



Pilar Garcia

la thérapie par la voix

Je

était une voix jaillissant puissante et cristalline du corps d'un petit bout femme dotée d'une énergie peu commune. A 18 ans elle pose son étui à guitare sur une place parisienne à l'acoustique parfaite. Et chaque jour, Pilar pousse la chanson espagnole et sud-américaine devant un public d'aficionados de plus en plus nombreux.

La journée, Pilar étudie l'art lyrique au conservatoire, les soirs avec ses musiciens elle fait sonner les murs des petits cabarets de la rive gauche. Quand certains rêvent de monter à Paris, elle descend à Marseille. A Port-de-Bouc plus précisément où elle fonde un groupe avec des musiciens gitans surdoués.

Los Farruquitos enflamment les nuits camarguaises. Ils feront la première de Paco de Lucia - l'idole - dans une église à Salon-de-Provence. Moment magique.

Paris lui manque. Elle reprend ses cours salle Pleyel. Une rencontre avec Virgilio Rojas, guitariste paraguayen, qui sera son affectueux complice sur scène, pendant 25 ans et c'est reparti pour une belle carrière.

Mais elle veut aller plus loin, partager autrement la musique qui lui fait tellement de bien. Pili c'est une généreuse, une empathie magnifique.

Elle entend parler de musicothérapie encore méconnue en France. Une formation au CIM (centre international de musicothérapie, première école parisienne)... et c'est la révélation.

"J'ai tout de suite su que ce serait mon métier. Mettre ma voix au service des autres, leur révéler tous les bienfaits de leur propre voix, leur apporter du bonheur, c'était fantastique ! Et depuis 40 ans je vis chaque jour des moments uniques, rares, émouvants. Je me sens privilégiée !"

La suite est résumée dans ces pages. Un tout petit aperçu de ses activités avec les enfants sourds et les personnes âgées atteintes de la maladie d'Alzheimer. Une formation à Paris V jusqu'au DIU pour mieux comprendre la pathologie Alzheimer. Une méthode déployée sur plusieurs années, un film documentaire, **"la mémoire retrouvée"**, des conférences, un livre, puis un second, un nouveau DVD retracent sa passion pour son métier et sa fidélité envers ses patients. Bientôt un album...

Et voilà que **les comptines** de notre enfance font la ronde avec **les mémorines** de l'âge mûr, bouclant ainsi le cycle de la vie avant que la voix prenne une autre voie.

Joëlle Caramella

"J'ai tout de suite su que j'en ferais mon métier. Mettre ma voix au service des autres, leur révéler tous les bienfaits de leur propre voix, leur apporter du bonheur, c'était fantastique ! Et depuis 40 ans je vis chaque jour des moments uniques, rares, émouvants. Je me sens privilégiée !"



LA VOIX NOTRE AMIE POUR LA VIE

Pilar Garcia

Chanteuse - auteur compositeur - musicothérapeute

Aujourd'hui où la communication a battu tous les records de vitesse, entre la télécommunication, la télétransmission, la télémédecine et la robotique... Nous avons négligé notre premier instrument de communication, notre voix, au point de la perdre et de mal l'aimer, de dénaturer notre langage et pire encore, perdre le sens du relationnel !

Une carrière de chanteuse puis une expérience de terrain de 35 ans comme musicothérapeute, spécialisée dans l'art du chant, m'ont conduite à me spécialiser sur la voix comme identité. Sur scène ou dans la rue, en institution comme à l'hôpital, pour l'Opéra de Paris ou la Philharmonie, pour des projets pédagogiques ou artistique, avec les petits comme avec les grands, j'ai choisi la chanson pour accompagner et pourquoi pas, soigner.

Pendant 35 ans, j'ai travaillé avec des enfants sourds, des polyhandicapés, ou des personnes souffrant de troubles psychiatriques. Depuis 2000, je m'implique en gériatrie dans un hôpital à la pointe des traitements non médicamenteux.

