

Acigné. Des ateliers pour que les aidants s'offrent du répit

 [Ouest-France](#) Publié le 30/09/2024 à 05h29



Cuisiner ensemble est une façon de rompre l'isolement. | OUEST-FRANCE

C'est à la toute nouvelle maison du voisinage du Temps du regard, qu'a eu lieu mercredi un après-midi réservé aux aidants familiaux avec l'atelier-cuisine d'Agnès. Tartines beurre chocolat, pâte à tartiner maison et barres de céréales, les participantes et la cuisinière se sont régalées après l'effort. « **C'est la première fois que je viens là. C'est un atelier ouvert et j'aime rencontrer des gens. Et puis ce sont des gens qui s'occupent d'un adulte handicapé** », déclare une participante septuagénaire, dont le fils est autiste. « **Je l'ai toujours aidé, mais personne ne m'aide** ». L'atelier cuisine lui permet de « **sortir de ma cuisine pour en faire avec d'autres** ».

Une autre participante découvre elle aussi cet atelier. Elle s'occupe de sa mère atteinte de la maladie d'Alzheimer. « **Apprendre de nouvelles choses, c'est intéressant. Le fait maison, ça me plaît beaucoup** ». Le Temps du regard propose d'autres ateliers pour les aidants jusqu'à la fin de l'année. Les prochains auront lieu, pour la cuisine, le 16 octobre, le 13 novembre et 4 décembre. Pour l'ergothérapie ce sera le 9 octobre, le 6 novembre et le 10 décembre. Horaires : 14 h 30 à 16 h 30. Inscriptions au tél. 06 02 57 56 18. Gratuit.