



Michel Bras
en partenariat
avec Sodexo

C. Bousquet

Harmonie, la restauration en Ehpad réinventée

C'est sous le signe de l'Harmonie que Michel Bras, le chef triplement étoilé, a œuvré aux côtés de Sodexo, dans la conception du programme éponyme destiné à réinventer la restauration à destination des résidents des Ehpad. Stimuler le plaisir pour rendre de l'autonomie aux personnes âgées, tel est l'enjeu de cette révolution culturelle qui rompt avec une cuisine trop simplifiée et permet ainsi de lutter contre la dénutrition.

La société de restauration collective Sodexo a lancé, au printemps 2017, le programme de restauration Harmonie avec l'ambition de proposer une alternative au « tout mixé » dans les Ehpad. « Nous sommes partis du constat qu'aujourd'hui 91 % des personnes âgées

en établissement se voient proposer une alimentation trop simplifiée par rapport à leurs capacités réelles de déglutition et ce, pour éviter tout risque de fausse route, explique Martine Culis, diététicienne et chef de projet, en charge du programme Harmonie chez Sodexo. Trente à 40 % des repas servis aux résidents

d'Ehpad sont ainsi mixés alors que cela n'est pas nécessairement adapté et que le bénéfice est incertain. » En établissement, le repas constitue un moment clé qui rythme les journées des résidents. Il est source de plaisir et d'interaction sociale, en même temps qu'il garantit leur état de santé. Or, un recours aux

textures trop simplifiées entraîne une perte de plaisir, d'appétit, d'autonomie à table et, dans son sillage, un risque de dénutrition. C'est pour quoi Sodexo a décidé de réunir un collège d'experts pluridisciplinaires pour porter un projet de recherche destiné à repenser la restauration et l'accompagnement des personnes âgées en Ehpad. Pendant plus d'un an et demi, le chef triplement étoilé, Michel Bras, Emmanuelle Cugy, docteur en médecine physique de réadaptation, Xavier Cormary, orthophoniste libéral, Vincent Blasco-Baque, docteur en médecine dentaire, Yann Tannou, orthophoniste libéral, et Martine Culis ont travaillé de concert à l'élaboration du programme Harmonie. Il repose sur un triptyque : un plan de prévention pluridisciplinaire ABC articulé autour de l'Autonomie, de la Bouche ou de l'hygiène bucco-dentaire et de la Cuisine. Six Ehpad ont été impliqués dans le projet, quatre établissements expérimentaux et deux témoins pour mesurer les résultats de l'étude. « J'ai tout de suite été emballé et je n'ai pas hésité à m'investir à hauteur de l'engagement de chacun des membres de notre équipe de choc, commente Michel Bras. L'enjeu était de remettre le convive au cœur du projet pour lui apporter plaisir et bien-être. Le fait de mixer les aliments ou d'en interdire certains est parfois une solution de facilité. Or, il existe des moyens permettant aux personnes de bien manger sans

se mettre en danger. Et surtout de retrouver le plaisir du repas. »

Une alternative au tout mixé

« C'est une révolution, s'enthousiasme Florence Vichi, directrice de la Maison d'Annie, l'un des établissements pilotes du programme Harmonie. Les repas mixés, bien qu'irréprochables en termes de qualité, demeuraient le point noir de nos enquêtes de satisfaction. Nous n'étions pas fiers de donner à manger des plats que nous ne mangerions pas nous-mêmes. S'ils représentaient près de 25 % de nos repas, certains établissements sont à près de 50 %. Un recours à la facilité qui contredit notre travail sur la qualité de vie. Les repas trop simplifiés mettent à mal le projet de vie. C'est un signal délétère pour la personne âgée et sa famille. » Cette généralisation du mixé déshumanise le repas, entraîne dégoût et manque d'appétit pour conduire à la dénutrition. Dès qu'un résident présente quelques difficultés de mastication, le parapluie des textures mixées est aussitôt ouvert. Or, elles ne sont justifiées que pour certaines pathologies très spécifiques et leur bénéfice est remis en cause. « En le généralisant, on a transformé le mixé en médicament contre la fausse route, déplore Martine Culis. Ce faisant, on limite fortement la stimulation cognitive de la personne et on crée donc des problèmes de déglutition. Or, en

Un « marchand de bonheur »