Engagée dans cette nouvelle voie, je me spécialise et me forme à Paris V (DIU), afin d'être au plus près des patients. Là encore, les malades atteints de démence Alzheimer démontrent, combien la chanson retrouve sa fonction première : **restaurer la dignité et rester des êtres de communication**. Riche de ces multiples ex-

périences, j'ai créé ma méthode **'éCHO-Muse'** : Agir sur la mémoire, aider à bien vieillir, stimuler le plaisir, préserver la santé et garder le lien.

Pendant une douzaine d'années, j'ai créé et animé **"les rencontres thérapeutiques"** avec des patients souffrant de la maladie d'Alzheimer. Elles ont été des moments de créativité, avec l'écriture collective de chansons d'un nouveau genre : **"les Mémorines"**.

Ce répertoire spécifique, par sa construction donne un nouveau souffle à toute personne vieillissante : on y entend une certaine philosophie, humour, optimisme, douceur, acceptation... une belle



CREDIT PHOTOS CAROLINE PAUX

Les patients disent de leur travail :

« **ce sont des chansons qui nous soignent** »

Répondant à la demande de leurs auteurs, je voudrais que ces Mémorines soient connues du grand public et deviennent aussi incontournables dans notre mémoire collective, que les Comptines.

sagesse. Un témoignage, une vision différente de la vieillesse, qui appellent à la bienveillance. Les patients disent de leur travail : – « **ce sont des chansons qui nous soignent** » Entre 2006 et 2017 : 13 compositions (paroles et musiques) sont nées : **" Chantons pour l'enfant", "Lavieestuntango", "homme-âge", "ici et maintenant", "Merci les amis"...** <https://youtu.be/SoRjZymBFDE>

Autant de titres que j'ai choisi d'enregistrer pour laisser une trace mais surtout pour en faire un outil de travail en **" ateliers Mémoire "**. Répondant à la demande de leurs auteurs, je voudrais que ces **Mémorines** soient connues du grand

public et deviennent aussi incontournables dans notre mémoire collective, que les Comptines.

Démontrer encore et toujours, combien la conscience de la voix est salutaire, son travail **indispensable à la croissance, dans l'éducation, pour le vivre ensemble... pour se sentir « exister »**.



"écHO-Muse & LES MEMORINES"

Une méthode pédagogique révolutionnaire pour les malades d'Alzheimer

Créer un "outil pédagogique", visant à réactiver la mémoire immédiate, de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, c'est le but de la méthode initiale "écHO-Muse©" basée sur la voix. Créée et utilisée avec succès depuis plusieurs années par Pilar Garcia musicothérapeute et membre de l'Association Intervalles, elle a fait l'objet d'un documentaire "La mémoire retrouvée" réalisé en 2005 et d'un manuel pratique publié en 2008, devenus aujourd'hui outils incontournables des professionnels et des familles.

Les patients parlent avec fierté de leurs compositions, ils aimeraient les partager avec leur famille, les garder pour eux, et surtout pouvoir mémoriser le souvenir extraordinaire de cette belle et riche expérience

Dans la continuité de cette méthode, un nouveau projet est né: créer un répertoire de chansons, "les Mémoires" composé conjointement avec des patients atteints de la maladie d'Alzheimer.

La construction de ces chansons restant soigneusement adaptée à l'objectif principal d'"écHO-Muse©" : agir sur la mémoire immédiate.

Pour sensibiliser tout un chacun aux effets de la musique comme ressource et médiateur de la relation, Pilar Garcia témoigne à travers cette action, « **que des personnes même "condamnées" par la maladie restent des êtres de cœur et de communication capables de reconstruire !** »

Des enfants en sont témoins et s'inscrivent dans le projet, apportant aussi leur part de bonheur. • Un groupe de patients Alzheimer volontaire va enregistrer un CD de chansons qu'il aura lui-même écrites et composées, accompagné et soutenu par des voix d'enfants.

Cet album CD sera édité avec son recueil. Il sera suivi d'un documentaire vidéo retraçant les étapes de la créa-

tion des chansons avec les patients, les enfants et le témoignage du guitariste, l'un des musiciens, atteint lui-même de troubles de la mémoire. •

Aujourd'hui, le temps est venu de produire et de diffuser le fruit de ce travail, dont la particularité est une œuvre artistique réalisée au fil des années par les patients eux-mêmes.

