

« AUTOUR DE LA TABLE, VIEILLIR, VIVRE ET MANGER ENSEMBLE AVEC PLAISIR : APOLOGIE DU REPAS FESTIF ET DE LA CONVIVIALITÉ DANS L'AVANCÉE EN ÂGE. »

Colloque Institut de Gérontologie Sociale et Association des Gérontologues Ingénieurs Sociaux (AGIS)

Programme du Vendredi 24 mai 2019

- 8h45 / 9h30** Accueil, café.
- 9h30 / 9h40** INTRODUCTION AUX JOURNÉES - **Philippe PITAUD**, Directeur de l'Institut de Gérontologie Sociale, Professeur honoraire Aix Marseille Université.
- 9h40 / 9h45** ALLOCATION DE BIENVENUE **M. Laurent BOUCRAUT**, Directeur de l'EHPAD : Les Jardins d'Haïti, Marseille.
- 9h45 / 10h15** DISCOURS D'INTRODUCTION **M. Marius BOGEY**, Président de l'Institut de Gérontologie Sociale. Madame, Monsieur les élus, **M. Stéphane BAUW**, Directeur régional PACA et Corse, AG2R LA MONDIALE

Journée présidée par **Jean Alain MARGARIT**, Président du Synerpa (Syndicat National des Etablissements et Résidences Privés pour Personnes Agées).

- 10h15 / 10h30** GRAND TÉMOIN : **Jean-Louis CHARLET**, « BANQUET ET AGAPES : UNE TRADITION ANTIQUE ET HUMANISTE A FAIRE VIVRE ? », Professeur émérite humaniste, Université Aix-Marseille.
- 10h30 / 10h45** **Philippe PITAUD**, « RESTER CHEZ SOI MAIS MANGER SEUL(E) ; DE QUOI LES NAVIGATEURS SOLITAIRES ONT-ILS FAIM ? », Directeur de l'Institut de Gérontologie Sociale, Professeur honoraire Aix Marseille Université.
- 10h45 / 11h15** Pause-café/stands/dédicaces de livres / petits ateliers de cuisine.
- 11h15 / 11h30** **Jean-Jacques AMYOT**, « LA TABLE EST À LA SOCIABILITÉ CE QUE LE LIT EST À L'INTIMITÉ », Psychosociologue, Directeur OAREIL, Université de Bordeaux.
- 11h30 / 11h45** **Annie POUPAULT**, « LES BIENFAITS DU RÉGIME CRÉTOIS ; UNE AVENTURE HUMAINE », Infirmière coordinatrice, CADA Association Jane Pannier, Marseille.
- 11h45 / 12h00** **Vincent MEYER et Pierre DELOR**, « DES RÉGIMES AUX PASSÉS, POUR UNE COMMUNICATION DU SENSIBLE », respectivement, Professeur des universités, Université Nice Sophia Antipolis, Université Côte d'Azur, Nice, Directeur d'établissement médico-social honoraire, Lille.

- 12h00 / 12h30** Table ronde / Questions et débats avec la salle en présence des intervenants de la matinée.
- 12h30 / 14h00** Déjeuner sur place/stands.
- 14h00 / 14h15** **Gérard RIBES**, « MANGER, DIGÉRER, DÉFÉQUER, EXISTER », Psychiatre, Lyon.
- 14h15 / 14h30** **Philippe DUVAL**, « ALZHEIMER : LA THÉRAPIE DES 3 « C » (CUEILLIR, CUISINER, CONSOMMER) », Responsable d'une plateforme de répit, Toulon.
- 14h30 / 14h45** **Jean Claude MOUNITION**, « MANGER BIEN POUR BIEN VIEILLIR ; HISTOIRE DE NE PAS MOURIR TROP TÔT », Gériatre, Institut de Gérontologie Sociale, Marseille.
- 14h45 / 15h00** **Jacques GAUCHER**, « MANGER ET DORMIR : LES RYTHMES CIRCAIDIENS EN EHPAD », Psychologue Clinicien, Professeur honoraire des Universités, Lyon.