Initié, dès le plus jeune âge, au goût par sa mère, Michel Bras a hérité de son père l'amour du travail bien fait. Autodidacte, il s'engage très vite « corps et âme » dans cette « aventure » qu'est la cuisine, accompagné de son épouse, dans une recherche sans cesse renouvelée de l'expression. Très attaché à son « désert vert », l'Aubrac, Michel Bras décide d'y demeurer, à contre-courant de ceux qui conditionnent sa réussite à la montée sur la capitale. Il y développe une cuisine contemplative, une fascination pour l'épure, l'art de sublimer une simple tomate, une tranche de lard, un morceau de pain et élabore son premier menu Légumes en 1978. Façonné par son rude et beau « pays », Michel Bras est un esprit libre et indépendant, qui s'affranchit très tôt des codes de la cuisine. Son appartenance à l'Aubrac, le chef la revendique : « Ma décision de rester nous a permis d'exister et d'y cultiver notre identité. » Les distinctions sauront néanmoins l'y débusquer. Il obtient un 15 rouge dans le Gault & Millau en 1978, qui étend sa réputation au-delà des frontières locales. Par la suite, ce même guide lui attribue un 19 puis, c'est au tour du Michelin de lui décerner une première étoile en 1982 et une seconde en 1987. En 1992, il s'installe au Suquet, sur une petite colline dominant Laguiole, dans un écrin de verdure et de lauze, véritable célébration de l'espace et de la liberté. Il y joue une partition contemporaine et audacieuse, guidé par son instinct. Une troisième étoile le récompense en 1999, même si « cela n'a jamais été un leitmotiv ». Aujourd'hui Michel Bras a transmis le flambeau à son fils Sébastien, dans un « fondu enchaîné »... Chez les Bras, on est « marchand de bonheur », de père en fils.

Sodexo France en chiffres

- 34 000 collaborateurs en France
- Près de 2,5 millions de convives
- 4 000 sites
- Le segment Santé Médico-Social compte à lui seul 5 500 collaborateurs
 - pour 180 000 consommateurs
 - sur 1600 établissements.



J.-L. Bellurget



**ORANGE SANGUINE
ET MADELEINE**



**FRAISES GARIGUETTES
ET QUATRE-QUARTS**



**TOMATES AU CHÈVRE FRAIS
ET CIBOULETTE**

éveillant le plaisir, on stimule et on maintient dans l'autonomie. »

Une cuisine repensée

Le programme Harmonie réinvente les repas des personnes âgées en Ehpad en conjuguant plaisir et sécurité. Il refonde une prestation alimentaire adaptée à la santé de chaque résident, de façon à susciter son appétit et ainsi lutter contre la dénutrition. Individualisée, la cuisine a été repensée pour stimuler la mastication, faciliter la déglutition tout en « réveillant les papilles ». Ce changement de paradigme supposait la maîtrise de techniques culinaires spécifiques et de s'appuyer sur des critères de sécurité propres à l'alimentation de la personne dysphagique tirés de la veille internationale* : une texture glissante, cohésive grâce à des ingrédients favorisant la déglutition et des aliments découpés en petits morceaux. « Nous souhaitons apporter du bien-être à la personne âgée tout en respectant les critères de sécurité, commente Martine Culis. Nous avons ainsi intégralement repensé notre cuisine à l'aune de ces éléments. En quelques mois, nous avons consolidé des savoir-faire culinaires nous permettant de traduire nos gammes dans une version adaptée aux résidents les plus fragiles. » Michel Bras a participé aux côtés des conseillers culinaires Sodexo à l'élaboration d'une cuisine repère, autour de recettes traditionnelles et gourmandes, faisant la part belle aux produits régionaux et de saison, et d'une cuisine plus spécifique, conçue pour éveiller les papilles, respecter les saveurs et préserver l'identité des produits. « Nous avons travaillé sur les techniques, les portions, sur la texture, la présentation, explique le chef étoilé. Par

exemple, dans beaucoup d'établissements, les résidents ont droit à de la Blédine au petit-déjeuner. Nous l'avons remplacée par un pot gourmand à base de brioche à la crème qu'ils peuvent « mouiller » avec la boisson de leur choix. » Un mot d'ordre : pas d'interdit. Ainsi, Michel Bras réintroduit, en travaillant les enrobages, des aliments disparus des repas des personnes âgées car impossibles à mixer ou les mélanges solides-liquides susceptibles de provoquer des troubles de la déglutition : le « pain au fromage », petits morceaux de pain mouillé de bouillon et dés de fourme d'Ambert, ou la « madeleine à l'orange », émietté de madeleine, dés d'orange fraîche et raisins de Corinthe. « Le biscuit absorbe l'exsudat d'agrumes et peut être mangé sans problème, y compris par une personne ayant du mal à avaler. On a aussi réintroduit le saucisson coupé en tranches très fines ! », se réjouit le chef aveyronnais. Epices, eau gazeuse figurent à nouveau au menu pour créer de la stimulation en bouche et enclencher au niveau neuronal le réflexe de déglutition, laissant les eaux gélifiées aux pathologies bien spécifiques.

