

Mosaïques de saveurs

Dossier explicatif

Célia Guye



Design culinaire pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer

Problématiques:

Les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer peuvent perdre la **mémoire des gestes**. La prise des repas devient alors un moment délicat, car elles ne sont plus capables de reconnaître et d'utiliser des couverts, et doivent être nourries par une tierce personne. Ne pouvant plus se nourrir seules, ces personnes peuvent ressentir une grande perte de dignité et d'autonomie.

Nombre d'entre elles sont aussi sujets à des troubles de déglutition, les obligeant à manger des plats dits mixés ou lissés, dont la texture et la forme ne sont plus visuellement appétissantes.

Proposition d'un matériel de cuisine adapté:

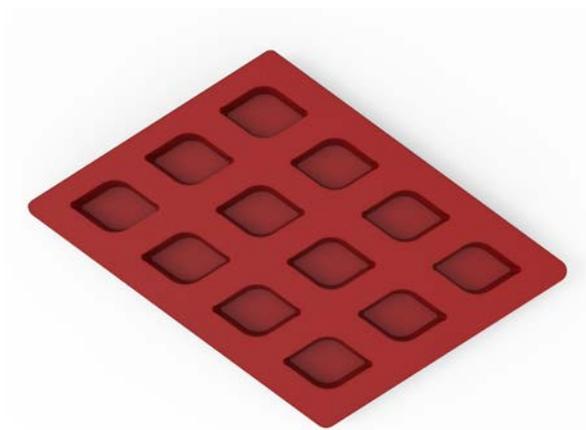
Avec les conseils d'Amélie Anne et de Coralie Roult, ergothérapeutes d'un PASA (Pôle d'activités et de soins adaptés), ainsi qu'en collaboration avec la diététicienne et les animateurs* de l'EHPAD Hôtel-Dieu et l'USLD de la Tauvrais à Rennes, j'ai imaginé des bouchées attrayantes pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer. J'ai ainsi dessiné et réalisé des **moules en silicone alimentaire** permettant de fabriquer facilement des plats colorés et préhensibles. Ces plats seront des moments de fête et de gourmandise, mais aussi adaptés pour que tout le monde puisse manger en autonomie, et ainsi profiter ensemble du moment d'un repas, d'un apéritif ou d'une collation.



Bouchées à base de jus de citron, coulis de mangue et de framboise



Prototype du moule en silicone alimentaire permettant de réaliser les bouchées en forme de citron



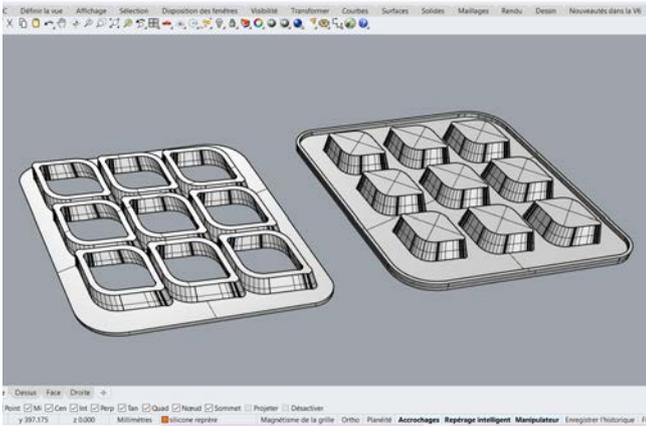
Modélisation 3D d'un des moules permettant de réaliser les bouchées



* Ce projet a pu être réalisé avec l'aide des animateurs gériatrie Sylvie Foyer, Yann Le Duff, Jérôme Le Roux, Nicolas Aimard et Jacqueline Jolly ainsi qu'avec les conseils de Marie-Christine Le Gall, diététicienne du CHU de Rennes.

Etapes de fabrication du prototype:

Pour réaliser le prototype du moule à pâtisserie pour les bouchées «citron», j'ai fabriqué un coffrage en impression 3D afin de couler le silicone alimentaire à l'intérieur. Avec le prix du concours d'innovation Handitec, je souhaiterais réaliser un prototype avec le processus du moule à injection.