- 15h00 / 15h45** Pause-café/stands/dédicaces de livres/petits ateliers de cuisine.
- 15h45 / 16h00** **Eric SANCHEZ**, « POUR UNE ÉTHIQUE DU CORPS ; LES NOURRITURES SPIRITUELLES », Directeur du développement de l'action sociale, AG2R La MONDIALE, Marseille.
- 16h00 / 16h15** **Louis TOSTI**, « MANGER AVEC SES DOIGTS, ASSURER LA NUTRITION OU ACCEPTER DE MOURIR DE FAIM », Gériatre, Marseille.
- 16h15 / 16h30** **Samuel HENGBART**, « DU PLAISIR DE VIVRE VIEUX EN MANGEANT : POUR UNE PROBLÉMATIQUE DU DÉSIR EN INSTITUTION », Cadre de Santé SSR-EHPAD-USLD CH Jean Marcel, Brignoles.
- 16h30 / 16h45** **Catherine KRIEF**, « LE REPAS, MOMENT DE PLAISIR GRÂCE À UNE OFFRE DE TEXTURES PERSONNALISÉE ET ADAPTÉE À L'ÉTAT DE SANTÉ DE CHACUN », Diététicienne régionale/Référente Hygiène DR Sud-Est, Groupe Elior, Marseille.
- 16h45 / 17h15** Table ronde / Questions et débats avec la salle en présence des intervenants de l'après-midi.
- 17h15 / 17h30** SYNTHÈSE DE L'ENSEMBLE DU COLLOQUE PAR **Roch VALLES**, Directeur de l'EHPAD le Baou et de l'Escalade du Baou (unité Alzheimer), Groupe Korian, Marseille.
- 20h00** SOIRÉE DANSANTE ANNUELLE ORGANISÉE PAR L'ASSOCIATION DES GÉRONTOLOGUES INGÉNIEURS SOCIAUX (AGIS) LIEU : EHPAD LES JARDINS D'HAÏTI, 65 AVENUE D'HAÏTI, 13012 MARSEILLE (SUR INSCRIPTION).

PLAN D'ACCÈS RÉSIDENCE « LES JARDINS D'HAÏTI »



Samedi 25 mai 2019

VISITE GUIDÉE DE NOTRE DAME DE LA GARDE

Problématique

Plutarque écrivait qu'au milieu du 1er siècle avant J.-C., le général romain Lucius Lucinius Lucullus s'illustra en Grèce, en Orient, en Égypte et en Afrique du Nord. Mais en 63 av. J.-C., marginalisé par Pompée puis écarté par les intrigues de Rome, il se retira dans sa villa du Latium, parmi les richesses pillées au cours de sa longue carrière. Il décrivait le raffinement de cette retraite, remarquant au passage combien les repas quotidiens de Lucullus sentaient le nouveau riche. À ce propos, l'historien conte qu'un jour ses esclaves ne dressèrent qu'une seule table car il dînait seul ; le repas était très ordinaire. Furieux, le général en retraite convoqua son maître d'hôtel. Celui-ci expliqua que, faute d'invités, il avait pensé que son maître se satisferait d'un service réduit. « Comment ? », s'étrangla Lucullus. Tu ne savais donc pas qu'aujourd'hui, Lucullus dîne chez Lucullus ? ».

Cette anecdote historique nous permet d'introduire l'idée de la centralité du repas, dans ses expressions plurielles, comme rendez-vous du quotidien quel que soit la domiciliation des personnes qui le partage. C'est que reprend le psychanalyste Amselek (2014) quand il écrit : « L'alimentation est indispensable à la vie. Si on ne s'alimente plus, on meurt. D'où le lien sacré de l'alimentation à la vie, mais aussi à la mort, et son lien aux pulsions de conservation et donc aux pulsions de vie, mais aussi à la pulsion de mort ». Par ailleurs, « Que les personnes soient au domicile ou en institution, leurs besoins se ressemblent, et appellent des réponses similaires : pallier les déficiences, proposer des aides, entretenir le plaisir, renforcer l'estime de soi et l'autonomie, soutenir l'intérêt vis-à-vis d'autrui en conservant des liens sociaux » (Collectif, éditeur DOC en gérontologie, 2009).

