

VALENTINE A TESTÉ

L'ÉVASION SONORE

C'est lors de ses visites hebdomadaires dans un home que Géraldine de Radiguès a réalisé combien la perte d'autonomie, le manque de distraction, les journées répétitives, l'attente et la dépendance des autres étaient capables de miner le moral des résidents. En créant le kit « C'est ma vie », cette spécialiste en développement personnel a voulu proposer un moment d'évasion aux personnes à mobilité réduite. L'étui, à 105 euros, est composé d'un casque, d'un cache-yeux et d'un lecteur MP3 (et son chargeur) avec une playlist de 14 morceaux (mais une vingtaine de séquences supplémentaires, à 50 euros, est accessible dans la partie bonus du site Web). Fin d'après-midi, je m'installe sur la méridienne, bien au chaud sous la couette. Je lance la première évasion. Grâce aux paroles précises d'une femme à la voix chaleureuse, je découvre petit à petit un jardin urbain, son potager partagé, les différentes essences, les enfants qui jouent autour, les avions qui passent au-dessus. Dans le noir, chaque son est perçu différemment. On leur accorde beaucoup plus d'importance. La femme porte une attention particulière à détailler tout ce qu'elle observe. Petite déception technique, toutefois: le cordon qui relie le lecteur MP3 au casque est de piètre qualité, et mon oreille droite ne reçoit le son que par intermittence, ce qui est particulièrement dérangent. Le problème se résout quand je change de câble. C'est reparti pour une seconde balade. Cette fois, je suis en bord de mer. J'entends le ressac. J'ai presque l'impression d'avoir les pieds dans l'eau. Je me laisse bercer... par le



PHOTOS: VALENTINE VAN GESTEL

« J'AI PRESQUE L'IMPRESSION D'AVOIR LES PIEDS DANS L'EAU. »

silence aussi. Troisième voyage, j'ai droit à une séance de massage. La voix est tellement douce que... je m'endors ! Je me réveille avec une leçon de valse où le son a soudainement augmenté. La plage suivante me fait pénétrer dans le salon de Géraldine de Radiguès qui accueille le sommelier Eric Boschman et sa gouaille légendaire. Entre leurs bruits de bouche qui « aèrent » le vin, j'apprends que retourner le verre dans le garde-meuble pour éviter la poussière est une erreur grossière car la cavité accueille tous les solvants imprégnés. Good to know. Je réalise en même temps qu'il est bel et bien possible de s'évader par la force de l'esprit. Par les images et les sons qui s'offrent à nous. Cet outil pédagogique a la volonté de reconnecter les personnes avec leurs envies. Pour qu'elles puissent se distraire, mais probablement aussi retrouver ce qui les faisaient vibrer. Une façon de se réapproprier leur vie... Et retrouver une paix intérieure.

VALENTINE VAN GESTEL

www.cestmavie.be
Retrouvez « Valentine a testé »
sur www.levifweekend.be