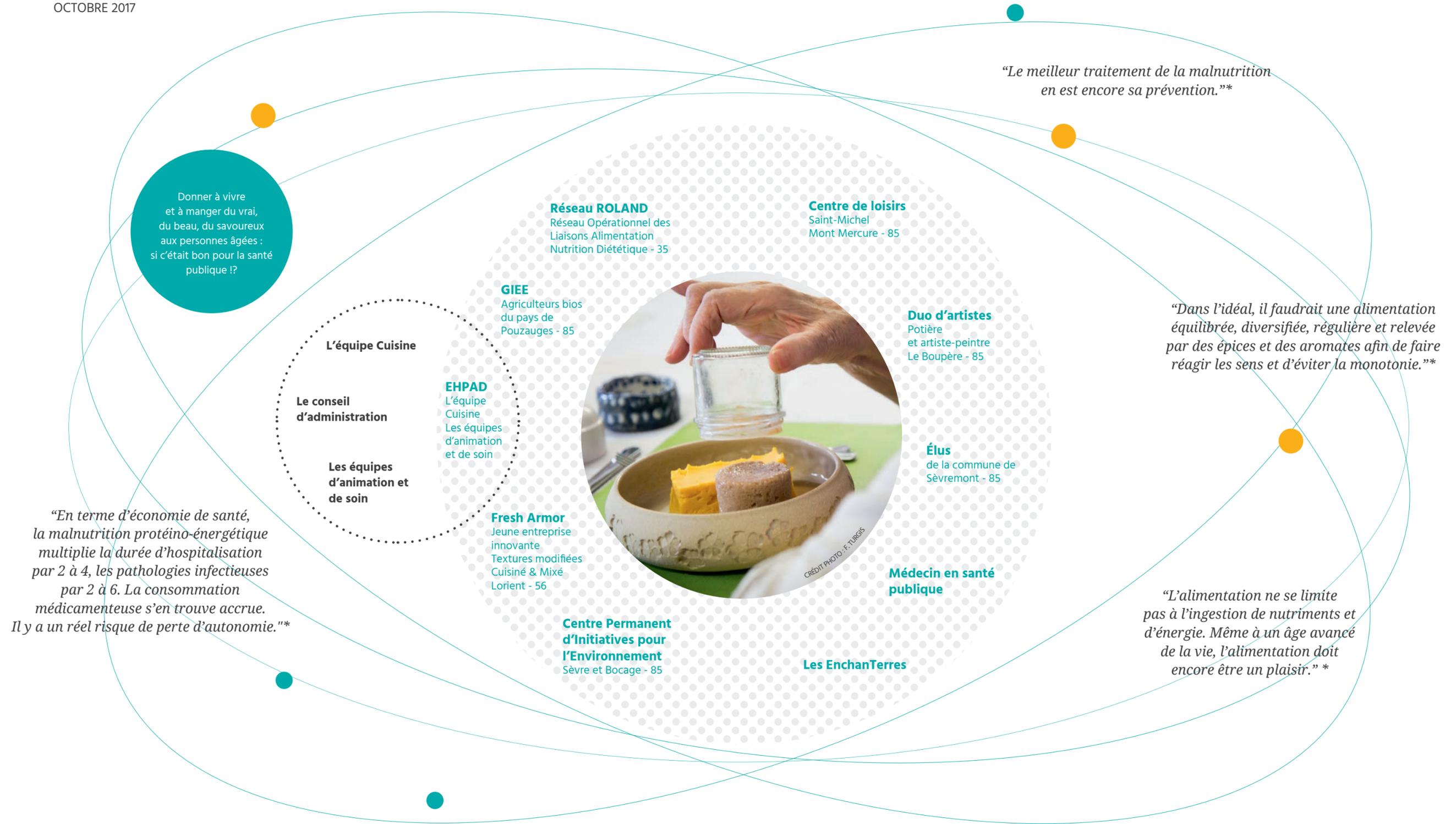


*Ce qui est beau au regard,  
doux au toucher,  
bon au goût,  
est-il bon pour le cerveau ?*

RECHERCHE-ACTION PLAISIR DE VIVRE ET NUTRITION DES PERSONNES ÂGÉES

Le corps a des mémoires que la raison ignore. Alors quand le cerveau fatigue, que les neurones s'embrouillent ou que les souvenirs s'effacent, pourquoi ne pas s'en remettre un peu plus aux sens, compenser ce que le cerveau n'analyse plus par ce que le corps continue de ressentir ? Donner à voir, à toucher, à goûter, stimuler les sens et tout ce qui aide à rester "au contact", pour garder les pieds sur terre, encourager l'autonomie par l'envie d'être vivant, telle est l'hypothèse de départ de l'expérimentation menée lors de la semaine du goût auprès d'un panel de résidents séniors en maison de retraite.