Mais comme nous le rappelle déjà Epicure, s'alimenter est également un acte social « Regarde d'abord avec qui tu manges et tu vois, avant de regarder ce que tu manges et tu vois ; car sans ami, la vie est une simple distribution de viande de lion et de loup ». Ainsi la convivialité dans le partage de la nourriture demeure-t-elle fondamentale pour l'être humain qui est d'abord et avant tout un Homo Sociabilis. Un repas partagé est un temps de fraternité qui structure notre relation à autrui quel que soit son âge, son autonomie, son état de santé.

Le temps du repas est ainsi le moment d'être ensemble, du partage des aliments comme de l'amour donné et reçu. Cela commence très tôt pour chacun d'entre nous. Qui n'a pas souvenir de s'être entendu appeler par l'un de ses parents : « À table ! » alors, qu'enfant nous étions pris par nos jeux. Le repas est donc, pour toutes et tous, un lieu et un moment du quotidien. Dans l'avancée en âge, le repas a pris d'autres formes plus ou moins heureuses : la cantine, la gamelle, le restaurant d'entreprise, le snack du coin, le repas sur place ou « boulot », le repas de travail... ; mais aussi la fête : le repas de famille, pas forcément recomposé, le repas entre amis, entre collègues pour fêter un événement ou tout simplement se retrouver, les agapes d'étudiants ou de carabins chacun apportant à manger et à boire. Tous ces repas (entre lieu et moment) sont généralement porteur d'amitié, de rencontres et d'échanges qui prennent parfois l'aspect d'une fraternité de partage même si elle est momentanée voire sans lendemain. S'alimenter est à la fois une nécessité, une réminiscence affective (le repas familial avec les gestes et activités s'y rattachant), un moment de vie sociale (passé ou

réactualisé par la vie en institution), un plaisir des sens... Prendre son repas structure aussi les journées et parfois leur donne sens : le temps des courses, des épiluchages, de la cuisson, de la dégustation...

Cet objectif est beaucoup plus difficile à atteindre si l'on vit seul(e) chez soi, notamment à la suite d'un veuvage et l'isolement vécu par les personnes âgées accentue bien souvent les problèmes d'alimentation. Être seul(e) de manière chronique fait diminuer l'envie de faire des repas par exemple, puisque l'alimentation est aussi sous-tendue par la notion de lien social. Se faire à manger et se préparer un repas équilibré devient fastidieux, et semble n'avoir plus de sens : pourquoi cuisiner, s'attabler alors qu'on est seul(e) à table ? Plus de lien social, donc plus de motivation à faire de vrais repas. « Craignant inconsciemment l'univers pulsionnel oral qui pourrait éventuellement se donner libre cours dans la solitude, craignant le repli sur soi, l'autohypnose, l'homme use le plus souvent possible de la convivialité, du « plaisir de bien manger ensemble [...] La conversation (à plusieurs) est en quelque sorte la loi qui garde le plaisir culinaire de tout risque psychotique et maintient le gourmand dans une saine rationalité : en parlant, en devisant dépendant qu'il mange, le convive confirme son moi et se protège de toute fuite subjective par l'imaginaire du discours » (Barthes, « Pour une psychologie de l'alimentation contemporaine », Cahiers des annales, 1961, 16-5, pp. 977-986).

