

# Ressons-sur-Matz : les seniors stimulés, un violon entre les mains



Recevez nos alertes actuelles et activez les à tout moment

J'ACTIVE

Une autre fois

Le Centre social du Ressontois propose une série de cinq ateliers de musicothérapie autour du violon, encadrés par Lydie Moutoumalaya. Le but : lutter contre l'isolement et aiguïser la mémoire et la concentration.

[\(/id720432/article/2026-05-26/ressons-sur-matz-les-seniors-stimules-un-violon-entre-les-mains\)](https://www.courrier-picard.fr/id720432/article/2026-05-26/ressons-sur-matz-les-seniors-stimules-un-violon-entre-les-mains)

Partage :



Première séance de musicothérapie par le violon à Ressons-sur-Matz : les participants découvrent et prennent des conseils de Lydie Moutoumalaya.





Par la rédaction

Publié: 26 Mai 2026 à 11h08 | Temps de lecture: 3 min

Une nouvelle activité a fait son apparition au Centre social du Ressontois, à Ressons-sur-Matz. Un cycle de cinq ateliers de musicothérapie, destiné aux seniors y a débuté, autour de la découverte du violon et de la stimulation cognitive.

Mercredi 20 mai 2026, quelques minutes après leur arrivée, Sylvia, Pierre et Marie-Renée tiennent déjà un violon entre leurs mains, et les premiers sons hésitants résonnent dans la salle, sur les conseils de Lydie Moutoumalaya, violoniste et musicothérapeute. Cette professionnelle intervient dans l'Oise et le nord de l'Île-de-France auprès des EHPAD, résidences seniors, CCAS et centres sociaux. À Ressons-sur-Matz, elle animera cinq séances axées sur la mémoire, la concentration et les émotions. « *Lydie intervient bénévolement dans le cadre du dispositif Monalisa pour lutter contre l'isolement des personnes âgées*, explique Mathieu Dheilly, directeur du Centre social du Ressontois. *Nous avons trouvé intéressant de proposer cela sur notre territoire.* »

## « Des thématiques qui leur parlent »

Initialement envisagé l'an passé, le projet s'est concrétisé cette année, avec quatre personnes inscrites. Parmi elles, Pierre et Marie-Renée, un couple habitant Laberlière et déjà habitué des activités proposées par le centre social. « *Je joue un peu de musique et cela m'intéresse beaucoup*, raconte Pierre, 69 ans. *Ce que j'attends surtout, c'est de découvrir le violon tout en stimulant la mémoire et la concentration.* » À ses côtés, Marie-Renée, 73 ans, voit aussi dans ces rendez-vous une occasion de maintenir du lien social : « *Cela permet de sortir, d'avoir des interactions et de ne pas s'isoler.* »

Avant de commencer, chaque participant remplit une fiche sur son ancien métier, ses goûts musicaux et ses attentes. Une étape importante pour la musicothérapeute. « *Je cherche à coller au plus près de ce que les participants aiment, explique Lydie Moutoumalaya. J'essaie de trouver des thématiques qui leur parlent et qui réveillent des souvenirs.* »

Pour cette première séance, place à la découverte de l'instrument. *« Aujourd'hui, nous allons apprendre à prendre le violon en main et jouer les premières notes, détaille-t-elle. Avec la musique, les violons, mais aussi des cloches et de petites percussions, nous allons travailler la mémoire et les émotions de façon ludique, grâce à des quiz, des énigmes et des petits jeux. Et parfois, nous ferons simplement des pauses musicales pendant lesquelles je jouerai du violon... Il ne faudrait pas non plus attraper une tendinite. »*

Les ateliers se déroulent chaque mercredi de 10 h 30 à 11 h 30 au Centre social du Ressontois, rue de Compiègne. La session complète de cinq séances est proposée au tarif de 70 euros. Le groupe peut accueillir jusqu'à huit participants et les inscriptions restent ouvertes en cours de cycle. Renseignements au 03 44 42 71 10.

**Poursuivez votre lecture sur ce(s) sujet(s) :**

**[Ressons-sur-Matz\(/886621/locations/ressons-sur-matz\)](#)**

---

**Ça se passe aussi à**