Ces derniers se réunissent toutes les semaines pour chanter. Ils partagent leurs souvenirs, "**retrouvent la mémoire**", et inventent leurs propres chansons qui deviennent un véritable outil pédagogique pour eux autant que pour les futurs patients.

Cette mémoire ne peut nous faire défaut car « ces chansons sont sorties de nos tripes!



CREDIT PHOTOS CAROLINE PAUX

REPORTAGE

L'action débute en 2006 elle se passe à l'accueil de jour et à l'hôpital de jour des Magnolias à Ballainvillers, avec des groupes de patients accueillis à la journée de façon hebdomadaire pour des activités et ateliers mémoires. Pilar Garcia pratique une musicothérapie active basée sur la voix comme identité, la voix dans la relation, la voix pour stimuler la mémoire.

Après quelques échauffements, exercices et grimaces, la voix est "réveillée", le corps "s'enracine". Vient alors une phase de créativité grâce aux instruments de musique et l'échange rythmique, laissant place à l'improvisation.

Ici, les émotions apportent à la voix de nouvelles couleurs, les visages s'expriment.

LES MOTS RETROUVENT LEUR SENS, LA BOUCHE SE CONFIE

C'est alors que Pilar invite le groupe à une phase de verbalisation, pendant laquelle, les mots retrouvent leur sens, la bouche se confie. Cette phase est précieuse dans le suivi des patients; la thérapeute prend

des notes pour en évaluer chaque modification tant sur le plan comportemental que relationnel (expressions et fluidités vocales). Sensible à toute forme de réactions et de commentaires émanant des patients eux-mêmes, Pilar propose au groupe de composer ses propres chansons.

Aussitôt, pendant cette première phase d'écriture l'importance de ce travail se fait ressentir. On dresse un tableau, on attrape des marqueurs : on est prêt ! On a bien envie ! On est prêt et pourtant, on ne sait pas par où commencer... On a bien envie, mais c'est très difficile, on n'a pas d'idée, on ne sait plus, on a la tête vide... On n'est pas capable, disent les patients. Pilar encourage, joue de ses "trucs et astuces" qui rassurent et valorisent... puis, avec quelques paroles

Le refrain c'est la locomotive. On y accroche les wagons



réconfortantes et encore beaucoup d'humour, les mots sortent de ces bouches qui ne demandent qu'à parler.
Recueillant ainsi les sentiments, les besoins de dire, de transmettre. La date est notée, et chaque semaine le groupe reprend les notes du précédent atelier. "Les écrits restent" heureusement car chaque semaine... tout est oublié.

«Lorsque Pilar nous propose, avec son tact habituel, de reprendre notre composition, chacun se regarde silencieux, se demandant bien : « mais qu'est-ce qu'elle dit? »
C'est à ce moment-là que cet exercice de mémoire prend tout son sens :

RECONNECTER LES CERVEAUX, STIMULER LES IDEES

Pilar observe, elle remarque l'intérêt de chacun à renouer avec son expérience de la semaine passée. Elle prend soin de reconnecter les cerveaux, de jouer sur les mots, faire des devinettes ou fredonner pour stimuler les idées et avancer sur les textes pour en conserver le sens.

On se remet au travail: "Cherchons un titre" Et aussitôt, les idées fusent.

- Chanson d'Amour ? Chacun a sa version de l'Amour...

