

MÉMOIRE & SANTÉ

CONTACT

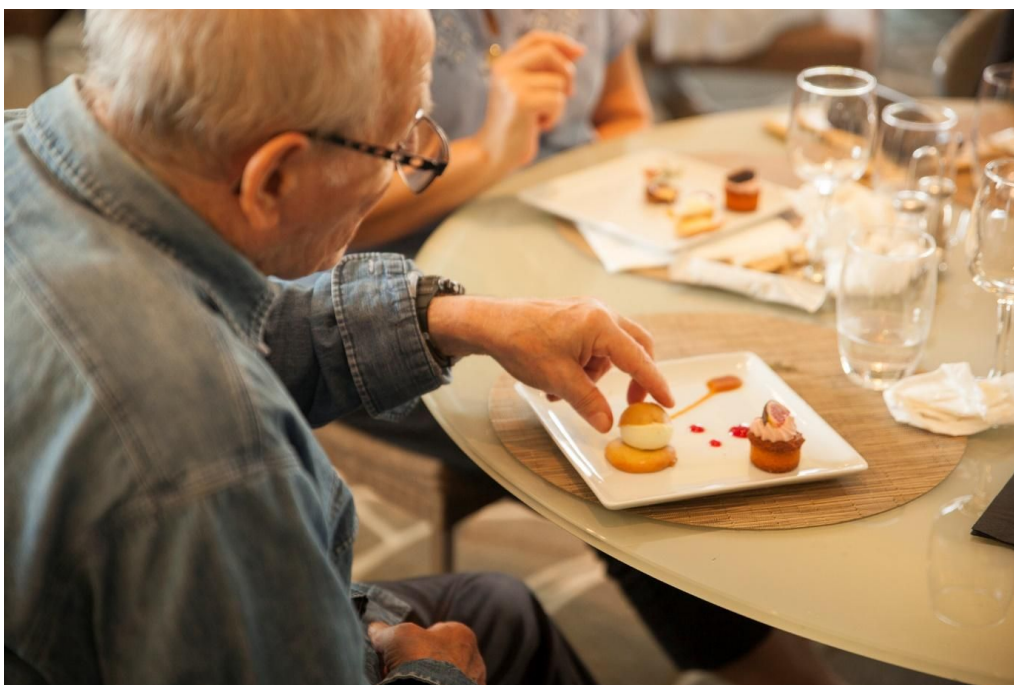
Fabienne VERDUREAU
Chef de projet
+33 6 08 49 36 95

Guy FASANINO
Vice-Président
+33 6 75 97 63 83

www.memoireetsante.com
www.lesansfourchette.com

“LE SANS FOURCHETTE®”

**L'ART DU BIEN VIEILLIR ET DU MAINTIEN DE L'AUTONOMIE
EN RETROUVANT LE PLAISIR CONVIVIAL DE LA GASTRONOMIE**



L'ASSOCIATION MÉMOIRE & SANTÉ

" LE SANS FOURCHETTE ® "

LES TROUBLES NEURO-ÉVOLUTIFS

Avec le vieillissement de la population, les troubles neuro-évolutifs (Alzheimer, Parkinson...) touchent de près ou de loin une part importante et croissante de celle-ci (plus de deux millions de Français). Les maladies neuro-évolutives altèrent considérablement la qualité de vie des personnes malades (perte d'autonomie, changements de comportements, liens difficiles avec l'extérieur). La nature de ces troubles et la stigmatisation de ces maladies écartent progressivement les personnes malades et leurs aidants de la vie sociale. Or selon les experts et le ressenti des personnes malades, leurs sensibilités, ces troubles n'impactent aucunement leurs envies de vivre et de plaisirs qui demeurent intactes.

DES RÉPONSES POUR LES PERSONNES MALADES ET LEURS AIDANTS

Notre association (Loi de 1901 à but non-lucratif) a pour objectif d'apporter des réponses pratiques, adaptées aux personnes souffrant de pathologies graves de la mémoire qui engendrent l'isolement social et ont des répercussions majeures pour elles et leur entourage.

Des professionnels et des bénévoles, forts de leurs expériences et de leur vécu auprès de personnes malades et de leurs accompagnants, ont réuni leurs compétences pour venir en aide et répondre de manière adaptée aux besoins de ce public. Ils se mobilisent pour développer des projets innovants, adaptés et visant un objectif global pour ces personnes de : **maintenir leurs santé, bien-être et qualité de vie**. L'association Mémoire & Santé est également commanditaire de travaux de recherche universitaires pour nourrir et étayer ses réflexions.



