

# Nicolas PETIT, animateur

## Les artistes de Batignolles



Nicolas PETIT est en charge des animations auprès des résidents de la maison de retraite Les artistes de Batignolles, groupe ORPEA. Il a contribué à l'organisation d'ateliers Cuisine Thérapie© entre octobre 2016 et décembre 2018.

Quels étaient vos objectifs lorsque vous avez fait appel à la Cuisine Thérapie© ?

Lorsqu'Emmanuelle Turquet m'a contacté pour me parler de la Cuisine Thérapie©, j'ai d'abord pensé qu'il s'agissait d'un atelier de cuisine classique. J'ai vite compris que ce n'était pas le cas et qu'une belle part était donnée à la créativité et à la sensibilité de chaque participant. Comme je souhaitais proposer des activités originales et innovantes aux résidents, le concept de Cuisine Thérapie© m'a donc immédiatement intéressé. J'ai d'abord proposé à Emmanuelle de faire deux ateliers tests avec quelques résidents susceptibles d'être intéressés. Au terme de ces deux journées, l'avis des participants était unanime : ils avaient beaucoup aimé faire ces ateliers de cuisine créative ! Emmanuelle intervient à raison d'une séance par semaine car je voulais instaurer une certaine habitude pour les participants, : des ateliers réguliers leur permettent de se sentir à l'aise et en confiance. Une périodicité plus espacée n'aurait pas permis cela.

Quels sont les bienfaits de ces ateliers pour les personnes âgées ?

Ces ateliers permettent aux résidents d'explorer leur créativité et de laisser libre cours à leur imagination. Même s'ils ont souvent du mal à s'auto-complimenter, ils sont en général satisfaits de leur création, ce qui renforce leur confiance en eux. Parce que c'est une expérience vécue collectivement et sur laquelle je communique auprès des familles, la cuisine créative leur permet également de mieux connaître les résidents, de consolider leurs liens avec les aides-soignantes qui ne manquent pas de s'intéresser à leurs créations culinaires mais aussi de partager leur fierté avec leurs proches. Ces ateliers aident enfin les résidents à se concentrer sur une activité, à développer leurs capacités d'attention et les invitent à oublier, ne serait-ce que temporairement, leurs difficultés. C'est pour beaucoup une parenthèse de plaisir

## **Nicolas PETIT, animateur** **Les artistes de Batignolles**

Avec le recul, quels sont les changements notables que vous avez pu observer au niveau des résidents, voire au niveau de la dynamique d'équipe au sein de la maison de retraite ?

Ce qu'il en ressort après presque une année, c'est que les résidents qui viennent de façon régulière sont ravis de participer à cette aventure avec Emmanuelle. Chaque atelier propose un thème différent et les résidents font preuve à chaque fois d'une grande créativité et d'une grande application. Pour les participants plus occasionnels, c'est toujours avec étonnement qu'ils se découvrent des talents créatifs, même si quelques-uns ont du mal à commencer l'activité. Mais grâce à l'aide d'Emmanuelle qui les accompagne au mieux, ils trouvent rapidement de l'intérêt à composer des œuvres à partir de légumes ou de fruits de saison.

Des rituels s'installent (choix du titre, prise en photo des œuvres et du groupe participant, applaudissements à la fin de l'atelier pour se féliciter, etc.). L'atelier est convivial et les participants habitués n'hésitent pas à communiquer et aider les nouveaux résidents. Des livrets de cuisine créative pour les participants réguliers montrent non seulement leur évolution mais surtout la grande variété artistique de chaque résident. On retrouve pour chacun une façon de faire et de composer propre. Comme pourrait l'être la façon de faire d'un artiste peintre ou autre.

La cuisine créative éveille chez les résidents des souvenirs plus ou moins lointains. Même si le travail créatif n'est pas toujours aisé, les participants sont au final enchantés d'avoir pu s'exprimer au travers de compositions avec des aliments. Une exposition de quelques œuvres a été organisée pour montrer aux familles et aux proches le travail effectué au cours de ces ateliers.

Le succès de ces ateliers tient également à Emmanuelle qui sait faire preuve d'écoute et de patience. Elle guide au mieux les résidents pour que chacun puisse passer une heure pleine de convivialité en toute confiance. Ce qui est important pour des personnes fragilisées par la vieillesse et la maladie.