à leurs proches aidants. « Nous sommes convaincus que cette activité peut se vivre en couple, chacun peut en tirer des bénéfices », indique Magali Audusseau, coordinatrice d'Accord'âges.

« Je suis d'abord venue pour mon mari, mais au bout de deux séances, je me suis rendue compte que moi aussi, j'y prenais beaucoup de plaisir. Rares sont les activités que l'on peut encore faire à deux. C'est une parenthèse agréable dans nos vies », témoigne une participante de la saison dernière, dont l'époux est atteint de la maladie d'Alzheimer.

L'atelier musical animé par Thérèse Dewitte reprend ce mardi 24 mai, de 15 h 30 à 16 h 30 à l'Espace Anne-de-Melun, 11 rue du Docteur-Zamenhof à Baugé. Il se tiendra ensuite tous les mardis jusqu'au 19 juillet inclus, soit neuf séances. La première est offerte, il en coûtera 20 € par couple pour les huit suivantes.

Réservation au 02 41 89 55 10.