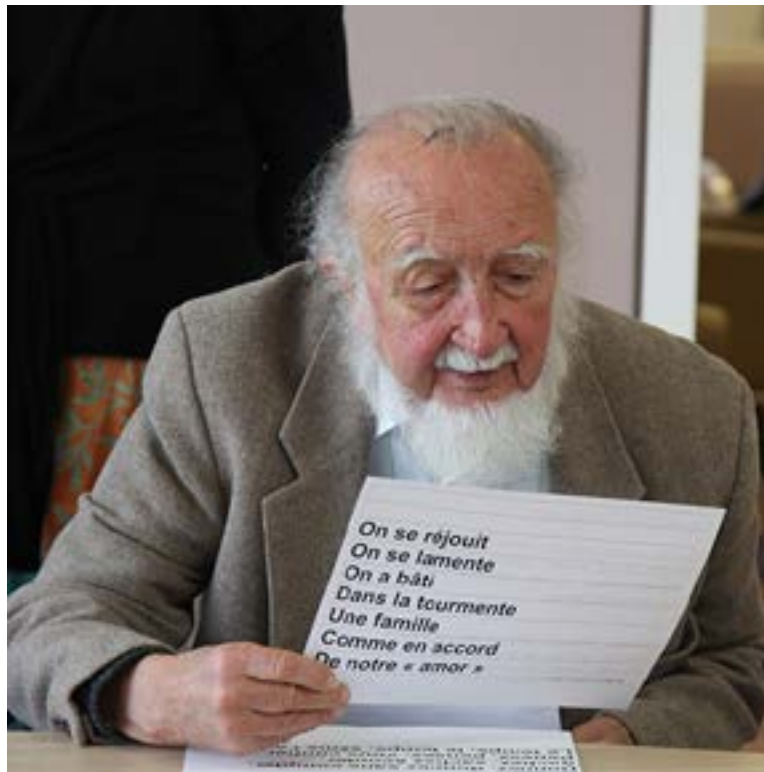
- Chanson relatant la beauté de la nature, ou encore de belles vacances... propose un patient.

La vie, les enfants, les souvenirs ?

Les groupes se sont toujours montrés très à l'écoute lors des compositions, échangeant leur point de vue jusqu'à ce que le résultat leur convienne. Chaque personne a trouvé sa place dans la chanson, et les ateliers ont fait l'objet de grands débats sur l'humanité et autres sujets passionnants.

... ET LA MUSIQUE ?

Quant à la musique, elle s'est créée pendant les moments d'improvisation. Partant d'un rythme sur lequel chacun joue d'un instrument, Pilar chante



CREDIT PHOTOS CAROLINE PAUX

*«Les écrits restent.
Heureusement
car chaque semaine...
tout est oublié.»*

variant très librement son répertoire, depuis la comptine, la chanson populaire, jusqu'à ce que son chant improvisé résonne avec les voix du groupe. C'est alors, qu'un petit refrain se fait entendre...

Le refrain, c'est le point de départ. C'est le petit ver musical qui nous rentre dans la tête et ne nous quitte plus. Le refrain c'est la locomotive. On y accroche les wagons.

Au fur et à mesure des séances, lors de reprise des morceaux, dès que Pilar fredonne, ou décrit le début de la chanson... les mémoires se ravivent et aussitôt les voix s'expriment et les phrases inventées les semaines, les mois ou les années précédentes, se dessinent sur les lèvres.

Pilar les félicite pour leur vivacité d'esprit, validant ainsi leurs efforts dans ce travail. Ils rétorquent aussitôt que cette mémoire ne peut leur faire défaut car "ces chansons sont sorties d'eux-mêmes, de leurs tripes! "

Chaque nouveau patient entrant dans le service, est admiratif devant le travail accompli et s'approprie à son tour le nouveau répertoire. Ceci laisse à penser que "les chansons sont accrocheuses" et pourraient devenir un véritable "outil pédagogique".



DONNER UNE SUITE AU TRAVAIL DE CREATION, ENREGISTRER UN CD

Pourquoi ne pas en faire un enregistrement ?

Décision adoptée à l'unanimité par le groupe de patients ; "chaque rencontre était l'occasion de la remettre au goût du jour, comme si nous n'en avions jamais parlé " précise Pilar. Aussitôt, la même "envie" illumine les visages, le désir surgit et laisse apparaître un vrai besoin de pouvoir graver les chansons sur un album.

Il faut dire que notre groupe est un habitué des planches ! Les "artistes" se sont déjà produits sur scène, invités à La Villette par France Alzheimer National, soutenus et encadrés par les soignants mais également par les familles, témoignant ainsi leur satisfaction et le bonheur de chanter leurs propres compositions.

