



# Activité intergénérationnelle

CAP AAGA 1<sup>ère</sup> année et les personnes âgées de la résidence  
autonomie municipale les Casseaux

BIENVENUE À LA RAM  
LES  
**CASSEAUX**



## ATELIER ART CULINAIRE THÉRAPIE

Avec Laurence LADRAT

à La Résidence Autonomie Municipale les Casseaux



Mardis 4 et 18 novembre 2025



### OBJECTIFS

- découvrir une résidence pour personnes âgées
- rencontrer des personnes âgées et partager un moment convivial pour créer une relation
- échanger avec des professionnels
- mener une réflexion sur sa posture professionnelle
- se préparer à la première PFMP



CAP  
AGAGA  
1ère année  
2025-2026



Merci à Natacha Lissajoux, animatrice à la RAM des Casseaux pour son accueil et son partage.

Polaris  
FORMATION



# **Le corps en action : Mimer les gestes en cuisine**



# Le corps en action : Mimer les gestes en cuisine



**Partageons un moment de création**  
**Art culinaire thérapie**



**Partageons un moment de création  
Art culinaire thérapie**





# *Ce que nous avons appris et que nous voulons retenir*

## 1 Communication

Des personnes âgées ont des difficultés pour prononcer : prendre le temps de les écouter et d'autres n'entendent pas bien, il faut parler doucement et facce à la personne.

## 2 Perte de sensibilité

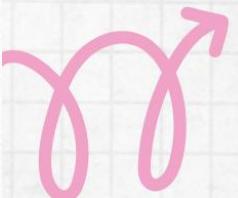
Certaines personnes âgées ont une perte de sensibilité dans les doigts donc le toucher est altéré : le prendre en compte pour accompagner la personnes

## 3 Tremblements

Des personnes âgées tremblent ce qui entraîne des difficultés pour réaliser des activités : laisser le temps de faire et aider si besoin.

## 4 Difficultés pour se déplacer

Des personnes âgées ont des difficultés pour marcher, il faut sécuriser l'environnement et accompagner si besoin.



**Les ressentis des élèves**

Des personnes âgées ont une baisse d'estime de soi, il est important de leur redonner confiance en valorisant ce qu'elles font.

Nous prenons conscience que les personnes âgées sont toutes différentes.

Avoir des idées ensemble, on travaille plus vite à 2, c'est inspirant car on s'inspire les uns des autres.

On a ressenti du bien-être, du bonheur, ça nous a rendus heureux de voir les personnes âgées avec un sourire.

Un bon ressenti mais nous nous sentons en difficulté avec le contact physique avec la personne âgée.

Nous nous sentons rassurer pour partir en stage, cela nous a donné envie d'accompagner les personnes âgées.

**Cela nous a permis de comprendre la relation d'aide et notamment comment aider une personne âgée pendant une activité : être à l'écoute, proposer sans imposer, faire avec la personne.**



Émission . **L'info d'ici, ici Limousin**

## Un atelier de cuisine intergénérationnel à la résidence séniors des Casseaux à Limoges

▶ Écouter (2 min)



Résidents et étudiantes ont participé à un atelier de cuisine thérapie © Radio France - Clara Vincent



**Favoriser l'échange entre générations grâce à la cuisine : c'était tout l'objectif d'un atelier d'art culinaire thérapie organisé début novembre à la résidence séniors des Casseaux de Limoges. Il a réuni résidents et étudiantes du CAP Accompagnement au Grand Age du lycée Polaris.**



<https://www.francebleu.fr/emissions/l-info-d-ici-ici-limousin/un-atelier-de-cuisine-intergenerationnel-a-la-residence-seniors-des-casseaux-a-limoges-7687330>

Le temps d'une matinée, la résidence séniors des Casseaux a reçu la visite de cinq étudiantes du CAP AGA (Accompagnement au Grand Age) du lycée Polaris. Réparties chacune en binôme avec un résident, elles ont participé à un atelier d'art culinaire thérapie. Le but : **favoriser l'échange entre générations autour de la cuisine**. "C'est la première fois qu'on organise l'activité avec des jeunes", explique Laurence Ladrat, praticienne cuisine thérapie. Une pratique qui vise à développer les sens et qui stimule la créativité.

Chaque duo avait à sa disposition différents aliments (fruits, légumes, herbes) avec lesquels ils devaient créer une assiette sur le thème de l'hiver. "L'idée c'est qu'ils s'inspirent de tout ce qu'il y a sur la table, des odeurs, des formes, des couleurs pour créer ce qui leur fait plaisir. "Et **tous les binômes ont plutôt bien fonctionné** se réjouit Laurence : "Ils se sont vraiment nourris les uns les autres. Les jeunes ont découvert leur futur métier d'accompagnement des personnes âgées, et ça a permis aux résidents de revaloriser leur estime de soi, de se sentir utiles."

### Briser les préjugés

Un atelier qui fut aussi l'occasion de briser les préjugés. "Il s'agissait de **casser l'image de la personne âgée qui est en grande difficulté** et qui ne peut pas faire d'activité, soulève Hélène Lacroix-Barseyni, enseignante au lycée Polaris. C'est ce dont s'est rendue compte Louise, étudiante du CAP AGA : "Au début j'étais stressée, j'avais peur de faire des bêtises et d'être jugée, mais au final c'était tout l'inverse."

Ce type d'activité en lien avec l'extérieur, la résidence des Casseaux s'y emploie quotidiennement "**pour éviter l'isolement de nos ainés**", précise Natacha Lissajoux animatrice à la résidence. "Avant, les autres établissements alentour appréhendaient un peu plus de venir chez nous, mais maintenant ils savent que la porte est ouverte !"