" LE SANS FOURCHETTE ®" LA BOUCHÉE GASTRONOMIQUE

UNE SORTIE AU RESTAURANT VALORISANTE



Fabienne VERDUREAU est orthophoniste, neuropsychologue et est au quotidien à l'écoute des aspirations de ces personnes malades et de leurs proches. Avec un ami restaurateur, Richard LEPAGE, ils ont pensé et lancé au service de l'association MÉMOIRE & SANTÉ, **un projet innovant, "LE SANS FOURCHETTE ®"**. En effet, ce projet s'inscrit dans une volonté d'offrir des sorties gastronomiques pour les personnes malades, accompagnées de leurs proches et aidants.

Leur décision d'agir a été notamment motivée par **les demandes de couples** (un malade, l'autre aidant) qui expriment leur **souffrance** d'être "**injustement privées**" de telles sorties. Ce mal être, engendré par leur **handicap**, leurs **craintes** du regard des autres. Une situation qui rend leurs sorties inconfortables dans les lieux où on leur fait sentir leurs différences.

En plus des problèmes mnésiques courants, les personnes malades peuvent en effet éprouver des difficultés à se nourrir de façon autonome dues à leurs difficultés à utiliser des couverts.

ACCUEIL & GASTRONOMIE



Un repas **LE SANS FOURCHETTE**® est un projet où l'handicap n'est plus une différence. Il s'articule autour d'un accueil, d'un service de qualité et de mets, préparés à la bouchée.

L'objectif étant d'adapter au mieux l'offre, un soin particulier est accordé pour garantir à tous un **accueil et un service de qualité**. L'organisation de la salle du restaurant et le cadre agréable créent les conditions d'un **bien-être partagé** et d'une ambiance chaleureuse, bénéfiques pour tous. Les tables sont dressées avec soin avec de belles nappes et des serviettes en tissus, des verres et assiettes soigneusement disposés. Une seule particularité, il n'y a **aucun couvert**.



Ce projet est permis par des partenariats avec des professionnels de la restauration, sensibilisés aux handicaps invisibles des maladies neuro-évolutives. Cette sensibilisation est principalement diffusée auprès des jeunes restaurateurs en apprentissage et des professionnels volontaires, afin de **conduire un changement en profondeur et permettre l'intégration du handicap dans la société**.

Le menu complet (entrée, plat, dessert) se compose de savoureuses **bouchées gastronomiques dégustées sans couvert**.

En effet l'usage de la **pince naturelle "pouce-index"** reste durablement acquise chez les personnes malades à la différence de l'utilisation des couverts qui peut s'altérer et s'avérer complexe. Manger avec ses doigts une **bouchée spécifiquement conçue pour**, avec géométrie et tenue mécanique adaptées est désormais **accessible à tous**. Cette aisance gestuelle facilite la prise d'aliments. **Simple et propre**, manger avec ses doigts recentre le repas sur le **plaisir gustatif**. L'esthétique soignée aiguise les appétits et les assiettes sont rapidement vidées !

Des mets de la Gastronomie Française sont ainsi revisités dans une forme créative, inédite et appétissante. **Un défi inhabituel et motivant pour les cuisiniers, des apprentis aux chefs étoilés !** Il s'agit alors d'élaborer un menu festif, gastronomique et *"faire vivre un authentique moment en famille"*, comme l'explique le restaurateur Richard LEPAGE.

Partager régulièrement un **plaisir gourmand** permet de maintenir un **lien social** avec le monde extérieur. Les experts de la mémoire nous rappellent que les souvenirs les plus forts s'ancrent dans le ressenti.

La préhension manuelle permet de ne pas stigmatiser et mettre tout les convives sur le même pied d'égalité.



En dépassant les idées reçues sur la maladie et les personnes malades, "LE SANS FOURCHETTE®" permet ainsi d'effacer le ressenti des craintes d'individus quant à leurs différences.

Renouer avec le plaisir d'**aller au restaurant** redonne du bien-être et génère des comportements apaisés, des sourires et de la sérénité. **Une ambiance et des comportements très différents des repas habituels**, selon les aidants et soignants. Ce moment privilégié redonne ainsi à tous l'envie de sortir et venir se régaler au restaurant.

LES RESULTATS



Engagé depuis 8 ans couronnés de succès, le projet “Le Sans Fourchette®”, répond à la problématique du "favoriser le lien social, les liens de proximité, l'innovation sociale et lutter contre l'isolement", enjeu du Plan Maladie Neurodégénératives 2014-2019.

L'association participe activement au réseau Social Sciences for Dementia par des initiatives citoyennes et associatives auprès des personnes atteintes de maladies neuro-évolutives, leur permettant ainsi d'intégrer le handicap dans la société.