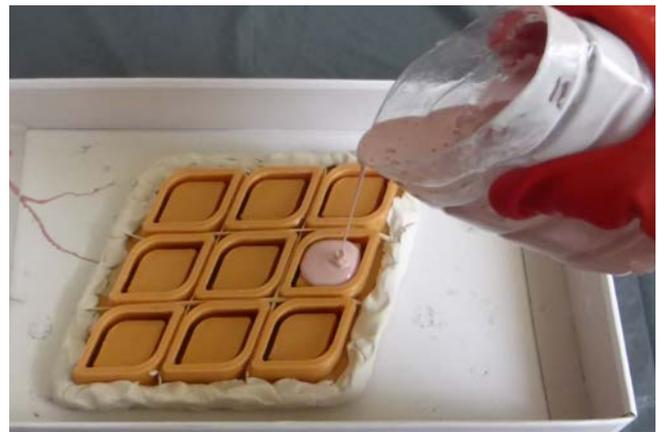
1. Modélisation et réalisation d'un fichier 3D du coffrage



2. Impression 3D en PLA du coffrage



3. Assemblage des deux parties à l'aide d'élastiques puis renforcement des bords avec de de la plastiline, afin de rendre le coffrage étanche



4. Après avoir graissé le coffrage, coulage du silicone alimentaire



5. Enlèvement de l'excédant de silicone à l'aide d'une baguette, puis faire disparaître les bulles emprisonnées dans le silicone en utilisant un plateau vibrant



6. Après 24 heures, démoulage du moule à pâtisserie

Pour ce projet, je m'inspire du «**manger-main**». Le «manger-main» est une forme de nourriture qui a été mixée ou transformée en purée, puis qui est présentée sous forme de bouchées gélifiées. Elle peut ainsi être mangée à la main. Cette présentation est adaptée pour des personnes ne pouvant plus se servir de couverts. De plus les personnes atteintes de la démence d'Alzheimer ont parfois besoin de déambuler, et se lèvent souvent au moment des repas. Ces «bouchées» sont alors transportables. Quelques solutions existant dans le commerce:



Bouchées géométriques

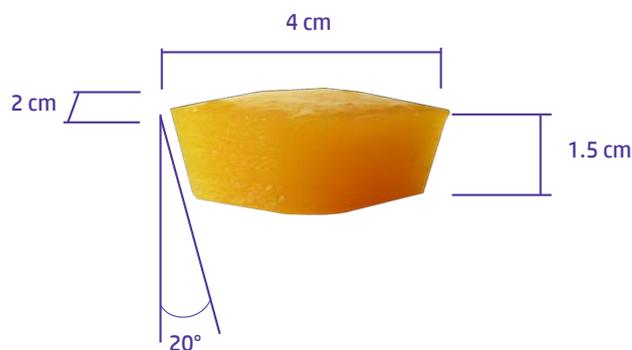
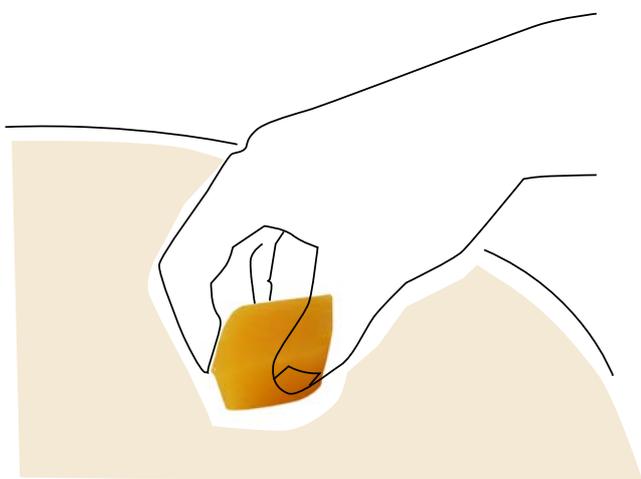
Moules évoquant les aliments, mais non saisissables à la main



J'ai ajouté une **amélioration** au sein des formes de mes bouchées vis-à-vis des moules vendus dans le commerce, permettant de réaliser des bouchées «manger-main».

Les bouchées comportent un **angle** de 20 degrés proposant une **meilleure prise en main** lorsque nous les prenons par les doigts. La maladie d'Alzheimer peut entraîner des diminution de la fermeture et de la force au niveau des doigts. Avec cet angle, les bouchées sont moins difficiles à saisir et ont moins de chance de tomber après les avoir saisies, même avec si l'on a des difficultés de prise en main.