La vidéo ci-contre en témoigne : <https://www.agevillage.com/actualite-15835-1-Intergeneration-quand-la-musique-permet-la-rencontre.html>

Pendant toute la phase de préparation, les rencontres sont organisées avec le soutien de toute l'équipe d'animation. Les répétitions se font joyeuses et variées grâce aux musiciens invités qui acceptent de

*Cette mixité de
voix
de tous les âges,
donne de jolies
variantes de
couleurs et de
sons, de rythmes
et de cadence,
d'ambiance
et de temps.*

participer. On y rencontre le guitariste, la violoniste et l'ingénieur du son.

Sept morceaux, arrangés par un professionnel sont enregistrés en studio, en une semaine, avec un orchestre soutenu par des voix d'enfants.

Cette mixité de voix de tous les âges, donne de jolies variantes de couleurs et de sons, de rythmes et de cadence, d'ambiance et de temps.

La dernière journée s'achève sur une discussion très riche où chacun exprime ce qu'il a ressenti. "Au-delà du plaisir que nous avons eu de chanter ensemble, cette expérience est une occasion unique dans notre vie." Et une autre de conclure : "Je n'aurais pas cru que j'y serais arrivée, j'ai toujours entendu dire que je chantais faux et pourtant c'est pas mal". Face à ce petit groupe si vivant, l'oeil canaille et la mine réjouie, nous sommes à mille lieux de l'apitoiement, et de la commisération, sentiments trop souvent rencontrés, face à ces personnes âgées.

Les patients parlent avec fierté de leurs compositions, ils aimeraient les partager avec leur famille, les garder pour eux, et surtout pouvoir mémoriser le souvenir extraordinaire de cette belle et riche expérience. Au fur et à mesure de l'avancement du projet, ils expriment à quel point ce travail compte pour eux. Monsieur N. après avoir écouté très attentivement les explications pratiques données au groupe et pris note du premier rendez-vous "Enregistrement", nous exprime l'oeil brillant d'espoir :

— « c'est presque trop beau pour nous! »

Aussitôt Monsieur R. rétorque :

— « Pilar voulez-vous l'embrasser, s'il vous plaît, il a dit très justement ce que nous pensons tous. »



LA VIE EST LA

La vie, est là, Qui vous prend par le bras,
Oh la, la, la, c'est magnifique
 Rien n'est perdu, La chanson court les rues,
Oh la, la, la, c'est magnifique
 De ces années, Il reste les baisers,
Oh la, la, la, c'est magnifique
 Non, rien de rien, Je ne regrette rien,
C'est magnifi i...que.

Les feuilles mortes, et pourtant peu importe,
 Oh la, la, la, c'est magnifique
 Revient le printemps, la vie naturellement,
 Oh la, la, la, c'est magnifique
 Le temps des cerises, à l'oreille nous déguise
 Oh la, la, la, c'est magnifique
 Une chanson douce, Un rythme qui nous pousse.
 C'est magnifi i...que.

La vie en rose, En rime ou bien en prose,
 Oh la, la, la, c'est magnifique
 Les copains d'abord, C'est ça qui nous rend fort,
 Oh la, la, la, c'est magnifique
 Prendre un enfant, Par la main comme le sien, O
 Oh la, la, la, c'est magnifique
 Amant d'un jour, Musique de toujours.
 C'est magnifi i...que.

MERCI LES AMIS

Merci, merci les amis, C'est si beau la vie
 Surtout en votre compagnie, le soleil brille même la nuit.
 Le soleil brille même la nuit.

Refrain :
 Donnez, donnez sans compter,
 Sachez, sachez écouter,
 Pensez, pensez, vous confier,
 Le temps, le temps, sème l'amitié.

L'amitié n'a pas de frontière, par le monde,
 Elle dissipe la misère, forme une ronde.
 L'amitié n'a pas de frontière, par le monde,
 Prend racine dans nos cœurs, ondes profondes

Ce sentiment par tous les temps, on le partage,
 Pourquoi attendre plus longtemps, il n'y a pas d'âge.
 Ce sentiment par tous les temps, on le partage,
 De 7 à 77 ans, et bien davantage.



