

La géragogie musicale, un plus pour les EMS

L'apprentissage de la musique reste possible à un âge avancé et a des effets étonnants: il encourage le bien-être, stimule la perception et la mémoire, et peut largement contribuer à la prévention des chutes.

Texte: **Andrea Kumpe** et **Pascal Zeder**

Christina Volken (à g.) et Sabina Furrer (à d.): « c'est impressionnant les moments uniques que nous vivons ensemble grâce à la musique ».

Photo: Franca Pedrazzetti



La géragogie musicale désigne l'apprentissage de la musique et sa pratique partagée entre seniors. Des enseignant·e·s spécialement formé·e·s peuvent judicieusement compléter le programme existant des EMS. En proposant des offres musicales adaptées aux besoins de l'institution: activités individuelles ou de groupe, cours de chant, de musique, de rythmique et initiation à bas seuil aux instruments de musique – ainsi que des offres intergénérationnelles avec les écoles enfantines ou les crèches locales.

La musique jette un pont entre passé et présent

Il vaut la peine d'investir dans la géragogie musicale: « d'abord, il est prouvé que les coûts des médicaments diminuent. Ensuite, la satisfaction augmente, tant parmi les résident·e·s et leurs proches qu'au sein du personnel. Les soins sont ainsi facilités et l'atmosphère est sensiblement meilleure », souligne Andrea Kumpe, responsable de programme du CAS en géragogie musicale de la Haute école de Lucerne. « Il est réjouissant de voir à quel point les personnes atteintes de démence sont réceptives aux interventions musicales et des progrès musicaux restent possibles, même à un stade de démence avancé. »

Les expériences musicales de l'enfance demeurent enfouies dans la mémoire. Quand les régions cérébrales impliquées dans la mémoire ont subi des lésions, d'autres zones du cerveau prennent le relais. Selon Marc Brand, chercheur émérite à la Haute école de Lucerne, « nous associons les morceaux de musique à des émo-

tions. Jouer de la musique nous permet de revivre le bonheur que la musique suscitait déjà autrefois en nous. La musique jette un pont entre passé et présent. »

Des diplômées en géragogie musicale ont témoigné de leurs expériences au printemps 2023, sur la plateforme d'actualités de la Haute école de Lucerne:

Silvia Fischer est pédagogue instrumentale, géragogue musicale et infirmière. Elle a organisé via l'école de musique un projet intergénérationnel dans lequel les enfants jouent de la musique avec leurs parents et grands-parents. Elle chante aussi régulièrement avec les résident·e·s d'un EMS. Chaque hiver, elle anime des cours « Musique et Mouvement 60+ ». Le bilan est encourageant: « Ça fait plaisir de voir que mon travail apporte quelque chose aux gens. Les participant·e·s aux cours me disent notamment qu'ils souffrent moins de vertiges. »



« Le chant est une source de bonheur partagé. »

Ursula Zihlmann,
géragogue musicale

Souvenirs musicaux malgré la démence

Ursula Zihlmann est infirmière, assistante sociale et géragogue musicale. Elle dirige des cours où elle chante avec des personnes atteintes de démence. Une ex-

périence fascinante selon elle: « Il y a des participant·e·s qui ne parlent quasiment plus mais qui connaissent par cœur des morceaux entiers. » Un jour, un participant m'a réclamé le chant traditionnel suisse « Es wott es Fraueli z'Märit go ». « Il souffrait de démence à un stade avancé. Nous avons donc pris ce morceau et il l'a chanté strophe par strophe, sans jamais s'arrêter! » De tels moments sont très émouvants pour les proches aussi: « le chant procure des instants de bonheur partagé, les proches peuvent parler d'expériences personnelles lors de ces cours et beaucoup sont très reconnaissants de ces occasions d'échange. » ■



Pour en savoir plus:

Les interventions musicales auront d'autant plus d'effet qu'un accompagnement professionnel est en place. La Haute école de Lucerne forme les expert·e·s, en leur délivrant un Certificate of Advanced Studies (CAS) en géragogie musicale. Le prochain cours débutera au printemps 2025 et le délai d'inscription est fixé au 1^{er} octobre 2024.



Andrea Kumpe

Responsable de programme du CAS en géragogie musicale de la Haute école de Lucerne

✉ andrea.kumpe@hslu.ch