Ce comportement est d'autant plus important que les personnes, bien souvent, n'ont pas conscience des répercussions que ces habitudes prises avec le temps ont sur leur santé et le maintien de leur autonomie. Ce problème se rencontre aussi lorsque les personnes vivent en établissement, comme en foyer-logement désormais nommé maison de l'autonomie. Seul(e), on fait moins l'effort de bien s'alimenter et les comportements se dérèglent. Pour les populations en situation de handicap, le problème est encore plus complexe. Comme le notent différents auteurs : « Repas ? Se nourrir, mais pas seulement... [...] Pour une personne atteinte de handicap mental sévère, le repas répond bien sûr à cette double fonction nutritive et relationnelle, mais il s'accompagne de besoins spécifiques auxquels il convient d'être particulièrement attentif. Parmi ces besoins on trouve, un besoin relationnel accru, un besoin de confort et de sécurité, enfin un besoin d'autonomie, de compensation du handicap ». (Troubles de l'alimentation et Handicap mental sévère : Pratiques ; Document à destination des professionnels intervenant en établissements et services médico-sociaux et des familles. Réseau Lucioles. Dans la même veine, la revue Repères éthiques (« L'accompagnement à l'alimentation », mars-avril 2014), signale que « l'alimentation dans le champ du polyhandicap est une notion particulièrement complexe, touchant autant les aspects techniques qu'existentiels de l'accompagnement. Loin de se résumer à un acte de nourrissage (un « repas »), il s'agit d'un rapport au plaisir et à la découverte. On nourrit notre expérience du monde autant par l'aliment que par les conditions dans lesquelles on le digère. Pour favoriser ce moment essentiel de la journée, la réflexion éthique ne peut se passer de certains questionnements, notamment concernant la sensorialité et le temps. Au niveau de la sensorialité, celle-ci est intégrale, et non seulement gustative. Par ailleurs, elle n'est pas un « acquis » immuable mais davantage une modulation sensible à l'expérience et l'apprentissage. Et de conclure, toute cette réflexion peut se résumer au fait que l'alimentation ne se résume pas au nourrissage.

Elle suppose un accompagnement technique, mais également humain et empathique. Il s'agit, encore et toujours, de ne jamais oublier que le centre des choses est la personne elle-même et ses besoins, qu'ils soient moteurs, sensoriels ou émotionnels ».

Pour les personnes âgées comme pour les personnes en situation de handicap, le repas est donc un moment de centralité autour d'un objet, la nourriture à consommer avec d'autres, semblables par leur âge ou leurs déficiences comme différents par leur essence propre. On le voit ces questions sont quotidiennes et leurs réponses déterminent, pour partie, notre bien-être comme celui des personnes porteuses d'un déficit ou en phase d'involution du fait de leur entrée dans le grand âge.

Avec l'avancée en âge, le contenu (que mange-t-on ?) mais également le temps du repas (avec qui mange-t-on ?) occupent une place centrale dans notre vie. Sans doute en a-t'il toujours été ainsi mais là, une certaine forme de vacuité a accentué l'importance de ce moment en tant que repère. Que mange-t-on aujourd'hui ? A quelle heure mange-t-on ? Avec qui vais-je manger ? Seul (e), vais-je quand même manger ? Que me faire à manger avec mes revenus modestes ? Qu'est-ce que je peux m'acheter ? Etc.....

Les personnes reçues à l'Institut de Gérontologie Sociale présentent en grande majorité des problèmes de santé, plus ou moins invalidants, en lien avec l'alimentation : problèmes de poids, problèmes cardiovasculaires, problèmes digestifs, ...

De plus, ces personnes ont de mauvaises habitudes alimentaires et n'en ont pas forcément conscience. Lors des bilans de santé, les médecins accordent un temps pour échanger sur ces questions et prodiguer des conseils, mais cela n'est pas suffisant. Il faudrait pouvoir consacrer plus de temps et plus d'attention pour véritablement aller au cœur du problème et contribuer in fine à faire évoluer ces comportements néfastes à la santé qui favorisent le mauvais vieillissement, dit accéléré ou compliqué.

Par ailleurs, l'isolement vécu par les personnes âgées accentue bien souvent ces problèmes d'alimentation. Être seul de manière chronique fait diminuer l'envie de faire des repas par exemple, puisque l'alimentation est aussi sous-tendue par la notion de lien social. Se faire à manger et se préparer un repas équilibré devient fastidieux, et semble n'avoir plus de sens : pourquoi cuisiner, s'attabler alors qu'on est seul à table ? Plus de lien social, donc plus de motivation à faire de vrais repas.

Ce comportement est d'autant plus important que les personnes, bien souvent, n'ont pas conscience des répercussions que ces habitudes prises avec le temps ont sur leur santé et le maintien de leur autonomie. Ce problème se rencontre aussi lorsque les personnes vivent en établissement, comme en foyer. Seul, on fait moins l'effort de bien s'alimenter et les comportements se dérèglent.