CREDIT PHOTOS CAROLINE PAUX

HOMME-AGE 2015

REFRAIN :
 D'homme, d'homme, d'homme, d'homme-âge
 Que l'on prenne de l'âge
 N'est-il pas plus sage d'être raisonnable
 D'homme, d'homme, d'homme, d'homme-âge
 Que l'on prenne de l'âge
 N'est-il pas plus sage de tourner la page

L'âge tendre pour apprendre,
 l'âge bête pour faire la fête,
 Le bel âge pour les voyages,
 l'âge de raison cherche sa maison,
 Et l'âge mur, murmure.

On a l'âge de ses artères,
 sur le visage se voient les ans,
 Gardons un bon caractère,
 conservons un cœur d'enfant,
 Laissons passer le temps.

A tout âge l'homme apprend,
 l'avantage de chaque instant
 L'expérience du grand âge,
 alimente le partage,
 Annonçant le passage

L'enfant rêve d'être plus grand,
 le plus grand pour ne pas vieillir
 Pense aux lendemains qui chantent
 regardant vers l'avenir
 Eclairé d'un sourire



CREDIT PHOTOS CAROLINE PAUX

ICI ET MAINTENANT

REFRAIN
 Pourquoi chercher,
 Que sont devenues les fleurs
 Jour après jour,
 Naissent de nouvelles couleurs
 Aujourd'hui,
 Profitons du meilleur
 Sans détour,
 Cultivons le bonheur

Au chant du coq, s'éveillent mes sens
 Bon pied bon œil, la journée m'appelle
 Dans ma bicoque, quelle ambiance
 La cafetière chante, la vie est belle

Allons de l'avant, ici et maintenant
 Les besoins du corps sont prioritaires
 N'attendons pas pour les satisfaire
 Chantons tous en chœur sans regarder l'heure

Ne jamais laisser le soleil se coucher
 Sur une contrariété
 Exister aujourd'hui la santé n'a pas de prix
 Réserver l'avenir aux projets à construire

LA VIE EST UN TANGO 2010

Entrez, entrez, entrez...dans la danse
 Voyez, voyez, voyez... quelle chance
 Suivez, suivez, suivez... la cadence
 La vie est un tango.

Je vais vous raconter l'histoire,
 De l'amour et de ses espoirs
 Et du matin jusqu'au soir
 Graver au fond de ma mémoire

Et dans mon corps
 Elle brûle encore
 Cette passion
 Qui me dévore
 Au fond du cœur
 Comme en accord
 De notre « amor ».

Glissez, Glissez, un pied devant l'autre
 Gardez, gardez, la tête bien haute
 Restez, restez, bien l'un contre l'autre
 La vie est un tango

Je l'ai rencontré en dansant
 Il m'a séduite en souriant
 Je l'ai suivi la vie durant
 Nous avons eu beaucoup d'enfants

On se réjouit
 On se lamente
 On a bâti
 Dans la tourmente
 Une famille
 Comme en accord
 De notre « amor » la vie est un tango





REVUE DE PRESSE

Journée mondiale ALZHEIMER 2017



Des jeunes lycéens viennent chanter pour les patients et résidents des Magnolias

A l'occasion de la 24^e édition de la Journée mondiale de la lutte contre la maladie d'Alzheimer, l'hôpital Les Magnolias a accueilli une trentaine de lycéens pour un spectacle musical auquel se sont joints les patients de l'hôpital de jour et les personnes âgées de l'accueil de jour.

Cette manifestation organisée par l'association Interrelais de Pilar Garcia, musicotherapeute, résulte de la collaboration engagée par celle-ci avec l'Opéra de Paris-Orsay et l'éducation nationale. Après une visite des locaux de l'établissement, les futurs soignants qui sont des lycéens en filière de formation professionnelle ASSP de Paris, se sont produits en salle Laurent devant le public des patients,

résidents, familles, professionnels et bénévoles. Les bienfaits de la musicothérapie, outil thérapeutique souvent sous-estimé, ont été scientifiquement et concrètement démontrés sur lesquels s'appuient les approches complémentaires développées par l'hôpital, sans préjudice de sa politique soignante.