Semaine du Goût - EHPAD Notre Dame de Lorette  
Commune de Sèvremont - Pays de Pouzauges  
OCTOBRE 2017



\* ISABELLE RABAULT - EXTRAITS DU MÉMOIRE DE L'ÉCOLE DES HAUTES ÉTUDES EN SANTÉ PUBLIQUE - 2008 / COMMENT MESURER ET AMÉLIORER L'ÉTAT NUTRITIONNEL EN EHPAD ?

*Le temps du repas,  
un des derniers -premiers- plaisirs de la vie*



Des saveurs et des couleurs dans les menus que **Bernard, le chef de cuisine de l'EHPAD** a concoctés avec son équipe pour ses résidents lors de la semaine du goût du 9 au 15 octobre 2017. Il a aussi pris soin de commander sa viande auprès d'un agriculteur bio du GIEE local. Tout est cuisiné sur place pour les 90 résidents, mais aussi la micro-crèche, les scolaires et le portage de repas à domicile, soit 450 repas le midi et 100 le soir. Un crédo : du local et du frais dès que possible !



**Pascal, directeur de l'EHPAD**, éclaire l'expérimentation de ses préoccupations pour l'avenir : augmentation de la dépendance liée au vieillissement, formation du personnel, difficultés de recrutement... Pour lui, la bienveillance avec les résidents passe par l'impérative nécessité d'être en compétences et effectifs constants.



**Pierre, responsable hôtelier et formateur** au sein du réseau **ROLAND** présente aux équipes cuisine et soignants le "manger-mains" pour retrouver le plaisir de manger, redonner de l'autonomie et lutter contre la dénutrition quand on ne peut plus tenir ses couverts comme les autres.

**Réseau ROLAND**  
Réseau Opérationnel des Liaisons Alimentation Nutrition Diététique - 35

**GIEE**  
Agriculteurs bios du pays de Pouzauges - 85

**EHPAD**  
L'équipe Cuisine Les équipes d'animation et de soin

**Fresh Armor**  
Jeune entreprise innovante Textures modifiées Cuisiné & Mixé Lorient - 56

**Centre Permanent d'Initiatives pour l'Environnement**  
Sèvre et Bocage - 85



**Laurent, chef cuisinier et Uriell**, créateurs de la jeune entreprise **Fresh Armor** testent leurs viandes Cuisiné & Mixé, des plats à texture modifiée pour des repas adaptés aux personnes dysphagiques, à base de produits issus de filières locales de qualité.



**Ingrid, animatrice à l'EHPAD** stimule l'envie et cultive la joie de faire auprès des personnes âgées. Ateliers "mains à la pâte et retour à la terre" avec **Adélaïde la potière** puis avec **Laurent, cuisinier créatif**, les séniors et les enfants du centre de loisirs.



**Centre de loisirs**  
Saint-Michel Mont Mercure - 85



**Duo d'artistes**  
Potière et artiste-peintre Le Boupère - 85



**Adélaïde, potière**, crée de la vaisselle autour des sens et du sens pour cultiver la mémoire, stimuler le toucher, ouvrir l'appétit des résidents et sensibiliser les familles et l'entourage sur le sujet tabou du "Manger-mains".



**Alexandre, artiste-peintre**, recompose le bocage pour nourrir la mémoire, à partir des éléments de lecture du paysage proposé par **Laurent, directeur du CPIE Sèvre et Bocage**.



**Isabelle, médecin**, auteure d'un mémoire sur la mesure et l'amélioration de l'état nutritionnel des personnes âgées, accompagne l'expérimentation pour des éclairages thérapeutiques et pratiques autour des questions de dénutrition des personnes âgées, du plaisir de manger et du recours aux sens pour préserver l'appétit et entretenir l'autonomie.

**Élus**  
de la commune de Sèvremont - 85

**Médecin en santé publique**



**Laurence, conceptrice de la recherche-action pour Les EnchanTerres** orchestre, croise et assemble-compétences, talents et expériences pour mieux révéler les besoins, les solutions nouvelles et les opportunités de faire évoluer les pratiques dans le sens du maintien de la vitalité des personnes comme des territoires.