- **Plus de 1200 convives** personnes malades et aidants, accueillis, satisfaits et désireux de renouveler ce type de sorties, grâce à l'organisation de **25 opérations pilotes** entre 2010 et 2018. Leurs témoignages nous confortent dans l'idée qu'une telle démarche contribue à l'amélioration de la qualité de vie de tous.

- **7 lycées hôteliers, 400 élèves futurs restaurateurs sensibilisés, 60 professeurs** ont été sensibilisés au cours d'un processus de formation se terminant autour d'un repas. Cette démarche intergénérationnelle a montré la capacité des restaurants d'application des établissements à recevoir des groupes de personnes malades et leurs aidants, en leur offrant un moment de plaisir gastronomique auquel ils aspirent tous.

- **Une dizaine de chefs volontaires dont 3 "étoilés"** ont travaillé sur le projet. Pour citer des exemples, le 13 novembre 2017, le château de la PIOLINE (Aix-en-Provence) a servi un déjeuner gastronomique pour 125 convives, composé et réalisé par quatre chefs étoilés : Pierre REBOUL, Mickaël FEVAL, Jérôme FAURE et Richard LEPAGE.

Parmi nos dernières réalisations citons : Le restaurant « Terminal #1 », des chefs Jacques et Laurent Pourcel, qui nous a ouvert ses portes dans le cadre de la semaine de la mémoire, organisée par l'Observatoire B2V à Montpellier, le 21 Septembre 2018, journée mondiale Alzheimer, aux côtés de France Alzheimer Hérault et avec le soutien de la Fête Nationale de La Gastronomie “Goût de France”, ainsi qu'un magnifique déjeuner pour plus de 160 convives au “Train Bleu” à la gare de Lyon le 3 Décembre.

LES PERSPECTIVES

Grâce aux nombreux échanges menés avec les professionnels de la restauration, les premières réflexions et expériences font apparaître que “Le Sans Fourchette ®” est viable et intéressant à développer pour ce segment de clientèle spécifique.

Les acteurs de l’association MÉMOIRE & SANTÉ souhaitent désormais engager une phase de déploiement et de généralisation du concept. Un maximum de personnes concernées par ces troubles neuro-évolutifs doivent pouvoir bénéficier des bienfaits de ces sorties gastronomiques dont elles sont jusque là injustement privées.

Les axes d’actions s’articulent autour de :

- Déployer largement la formation / sensibilisation des futurs restaurateurs, en visant progressivement l’ensemble des lycées hôteliers et des CFA au moyen de modules ou de projets pédagogiques intégrant le vieillissement et la dépendance croissants de la population vieillissante. Pour cette jeune génération, il s’agit de dé-stigmatiser les handicaps liés aux maladies neuro-évolutives, et de pérenniser ces sensibilisations, avec un passage de relais aux établissements de formation.
- Développer un Label " LE SANS FOURCHETTE ® ", en coopération avec les professionnels de la restauration, pour diffuser chez les restaurateurs volontaires les bonnes pratiques, en garantissant une éthique d’ouverture au handicap invisible, un état d’esprit de qualité de l’accueil et de service, et le savoir-faire de la bouchée ergonomique contenant les meilleurs extraits de la gastronomie française.
- Multiplier, grâce à des partenariats avec un maximum d’associations et d’organismes concernés, la sortie au restaurant pour tous afin de rompre l’isolement, créer des rencontres, des échanges et de l’attention, bénéfiques aux personnes malades et à leurs aidants
- Impliquer toutes les générations dans un élan partagé à chacune de nos réalisations afin de réussir ensemble un changement durable.

Cette orientation inclut une étude sociologique de la perception du vieillissement et des personnes âgées par les plus jeunes afin de mieux comprendre comment mettre du lien entre ces générations.

Des travaux de recherche universitaires (Master 1 en Sciences Sociales Appliquées à l’Alimentation) commandités par Mémoire & Santé sont actuellement en cours à L’ISTHIA de Toulouse, afin d’étudier les représentations autour du “manger main” et d’identifier les freins et les leviers pour développer le “manger-main” notamment via les enseignements professionnels de la cuisine.