Aujourd'hui, ce sont 900 000 personnes qui sont touchées par la maladie d'Alzheimer, ou autre maladie apparentée. En 2020, on prévoit 1 275 000 personnes souffrant de cette maladie.

Rappelons que l'hôpital gériatrique Les Magnolias est fortement engagé pour la prise en soin des patients souffrant de la maladie d'Alzheimer ou de démence apparentée. Avec 56 lits la quasi-totalité

du plan Alzheimer 2008-2012, il offre filière complète de jour en clinique prise en soin, du diagnostic jusqu'à l'accompagnement dans des lieux de vie adaptés à la plateforme d'aide et de soins engagés dans la philosophie Giuseppe Mazzanti et la détermination de valeurs traduites en volonté de placer la personne âgée au cœur de nos pratiques professionnelles. Dans une dynamique innovante, il développe grâce en partie au Dr Sophie Marchand et grâce aussi à l'hôpital de jour de nouvelles approches complémentaires d'appui sur les dernières avancées des neurosciences. Cette belle démarche intergénérationnelle offre un beau moment de convivialité et de solidarité. Revenons tout particulièrement à Pilar Garcia à l'origine de cette initiative.



Sa pratique et ses compétences appuyées de son expérience et ses formations théoriques, bénéficient de façon remarquable et appréciée aux psychiques des patients accueillis et traités notamment pour les troubles cognitifs et psycho-comportementaux, tant en service de court, moyen et long séjour que sur le pôle ambulatoire.

Dr L.-M. PORCHE
Praticien Hospitalier- Psychiatre
Hôpital Privé Gériatrique des Magnolias
91160 BALLAINVILLIERS

QUELQUES LIENS UTILES

- Article OPERA et vidéo chorale / intergénération Hôpital les Magnolias
<https://www.agevillagepro.com/actualite-2871-1-Pilar-Garcia--musicotherapeute---un-art--une-passion--un-metier--une-pratique.html>

- DUI musicothérapie et Alzheimer : le mémoire
<http://cec-formation.net.pagesperso-orange.fr/musique2.pdf>

- COLLOQUES prise de parole
<https://www.dailymotion.com/video/x3hbmrv>



>> Alzheimer : quand la mémoire flanche, les paroles reviennent

Comme chaque semaine, les patients de l'hôpital gériatrique Les Magnolias, à Ballainvilliers (Essonne), prennent place autour du piano à queue installé dans la salle de spectacle. Accompagnés à la guitare par la chanteuse et musicotherapeute Pilar Garcia, ils entonnent les titres qui ont bercé leur jeunesse. Aussitôt, les visages s'animent, les yeux s'illuminent. Tous se tiennent par la main. Le temps d'une séance, les patients sont éveillés, comme à nouveau présents

à leur propre histoire. « Lorsque la maladie d'Alzheimer vient d'être diagnostiquée, les patients sont encore conscients et dans la phase d'acceptation de la maladie. Ces séances de musicothérapie vont permettre de stimuler leur mémoire et de lutter contre le risque de dépression, détaille le neuropsychologue Hervé Platel. Dans les stades plus avancés, lorsqu'ils deviennent très amnésiques, ces exercices permettent d'améliorer leur humeur, de lutter contre les troubles du comportement et la réalité sur soi-

de médicaments », ajoute Laurer Luquel, médecin chef aux Magnolia. Cette maladie neurodégénérative ne touche pas seulement la mémoire. Les patients présentent également des troubles moteurs à l'origine d'une perte d'autonomie. Exercices de respiration, étirements du corps, travail de la cadence... Durant les séances de musicothérapie, les patients mobilisent l'ensemble de leurs capacités. Ne

TEMOIGNAGES



Madame Garcia depuis mai 2000, a engagé, avec l'hôpital, un véritable travail en collaboration avec nos services divers, médecins, psychologues, soignants et aides soignants. Soit individuellement soit en groupe, madame Garcia accompagne dans une démarche thérapeutique, de nombreux patients de l'hôpital son travail nous donne pleine satisfaction. Je soutiens Pilar Garcia depuis 2004, pour ces nombreux projets pour les projections de ses films, dans ses colloques et autre action publique. Toute l'équipe apprécie particulièrement les qualités relationnelles de Madame Garcia qui a toujours su montrer "un grand savoir faire".