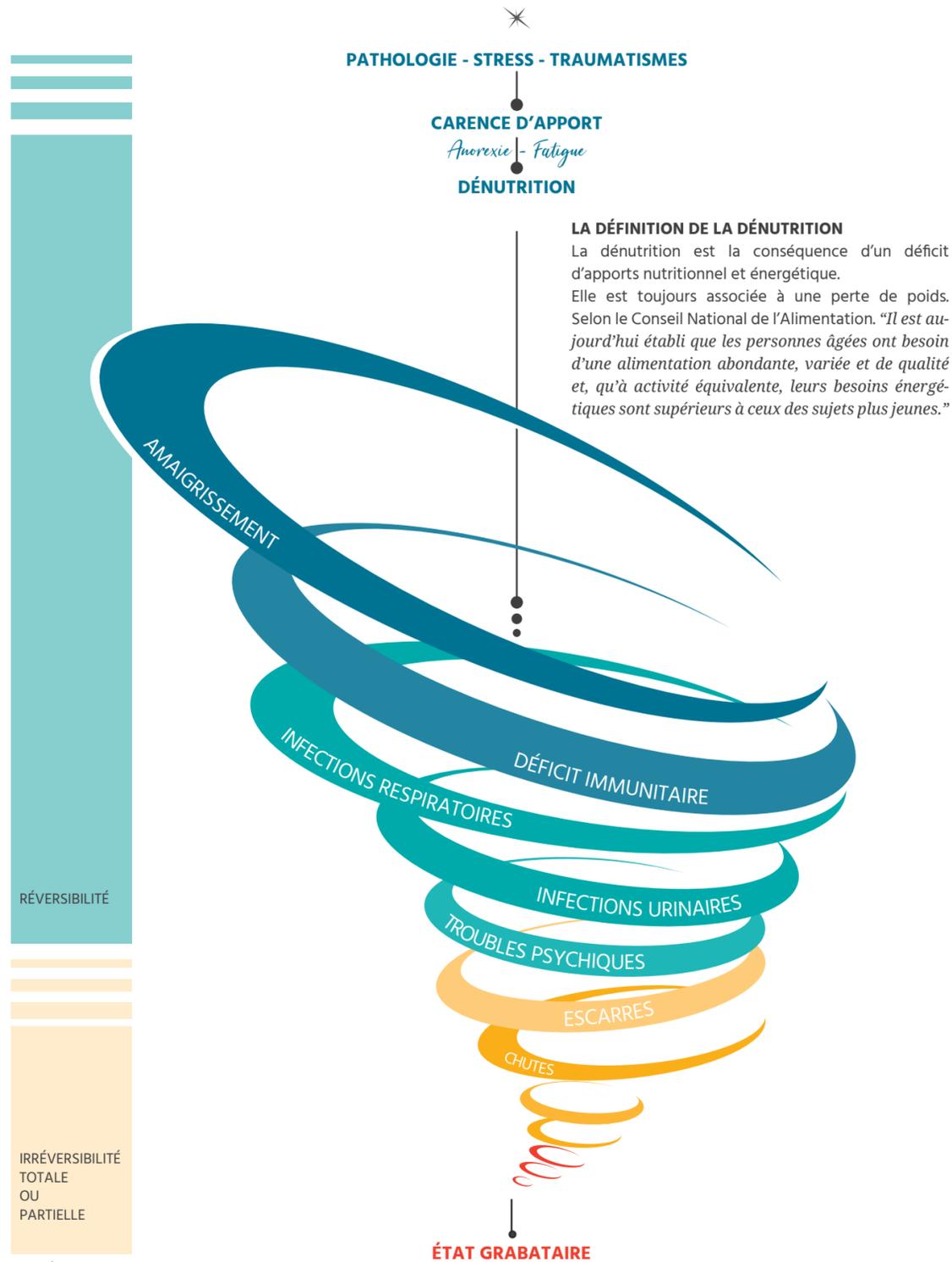


CRÉDIT PHOTO : F. TURGIS

**Les EnchanTerres**

## La spirale de la dénutrition\*

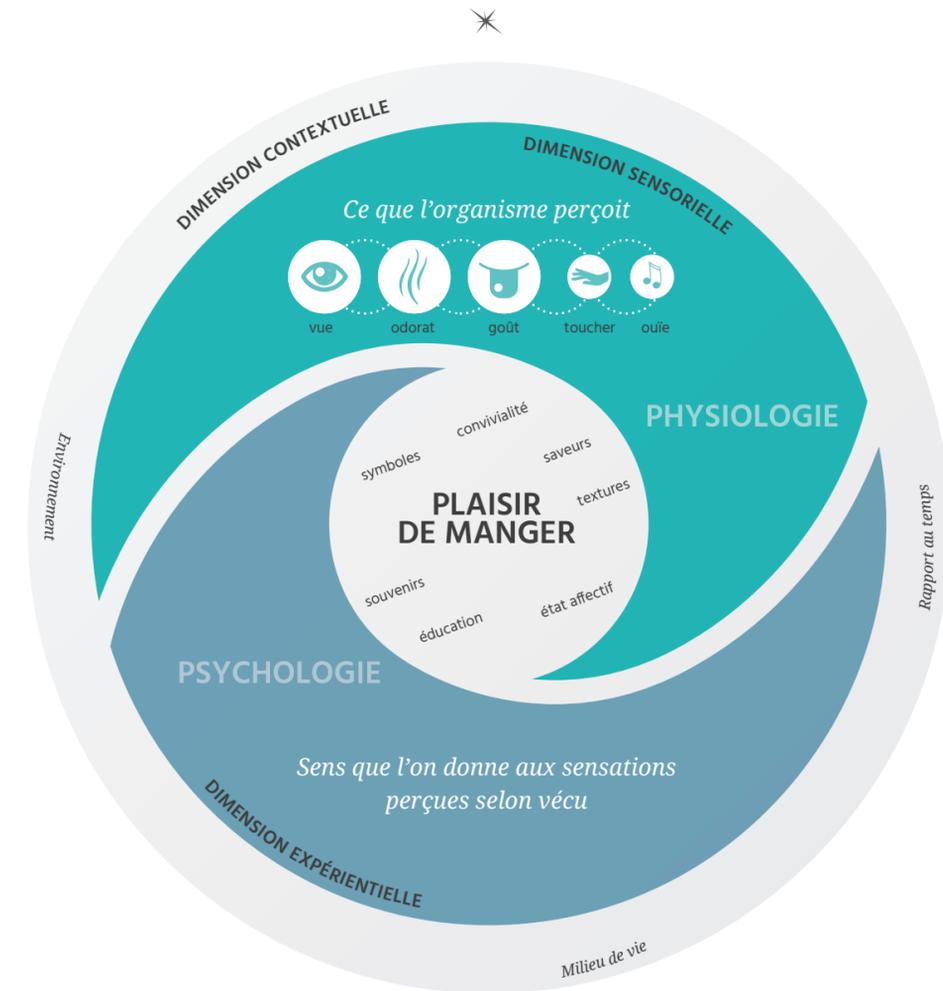
PAR ISABELLE RABAULT, MÉDECIN EN SANTÉ PUBLIQUE



\*D'APRÈS LE DOCTEUR MONIQUE FERRY

## Le plaisir de manger en 3 D

PAR ISABELLE RABAULT, MÉDECIN EN SANTÉ PUBLIQUE



**LE SUJET ÂGÉ** peut être exposé à différentes situations à risques de ne pas manger suffisamment ou correctement par rapport à ses besoins :

- Changement brutal de la vie familiale, sociale ou de l'état de santé qui entraîne sentiment d'isolement et perturbation des habitudes
- Vieillesse bucco-dentaire
- Maladies aiguës, chroniques sévères qui augmentent les besoins en énergie
- Perte des sensations, troubles psychologiques et/ou intellectuels
- Prise de plusieurs médicaments par jour
- Douleurs physiques et morales
- Personnes âgées socialement isolées : la solitude fait perdre l'appétit !
- Conditions de vie difficiles ou inadaptées : manque d'argent, commerces éloignés...
- Régimes restrictifs sans sel, sans sucre...

**LA DÉFINITION DE LA SANTÉ PAR L'ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ**  
"Un bien-être global, physique, psychologique et social"

Une définition qui dit la pertinence de considérer l'alimentation, pas seulement dans sa fonction nourissante mais aussi dans ses fonctions identitaire, sociale et symbolique. En quelque sorte, pour bien grandir et bien vieillir, l'homme a besoin de nourriture pour le corps et pour l'esprit ! De la nourriture saine, équilibrée mais aussi source de plaisir, de convivialité, de lien, de sens, évocatrice de souvenirs...

# *Les cahiers enchantés*

RÉCOLTE 2017



les  
Enchanterres  
FONDS D'INNOVATION  
SOCIÉTALE ET TERRITORIALE

RECHERCHE-ACTION LES ENCHANTERRES :  
RESTITUTION DES EXPÉRIMENTATIONS MENÉES EN 2017  
EN PARTENARIAT AVEC LE CPIE SÈVRE ET BOCAGE - VENDÉE