AUTOUR DU "LE SANS FOURCHETTE®"

PARTENAIRES



AG2R LA MONDIALE



Institut Supérieur du Tourisme
de l'Hôtellerie et de l'Alimentation



PROVENCE
TOURISME



RESTAURATEURS ET LYCÉES PARTENAIRES



COMMUNICATIONS

L'association MÉMOIRE & SANTÉ était présente avec son projet phare " LE SANS FOURCHETTE ® " sous plusieurs formes de participation : avec un stand, pour une présentation à la tribune, participation à des tables rondes ou à des poster sessions aux congrès et salons suivants :

- 23 septembre 2018 - Journée Mondiale Village Alzheimer , Place de la bastille de Stalingrad PARIS
- 3 mai 2018 - Journée de travail sous l'égide du Plan Maladies Neurodégénératives "Des initiatives concrètes pour une société sensibilisée et accueillante vis à vis des personnes en situation de handicap cognitif" - Ministère des solidarités et de la Santé - PARIS
- 27 - 29 Janvier 2018 - FOOD IN SUD - salon professionnel de la filière du Grand Sud - MARSEILLE
- 13 - 14 Décembre 2017 - Congrès National des Unités de Soins Alzheimer PARIS
- 6 Octobre 2017 - Journée Nationale des Aidants MARSEILLE
- 7 Mars 2017 – Communication à la Fondation Médéric Alzheimer PARIS

RECONNAISSANCES ET SOUTIENS

2012 - Fondation Médéric Alzheimer - 1^{er} prix " Initiatives Locales Donateurs "

2013 - Fondation de France - " Vivre ses Choix, Prendre des Risques "

2014 - Klésia - Prix " Accompagnement Handicap "

2017 - Nomination aux trophées de la Silver Economie

2018 - Fondation des Petits Frères des Pauvres -

**Prix "Cultiver le lien intergénérationnel : se rencontrer, échanger, faire ensemble"
& Prix "Coup de coeur"**

2017 & 2018 - Soutenu par le Commissariat Général

Fête de la Gastronomie Goût De France (Ministère de l'Economie et des Finances)

UNE ÉQUIPE MULTI-COMPÉTENCE

AUTOUR DE PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ ET DE LA RESTAURATION

RÉUNIS DANS L'ACTION LE SANS FOURCHETTE ®



Emmanuelle LAURINE, Présidente de l'association, docteur en neurosciences, PHD, chercheur basée à Londres, Lauréate prix Recherche France Alzheimer et maladies apparentées 2002, supervise toutes les actions.



Fabienne VERDUREAU, Chef de projet, est maître d'œuvre de toutes les actions "sur le terrain" et leader des innovations psychosociales. Elle s'appuie sur sa double formation en Neurosciences et en soins (neuropsychologue et orthophoniste).



Richard LEPAGE, retraité, ancien Hôtelier et Restaurateur au Grand Puech à Mimet, diplômé de l'Ecole Hôtelière du Touquet, a forgé son expérience de Maître d'Hôtel auprès de Bernard Loiseau, Georges Blanc et Gérard Passedat du "Petit Nice". Formateur de futurs hôteliers à l'Ecole Hôtelière de Marseille, il assure le lien avec le monde de la restauration.



Guy FASANINO, bénévole retraité, ex Dirigeant de GrDF et GRTgaz (filiales du groupe ENGIE), ingénieur civil des Mines, est vice-président et trésorier de l'association, il conseille et assiste la Chef de Projet, et gère les affaires courantes.

Stéphane PERNIN, est également professeur en Hôtellerie-Restauration, au Lycée de la Méditerranée – La Ciotat. Passionné de Gastronomie, habitué des restaurants primés (Gault et Millau et Michelin), il transmet son savoir et sa passion issus d'une riche expérience professionnelle auprès de grands chefs de la Gastronomie Française.

Bernadette CYR, enseignante retraitée, et **Anne DIGENNARO**, infirmière retraitée, bénévoles impliquées toutes deux dans des associations d'aides aux aidants, participent à la préparation et à la réalisation des actions.

Claire JOURNOU et **Marie-Hélène MISTRES** renforcent les équipes depuis 2018 sur l'administratif et l'organisationnel des évènements "Le Sans Fourchette ®".

Les Photographes, **Arnaud PEDERSEN** (diplômé d'Icart Photo) et **Vincent VERDUREAU** (diplômé d'Icart Photo et de l'école des Gobelins) participent aux événements, et assurent la communication.

Ces personnes sont ou ont toutes été touchées par la maladie neuro-évolutive d'un proche.

IMAGES ET MEDIAS

Plusieurs articles ont paru dans la presse locale LA PROVENCE à l'occasion de déjeuners gastronomiques " LE SANS FOURCHETTE ® " (30 Mars 2012, Octobre 2016, 26 Mai 2017, 1^{er} Février 2018).

Des diaporamas et vidéos réalisés lors d'évènements sont visibles sur nos sites internet et nos pages Facebook :

<https://lesansfourchette.com/>

<http://memoireetsante.com/>

Facebook : @MemoireEtSante

CONTACTS

association.memoireetsante@gmail.com

Association MEMOIRE ET SANTE

58 Bd Notre Dame, 13006 MARSEILLE

Téléphone : 04 91 33 69 73 – 06 08 49 36 95