Evelyne Gaussens
Directrice
Hôpital Privé Gériatrique des Magnolias
91160 BALLAINVILLIERS
01 69 80 46 41



CREDIT PHOTOS CAROLINE PAUX



J'emploie Mme Pilar Garcia au sein de mon établissement de Coubert, en qualité de musicotherapeute depuis 2001, ainsi que pour les formations professionnelles du personnel soignant 2012 et encore pour des projets thérapeutiques 2013. Au nom de mon équipe, nous avons beaucoup de satisfactions avec Pilar Garcia, pour ses compétences professionnelles, ses projets innovants, son assiduité, son engagement personnel... et ses qualités de musicienne, très appréciées de nos résidents !

Coubert, le 15 décembre 2019
C.ROGER
Directeur de la Mélod'hier
3 rue Tétrot
77170 - COUBERT



La musicothérapie fait appel une mémoire préservée et accessible



Musique et thérapie de la musique s'agit...
musicothérapie fait appel une mémoire préservée et accessible...
musicothérapie fait appel une mémoire préservée et accessible...
musicothérapie fait appel une mémoire préservée et accessible...

EMOIONS INACTES

Le langage, la musique...
Le langage, la musique...
Le langage, la musique...
Le langage, la musique...



Pierre Lemarquis, neurologue

“La musique est une formidable machine à remonter le temps !”

L'hymne à la mémoire

Réactiver la mémoire avec des chants nouveaux « les mémorines »

MANUEL PRATIQUE

« échO-Muse© » Tome II - Pilar Garcia

De la musique avant toute chose...

Les hindous savent que Shiva a créé le monde en rythmant sa danse avec un tambourin, nos astrophysiciens nous apprennent qu'il s'agissait d'un big bang, d'une déflagration, d'un son primordial. Les dunes de sable chantent, la mer danse et les ruisseaux sifflent, bientôt imités par les oiseaux, tant pour séduire que pour éloigner les adversaires, la déesse Harmonie n'est-elle pas fille de Mars et de Vénus ? Les baleines composent de vastes mélodies qui circulent le long des océans pendant que les souris pratiquent l'ultra son. Les gibbons soudent leur couple en duo et nous ne serions pas là si nous ne pouvions en faire autant, savoir chanter ensemble nous a permis d'être plus unis et plus forts, en témoigne le Haka des All Blacks ou le chant choral. L'homme de Néandertal savait jouer de la flûte taillée dans le fémur d'un oursin; un chant, dans lequel chaque habitant imprimera sa signature vocale, sera transmis aux initiés dans une tribu de Nouvelle Guinée.

Les ritans joueront d'un instrument, violon ou guitare, les six dernières semaines d'une grossesse et les six premiers mois d'une vie pour que l'enfant ainsi sculpté devienne un musicien. Le nouveau-né aura déjà l'accent de sa mère, un cri descendant en Allemagne, montant en France. Les gènes musicaux précèdent les mathématiciens, les littéraires ferment la marche. Nous chantions avant de parler et il n'est donc pas étonnant que lorsque notre cerveau doit lâcher du lest il commence par se séparer de ses derniers acquis, ceux qui l'encombre et sont moins utiles, pour conserver le plus longtemps possible ce qui fait son essence et le socle de son existence. Pilar Garcia sait comment dialoguer avec nos acquis ancestraux, faire jaillir un souvenir au détour d'une chanson, en apprendre de nouvelles avec le cœur, plus solide que la raison, et continuer à créer. Elle ne savait pas que cela était impossible alors elle l'a fait et nous confie ses secrets. Merci mille fois Pilar pour tes enchantements!

Pierre Lemarquis