Dimensions des bouchées pour une meilleure prise en main:



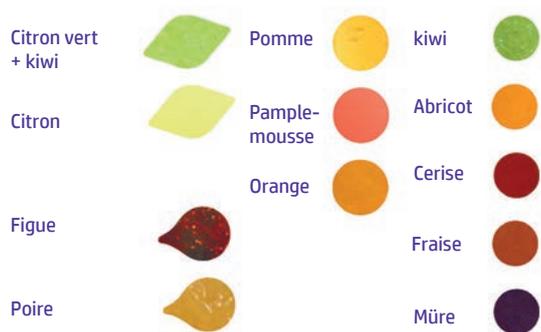
Angle pour faciliter la prise en main des bouchées

Réflexion sur la forme des mosaïques de saveurs:

En discutant avec les soignants d'un EHPAD, une anecdote m'a touchée: à cause des difficultés de déglutition, certains résidents ne peuvent plus manger de fruits. Je me suis alors inspirée de cette conversation et ai dessiné des bouchées évoquant des formes fruitées. Pour cela, il suffit d'utiliser des coulis de fruits et un gélifiant naturel, appelé agar-agar.

Les formes de bouchées sont assez épurées pour qu'elles puissent évoquer différentes variétés de fruits selon les coulis qui les composent. Cette gamme de formes simples permet de **modifier les saveurs des bouchées** d'un atelier à l'autre, ou encore de **s'adapter aux fruits des différentes saisons**. Par exemple, la forme ronde peut être une cerise, une orange, ou encore un abricot, etc.

En utilisant des coulis de fruits, les bouchées fabriquées retrouvent le **moelleux et le sucré d'un fruit mûr**, mais en ayant une texture adaptée à ce public. La texture a été testée et validée par les ergothérapeutes et la diététicienne qui m'ont aidée dans ce projet. Voici quelques exemples de saveurs possibles:



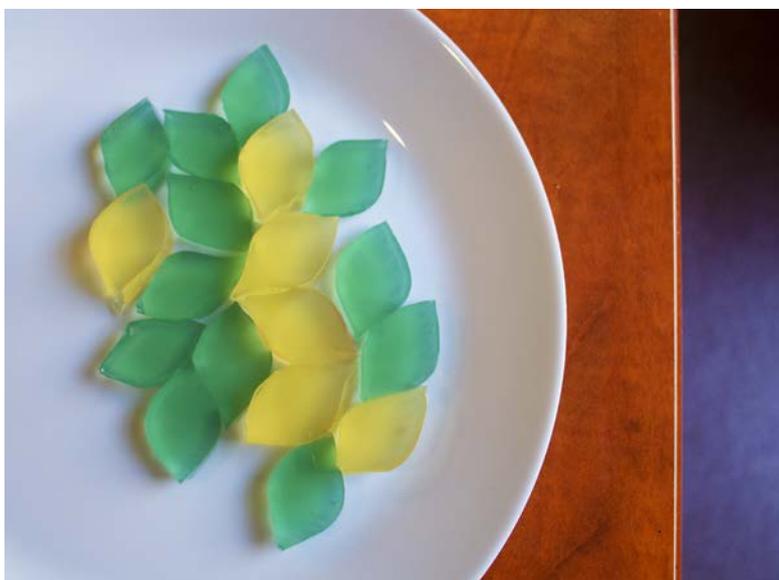
Le résident: cuisinier et artiste culinaire

La fabrication des bouchées a été imaginée afin qu'elle soit réalisable par les personnes atteintes de la maladie, leur permettant de pouvoir de nouveau cuisiner. Des ateliers cuisine (ateliers dits thérapeutiques) sont organisés aussi par les ergothérapeutes et animateurs des PASA, EHPAD, USLD, maisons de retraite etc. Ce projet peut aisément intégrer ces ateliers. J'ai ainsi pu proposer deux ateliers aux résidents et leurs animateurs de l'Ehpad Hôtel-Dieu et de l'USLD la Tauvrais. Ces plats sucrés sont alors partagés au moment de la collation des résidents. De plus, la cuisine est aussi un moment primordial: permettant de rendre participatifs les personnes, cette activité mobilise et maintient la mémoire des mouvements.

