

Des ateliers cuisine pour les seniors de Longny-les-Villages dans l'Orne (61) !

Si manger est un plaisir pour beaucoup d'adhérents de Générations Mouvement, cuisiner les uns avec les autres semble l'être tout autant. Plus que le partage d'un repas, préparer à manger en groupe est très souvent un moyen comme un autre de se détendre, de travailler la mémoire de manière ludique en apprenant de nouvelles recettes mais surtout de garder du lien social et se faire de nouveaux amis proches de chez soi. Et cela, le président [de secteur Générations Mouvement Longny-les-Villages](#), l'a bien compris. En février dernier, il organise avec sa femme Josiane Jouannaux, également adhérente, le premier atelier cuisine du secteur, le premier d'une longue série ! Retour sur cet atelier avec **M. Yves Jouannaux**.



De gauche à droite : Jocelyne SELIN, Jocelyne FLEIN, Annie DELERY, Chantal LEROUX, Jeanine BOMPANI, Josiane JOUANNAUX, Francine HENRIOT, Michel EON, Catherine BLANCHARD, Manuel BLANCHARD

Un premier atelier cuisine sur le thème de la Nouvelle-Orléans

Direction Longny-les-Villages, nouvelle française en région Normandie depuis. Née de la fusion des communes de Longny-au-Perche, Saint-Victor-de-Réno, Monceaux-au-Perche, Malétable, Moulicent, Marchainville, La Lande-sur-Eure et Neuilly-sur-Eure, elle rassemble aujourd'hui un peu plus de 3 000 habitants dont 340 adhérents Générations Mouvement.

Pourquoi vous être tourné vers des ateliers cuisine ?

L'idée était de proposer une activité nouvelle aux adhérents, beaucoup d'entre eux ne jouent pas ou plus aux cartes. C'est pourquoi dans le secteur Longny-les-Villages, nous essayons d'apporter aux adhérents différents types d'animation. Cet atelier est une idée qui m'est venue par hasard, tout le monde aime manger. Je savais qu'il existait des ateliers avec un Chef mais cela n'était pas envisageable pour nous en terme de coût. Il nous tient à cœur de proposer des activités accessibles à tous, nous devons donc prendre en compte les adhérents

qui disposent d'une petite retraite. Aussi, pour ne pas abandonner cette idée, nous avons proposé aux adhérents de mener eux-mêmes cette activité. Ce ne sont plus des cours de cuisine mais des ateliers où l'on vient cuisiner sans pression.

Parlez nous du premier atelier cuisine.

Au programme de ce premier atelier, de la cuisine de la Nouvelle-Orléans. En apéritif, des rillettes de thon au St-Môret et ses verrines de salade de tendres perles aux crevettes, des bricks de thon au curry pour l'entrée, une Jumbalaya pour le plat, une spécialité emblématique de la Louisiane à base riz et diverses viandes, et une tarte à la noix de pécan en dessert.



Pour le démarrage, c'est ma femme et moi-même qui avons choisi la Nouvelle-Orléans comme thème de repas. Notre souhait est de faire voyager gustativement nos adhérents en proposant des recettes du Monde. Par ailleurs, nous savons que certains de nos adhérents vivent seuls, que pour beaucoup la cuisine au quotidien c'est du « vite fait » et que d'autres ne savent tout simplement pas cuisiner. Cet atelier est donc un bon moyen pour eux d'apprendre et de prendre plaisir à cuisiner.



J. Selin & J. Bompani

« J'ai trouvé que c'était très familial et très sympathique. On a pu parler avec des gens à qui on disait uniquement bonjour. Quand on mange avec d'autres personnes ça ouvre l'appétit et c'est différent des plats que nous faisons à la maison ».

J. Selin, adhérente du Club de la joie de vivre à Neuilly sur Eure

« J'ai trouvé ça super, j'étais très contente car quand on est seule, ça fait passer une très bonne journée. J'ai beaucoup apprécié le fait d'être en binôme pour préparer le repas et de découvrir de nouvelles recettes, ça change de tout ce que l'on voit habituellement. ».

J. Bompani, adhérente du Club des amis Longnyciens à Longny-au-Perche

Comment se passe l'organisation en amont ?

Le secteur s'occupe de trouver une salle aux normes pour réaliser cette activité. Nous avons pu mobiliser la salle socioculturelle de Neuilly sur Eure. Par la suite un formulaire d'inscription a été envoyé aux adhérents

pour connaître le nombre de personnes intéressées, 16 pour cette première. Une bonne nouvelle pour le futur de cette activité quand on sait que les ateliers se font par groupes de 8 personnes.

Une fois les recettes sélectionnées et imprimées, le canton se charge d'acheter les ingrédients nécessaires. Par la suite, les frais sont divisés par le nombre d'invités au repas final. Cela permet de diminuer considérablement le coût par personne mais également de partager le repas avec les adhérents des 3 clubs n'ayant pas pu participer à l'atelier.

Quoi de prévu pour la suite ?



Pour le prochain atelier sur le thème de la cuisine mexicaine qui aura lieu le 22 mars 2023, nous souhaitons faire de l'intergénérationnel avec des enfants de CM2. Pour cela nous sommes en contact avec le maire délégué de la commune **M. Jean-Marc Naël**, qui a déjà trouvé 2 enfants intéressés sur les quatre que nous souhaitons avoir pour cette activité. Le 22 mars sera également le « Jour des Anciens » du club. Pour l'occasion pour les enfants offriront leurs gâteaux aux anciens. Un moment convivial nous l'espérons qui pourra se prolonger avec des jeux entre jeunes et moins jeunes.

Pour en savoir plus :

- Retrouvez toutes les activités du secteur sur : <http://gmlongnylesvillages.e-monsite.com/>
- Suivez le secteur sur facebook : [Generations Mouvement secteur de Longny les Villages](#)