Une approche globale et fédératrice

Au-delà de la cuisine, le programme Harmonie s'avère une approche globale et transversale. Inscrit au cœur du projet d'établissement, il implique l'ensemble du personnel, intègre une nouvelle façon de cuisiner mais également d'accompagner les plats. Une « révolution » qui a nécessité un changement de culture profond. « Comme tout changement, la mise en place du programme a suscité des craintes, des réticences, raconte la directrice de la Maison d'Annie. Il était donc important que

ce soit un projet d'équipe. Cela n'a pu se faire que grâce à la qualité de notre partenariat avec Sodexo. Il ne s'agit pas d'une histoire contractuelle mais bien d'un projet d'innovation porté en commun et au service duquel nous avons additionné nos compétences. La participation à ce programme a eu un effet vertueux. Nos personnels se sentent valorisés et fiers. L'innovation tire vers le haut. » De la même façon, les cuisiniers ont dû changer leurs pratiques pour élaborer les recettes de Michel Bras, renouant ainsi avec leur cœur de métier... et leurs couteaux. « Nous sommes passés au zéro repas mixé, se félicite Florence Vichi, ce qui a impliqué de revoir toute notre carte avec l'aide de Michel Bras, et de remiser les mixeurs. Passer à la moulinette les repas s'avérait un traumatisme renouvelé à chaque repas pour nos cuisiniers, explique Florence Vichi. Ils retrouvent aujourd'hui le plaisir de cuisiner, de travailler les saveurs, les présentations, les produits... » Autre pilier du programme, la notion de service repose sur l'accompagnement des résidents pour favoriser leur autonomie et leur bien-être.

« Les interactions ont été renforcées au moment du repas avec le personnel soignant, le personnel de service et l'équipe en cuisine, explique Martine Culis. Par ailleurs, il ne suffisait pas d'avoir une assiette bien pensée. Il y a une vraie différence entre être nourri et se nourrir. Le fait de porter la fourchette à la bouche prépare, mobilise les muscles qui vont aider à la déglutition. »

Une amélioration de la satisfaction globale

Les résultats sont significatifs : désormais seuls 8,7 % des résidents reçoivent une alimentation mixée, soit 76 % de moins que dans les établissements témoins. A la Maison d'Annie, aucun repas mixé n'est désormais servi. La dénutrition, de l'ordre de 18,7 %, se situe dans la fourchette basse du score national ; elle est de 46,4 % dans les établissements témoins. Autres marqueurs importants : le recours aux compléments nutritionnels oraux est 2,5 fois moindre dans les établissements expérimentaux et les « déchets assiettes » ont eux-aussi

baissé. « Même si certains ont du mal à verbaliser ce qu'ils ressentent, nos résidents sourient et les assiettes reviennent vides, se félicite Florence Vichi. Nos résultats prouvent qu'il y a beaucoup de choses à faire sur l'accompagnement de la personne âgée. Il est nécessaire de faire évoluer nos pratiques. » Pour Martine Culis, il s'agit d'une innovation de rupture qui a permis une amélioration de la satisfaction globale des résidents ainsi que celle du personnel soignant : « On préserve l'autonomie plutôt qu'accompagner la dépendance. En permettant à la personne âgée de redevenir actrice de son repas et en cessant de généraliser les repas mixés, nous améliorons la qualité de vie de nos résidents et la fierté de nos équipes. » Le programme Harmonie est en déploiement sur une vingtaine d'établissements partenaires de Sodexo. L'objectif est d'atteindre les 60 établissements d'ici fin 2018, 100 d'ici fin 2019.

Ludivine AUBIN-KARPINSKI

*IDSSI : International Dysphagia Diet Standardisation Initiative



Florence Vichi, directrice de la Maison d'Annie.

Martine Culis, chef de projet Sodexo.