Pour les résidents de ces établissements, l'atelier-cuisine est un moment marquant leur journée: c'est aussi un moment d'**accomplissement personnel**, de **création** ainsi que de **convivialité** entre les participants.

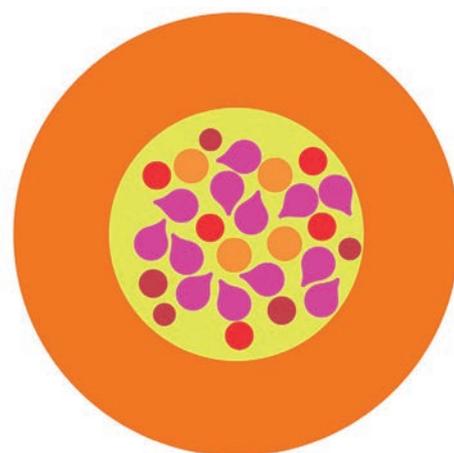
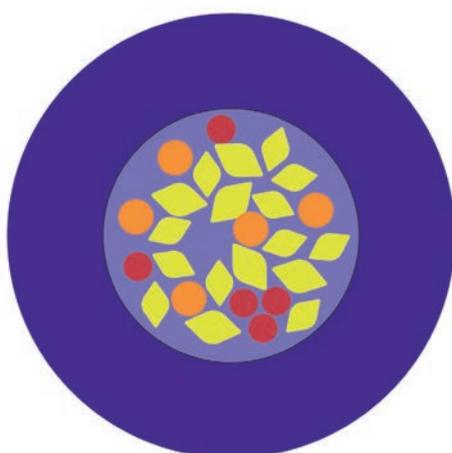
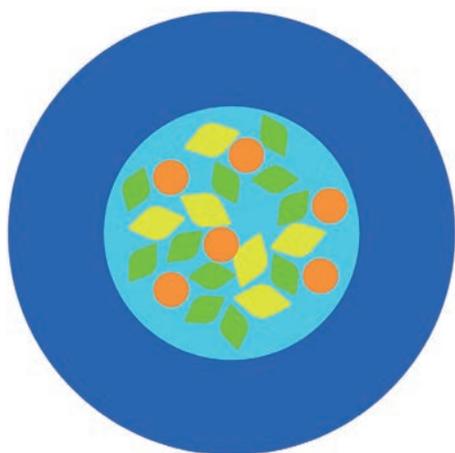
Malgré les difficultés de préhension de chacun, tous les participants peuvent participer à l'atelier que je propose: lors de la fabrication, durant laquelle les étapes et les ustensiles choisis sont simplifiés (utilisation de brocs mesureurs au lieu de cuillères pour remplir les moules). Le dressage des assiettes se réalise à la main. En effet les bouchées deviennent alors des pièces de **mosaïque de fruits colorés**. Les formes des bouchées s'imbriquent entre elles, créant des compositions harmonieuses. Au moment de réaliser le dressage, le résident peut composer l'assiette selon ses inspirations: il devient alors un **véritable artiste, équipé d'une palette de formes et de couleurs**. Ainsi **chacun peut mettre «la cerise sur le gâteau»**.

La simplicité des étapes et le choix des ustensiles permettent aussi une plus grande autonomie des résidents.



Dressage réalisé par une résidente de l'EHPAD Hôtel-Dieu lors d'un atelier cuisine

Exemples de dressages possibles:



Les ateliers cuisine

Deux ateliers cuisine ont été organisés en 2019 avec les résidents et les animateurs du pôle gériatrie du CHU de Rennes, à l'EHPAD Hôtel-Dieu et à l'USLD de la Tauvrais, hébergeant notamment des personnes ayant des troubles apparentés Alzheimer. En voici les étapes:



1. Elaboration de la recette :
mesurer les quantités de coulis et d'agar-agar (gélifiant), mélanger puis chauffer à 60°C pour activer le gélifiant.



2. Remplissage des moules, à l'aide d'une cuillère ou d'un broc mesureur, selon les capacités des participants. Mettre au frais pendant 30 min.



3. Dressage des assiettes selon l'inspiration des participants, composant des tableaux de formes et de couleurs.



4. Partage des bouchées entre les résidents, les encadrants et les familles des résidents, en toute convivialité.