

■ L'hôpital de Confolens organise des ateliers pour les proches de personnes âgées ou handicapées ■ Hier, la session avait lieu au restaurant L'Estaminet à Esse.

Les proches de malades mixent un repas de qualité

François GOUBAULT
f.goubault@charentelibre.fr

Depuis deux ans, c'est moi qui fais la cuisine à la maison. Ma femme est handicapée et je prépare tous les repas. Je fais ça à ma façon. En venant là, j'apprends des petites combines et ça me donne de nouvelles idées». Hier matin, Jean-Jacques est venu de Saint-Laurent-de-Céris pour participer à l'atelier pour les aidants qu'organisait le centre hospitalier de Confolens dans les cuisines du restaurant L'Estaminet à Esse.

Avec cinq autres proches ou parents de personnes âgées ou frappées par une maladie handicapante, Jean-Jacques a appris quelques trucs en compagnie d'Anne-Claire Guéry, diététicienne nutritionniste au centre hospitalier, de l'animatrice Béatrice Bonneau et d'Arnaud Géral, le chef de L'Estaminet qui a ouvert en grand les portes de sa cuisine. En 2003, le chef a été sacré vice-champion de France par la Coordination des cuisines collectives grâce à ses techniques de mixage des aliments. Pendant huit ans, il a œuvré dans des maisons de retraite.

«Les recettes que nous élaborons s'adressent aux proches de malades d'Alzheimer, de Parkinson, de



Un aidant joue du mixeur en écoutant les conseils de la diététicienne Anne-Claire Guéry, sous les yeux du chef Arnaud Géral. Photos F. G.

personnes polyhandicapées ou victimes d'un AVC qui ont des problèmes de mastication et de déglutition», rappelle Anne-Claire Guéry, qui propose ces ateliers une fois par mois à l'accueil

de jour de la Maison des Sources, l'Éhpad du centre hospitalier de Confolens. L'atelier d'hier était donc singulier, délocalisé dans la cuisine d'un restaurant réputé du secteur que son patron Nicolas Harduin, séduit par la démarche, avait privatisé pour l'occasion.

Trucs et astuces

«Cet atelier me permet aussi de voir ce que l'on donne à manger chaque jour à maman qui est en unité de soins longue durée à Confolens», témoigne Yvette, qui réside à Mézières-sur-Issoire en Haute-Vienne.

Même si sa mère ne vient guère chez elle, elle a participé activement. Écoutant attentivement, comme Jean-Jacques et les autres, les petits trucs et astuces délivrés par le chef et la diététicienne. «Il faut garder la couleur d'origine des produits travaillés. Elle sert à connecter le visuel avec le goût qu'on va retrouver», explique Arnaud Gé-

Il faut garder la couleur d'origine des produits travaillés. Elle sert à connecter le visuel avec le goût qu'on va retrouver.



Se servir d'une simple poche à congélation découpée comme d'une poche à douille pour remplir les verrines: un des trucs livrés par le chef Arnaud Géral.

ral. Présenter le plat en petite verrine plutôt que dans une assiette où la quantité peut faire peur ou dégoûter, incite à manger». Une fois la cuisine rangée, les ustensiles lavés, les aidants et leurs encadrants sont passés à table pour déguster leurs réalisations: duo de betterave et d'avocat, poisson en sauce, salade de fruits, smoothie de fruits, biscuits façon tartelette, cheesecakes et tiramisu.