



MRC DE  
CHARLEVOIX-EST



## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Pour diffusion immédiate

### *ATELIERS DE CUISINE INTERGÉNÉRATIONNELS* **UN PONT ENTRE LES GÉNÉRATIONS POUR CUISINER, PARTAGER ET RENFORCER LE LIEN SOCIAL**

**Charlevoix, le 31 mars 2025** – Dans une démarche de lutte contre l'isolement des aînés et de promotion de la solidarité intergénérationnelle, la MRC de Charlevoix et la MRC de Charlevoix-Est, dans le cadre de Municipalité amie des aînés (MADA), lancent une série d'**ateliers culinaires intergénérationnels**. Ces ateliers, qui réunissent des personnes vieillissantes et des jeunes de 10 à 18 ans, ont pour objectif de créer des moments de partage autour de la cuisine.

#### **Les bienfaits de l'action intergénérationnelle**

Les ateliers de cuisine intergénérationnels s'inscrivent dans une démarche innovante visant à renforcer les liens entre les générations. Ces activités favorisent des rencontres improbables entre jeunes et aînés, permettant de lutter contre l'isolement social des aînés tout en transmettant des savoirs et des traditions culinaires aux jeunes générations. Au-delà de l'aspect culinaire, cet atelier participe activement au développement du tissu social local en créant des espaces d'échange et de convivialité.

#### **Les principaux bienfaits identifiés :**

- **Transmission du savoir** des personnes âgées aux jeunes générations, qui apprennent des recettes traditionnelles et des techniques culinaires.
- **Sentiment de sécurité** et de **confiance** pour les jeunes comme pour les aînés grâce à un cadre respectueux et bienveillant.
- **Estime de soi** et **sentiment de compétences** renforcés chez les participants, à travers une participation active et valorisante.
- **Favorisation de la bienveillance mutuelle** et de **l'implication sociale** en créant des liens durables entre les générations.
- **Renforcement du tissu social** en encourageant la solidarité locale et l'entraide.

### **Faire connaître les popotes collectives et roulantes**

En plus de favoriser les échanges entre générations, ces ateliers mettent en lumière le fonctionnement des **popotes collectives** et de la **popote roulante**, des projets communautaires où les participants cuisinent ensemble pour soutenir les besoins alimentaires des personnes en situation de précarité. L'objectif est de **sensibiliser les participants** à l'importance de l'implication citoyenne et du bénévolat au sein de ces projets collectifs.

### **Engagement des partenaires et pérennité du projet**

Ce projet, qui vise notamment à redonner du sens à la cuisine communautaire, repose sur le soutien à la démarche Municipalité amie des aînés (MADA) des MRC de Charlevoix et de Charlevoix-Est soutenu financièrement par le gouvernement du Québec ainsi qu'à de nombreux **partenaires locaux** et d'acteurs engagés dans la lutte contre l'isolement. Merci **au Club Cardio-Santé de Charlevoix, au Centre de services scolaire de Charlevoix** ainsi qu'**au Développement social intégré (DSI) Charlevoix**. Les ateliers, en plus de leurs bienfaits sociaux et culinaires, contribueront à bâtir un environnement propice à l'engagement et à l'action bénévole, et à créer des opportunités pour la relève des activités collectives.

- 30 -

#### **Source :**

Isabelle Lapierre

[isabellelapierre.mrccharlevoix@gmail.com](mailto:isabellelapierre.mrccharlevoix@gmail.com)

[mada@mrccharlevoixest.ca](mailto:mada@mrccharlevoixest.ca)