On le voit ces questions sont quotidiennes et leurs réponses déterminent pour partie, notre bien-être. « Manger pour (encore) être » est donc au cœur de la réflexion que nous proposons dans le cadre du Colloque qu'organise cette année, l'Institut de Gérontologie Sociale et Association des Gérontologues Ingénieurs Sociaux (AGIS).

Institut de Gérontologie Sociale

- Droits d'inscription :**
- Professionnel → 130 € (inscription payée par l'entreprise/facture entreprise).
 - Inscription personnelle → 100 €
 - Membre de l'Association des Gérontologues Ingénieurs Sociaux (cotisation 2019 à jour) → 60 € (inscription personnelle uniquement)
 - Étudiants uniquement en formation initiale, lycéens dont BTS, plus de 60 ans, retraités, personnes handicapées, bénévoles hors emploi, sans emploi → 40 € (ces personnes auront à présenter un justificatif de leur situation)

L'inscription comprend l'accès au colloque, aux pauses café et au déjeuner.
Pour participer à la soirée de clôture (collation/ paëlla /musique) veuillez vous acquitter en supplément de la somme suivante : 11 € pour les membres de l'Association des Gérontologues Ingénieurs Sociaux / 15 € pour les autres participants (chèque à l'ordre de l'IGS différent de celui de l'inscription au colloque).

Modes de paiement : par chèque à l'ordre de l'Institut de Gérontologie Sociale – par virement (uniquement pour les personnes résidant hors de France ou accord spécifique) – voir numéro de compte ci-dessous pour opération bancaire.

Compte Courant n° 08799017318

IBAN

FR76 1131

5000

0108

7990

1731

879

BIC

CEPAFRPP131

ORGANISATION

Philippe PITAUD :

Professeur

Directeur de l'Institut de Gérontologie Sociale - Marseille

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS : Rémi DESCHAMPS Coordinateur des projets

Institut de Gérontologie Sociale • 148 rue Paradis • B.P. 50002 • 13251 Marseille CEDEX 20 France
Tel. (00 33) 4 91 37 03 79 - Fax (00 33) 4 91 37 19 73 • E-mail : igs-marseille@wanadoo.fr

Information également sur site www.igsmarseille.fr

■ **HOLIDAY INN EXPRESS MARSEILLE SAINT CHARLES *****

15, Boulevard Maurice Bourdet 13001 Marseille (en face de la gare SNCF)
Réservation directe : +33 (0)4 91 99 59 93

La chambre simple ou double avec le petit déjeuner continental froid 90 €
+1.65 € de taxe de séjour par personne et par nuit
Tarif préférentiel soumis à disponibilité lors de la réservation

Autres hôtels : WWW.HOTELMARSEILLE.COM

Dont : www.alex-hotel.fr 13-15 Place des Marseillaises - 13001 Marseille - Tel 04 13 24 13 24



COLLOQUE

« Autour de la table, vieillir, vivre et manger ensemble avec plaisir : apologie du repas festif et de la convivialité dans l'avancée en âge »

Institut de Gérontologie Sociale et
Association des Gérontologues Ingénieurs Sociaux (AGIS)

Vendredi 24 Mai 2019

Lieu :
EHPAD « Les Jardins d'Haïti »,
65 avenue d'Haïti, 13012 Marseille

BULLETIN D'INSCRIPTION (UN PAR PERSONNE INSCRITE)

« Autour de la table, vieillir, vivre et manger ensemble avec plaisir : apologie du repas festif et de la convivialité dans l'avancée en âge »
Marseille – vendredi 24 Mai 2019

Nom :

Prénom :

Fonction :

Organisme / Etablissement :

Adresse :

Code Postal : Ville :

Tél. :

E-mail :

Assistera et déjeunera le 24 Mai

Assistera à la soirée du 24 Mai

Mode de paiement :

Chèque du

Virement :

date :

A retourner avant le 21 Mai 2019, au plus tard, à l'Institut de Gérontologie Sociale B.P. 50002 – 13251 Marseille Cedex 20

