



## PORTRAIT

### Volontaire Gastronomique Laure Barnac

#### Tarn-et-Garonne

Originaire d’Agen, Laure Barnac est Auxiliaire de Soins depuis 20 ans maintenant et elle travaille à la Résidence Balivernes depuis 1 an. Elle aime partager et échanger avec les personnes âgées, connaître leur passé et leurs histoires personnelles. Son bonheur c’est prendre soin des seniors. Et selon elle, le bonheur passe aussi par l’assiette. Laure qui aime beaucoup la cuisine et surtout la pâtisserie a tout de suite voulu participer au concours Silver Fourchette en tant que volontaire gastronomique. Une expérience qu’elle juge très enrichissante et bienveillante. Laure compte bien tout donner pour remporter la Finale Nationale. Son atout ? Sa détermination et sa volonté de prendre soin des aînés !



#### **Etes-vous originaire de la région ?**

Oui je suis née à Agen et originaire de Valence d’Agen

#### **Pouvez-vous nous rappeler votre profession à l’heure actuelle ?**

Auxiliaire de soin

#### **Depuis combien de temps travaillez-vous aux côtés de personnes âgées ?**

Depuis l’âge de 20 ans – soit 20 ans – à la résidence Balivernes depuis Juillet 2017 et avant au SIAD j’étais aide-soignante à Domicile. Il y a une bonne ambiance avec les collègues !

#### **Qu’est-ce que vous aimez dans votre travail auprès des personnes âgées ?**

La proximité avec les seniors – l’histoire personnelle de chacun, c’est une génération qui a connu la guerre, j’aime connaître leurs histoires et valeurs personnelles qu’ils véhiculent ; ça m’enrichit énormément. Depuis Silver Fourchette il y a eu beaucoup d’ateliers cuisines d’une vingtaine de personnes : il y a un véritable engouement qui permet d’échanger sur leurs habitudes et recettes culinaires.

### **Avez-vous déjà travaillé en cuisine ?**

Jamais – mais depuis que je suis à Balivernes, j'ai la fonction de réchauffer et préparer les repas. Ils font des repas à thèmes avec les résidents une fois par mois – préparés par le personnel et les résidents.

### **Regardez-vous des émissions culinaires, lisez-vous des revues de cuisine, consultez-vous des blogs de cuisine... ?**

Je regarde Top Chef avec ma fille ! Et le père Noël m'a amené un robot de pâtisserie ☺ Le concours m'a permis de beaucoup échanger avec les chefs – et encore aujourd'hui on se communique nos recettes et on reste en lien. J'ai vraiment fait de belles rencontres.

### **Avez-vous déjà envisagé de vous lancer dans une carrière professionnelle liée à la cuisine ?**

Non même si je trouve ça extraordinaire. Je trouvais que le métier d'infirmière était une vocation mais le métier de cuisinier il faut être né avec !

### **Qu'est-ce que vous aimez cuisiner ?**

Les pâtisseries surtout ce qui est à base de fruits frais

### **Avez-vous un Chef cuisinier préféré ?**

J'ai eu la chance de rencontrer Philippe Estchebest, il était venu à Moissac pour sauver un restaurant et j'ai eu la chance de parler avec lui, il est très bien ainsi qu'Hélène Darroze de Top chef.

\*

### **Comment vous qualifieriez-vous ? On dit que vous êtes...**

Une pile électrique – que je suis faite pour être dans le social- ouverte dynamique, rien n'est tabou

### **Et qu'aimez-vous faire pendant votre temps libre ?**

J'aime beaucoup la peinture, les tableaux – et j'aime beaucoup la déco – home staging de meubles – sinon je suis ma fille dans ses sports (Rugby et Hand-ball, elle est dans les premières catégories)

\*

### **Comment avez-vous vécu les premières épreuves du concours Silver Fourchette ?**

L'épreuve des sélections départementales nous a mis une grosse pression – sur l'hygiène, les goûts, la façon etc. mais j'ai beaucoup appris – lors de l'épreuve à Moissac j'étais beaucoup plus détendue.

C'était vraiment l'inconnu quand je suis arrivée à Castel – j'y suis allée pour gagner, j'ai appris plein de choses, je l'ai pris à bras le corps avec beaucoup d'enthousiasme. Quand on a gagné la première épreuve j'étais pressée de continuer cette aventure.

En préparant la Finale départementale, notre objectif était de s'adapter aux seniors – manger bien tout en étant âgés. Être dans l'adaptation à ce public, dans la bienveillance et la compréhension de de

leurs envies et de leurs capacités. Et quand après l'épreuve j'ai expliqué ça à Monsieur Constant, il lui a dit « c'est super, gardez cet état d'esprit pour la finale. »

### **Que vous a apporté la collaboration avec le Chef et les commis des lycées hôteliers/MFR ?**

La création d'une amitié avec le chef et sa famille. J'ai aussi pris des nouvelles du jeune de la MFR, Jean-Baptiste !

Avant de commencer l'épreuve à Moissac, on s'est tous pris un fou rire dans et en cuisine c'était comme à la maison. Ca a permis de mettre l'ambiance et la convivialité dès le début. Malgré tout avec peu de choses et peu de place on a réussi à faire des prouesses culinaires. On s'est entraïdés c'était top.

### **Comment votre établissement s'est-il mobilisé pour vous soutenir lors de l'épreuve ?**

Mon directeur m'a libéré mon planning pour me rendre dispo pour le concours et les collègues se sont organisés. Mon établissement me soutient dans les messages, dans les appels, dans l'animation de l'avant-première. Tous les collègues se sont mobilisés pour réaliser l'avant-première. Pour présenter Silver Fourchette ils ont réalisé en interne un petit film, ils leur ont préparé des petits déj et proposé des ateliers cuisines pour qu'ils visualisent le projet et le soutien.

### **Quelle fût votre première pensée lorsqu'on vous a annoncé votre qualification pour la finale ?**

On y est arrivés !!! Agréablement surprise !!!

**Vous portez les couleurs de votre département, qu'est-ce que cela représente pour vous ?** Une fierté car l'Occitanie – le Tarn-et-Garonne n'est pas toujours valorisé donc je suis fière de représenter nos campagnes et ce petit département rural ! Et fière de montrer que l'on veut s'occuper de nos aïeux !!

### **Dans quel état d'esprit êtes-vous à l'approche de la finale ?**

Angoissée, excitée de continuer cette épreuve – enthousiaste car je ne suis jamais allée à Paris ! Et en plus être dans le plus beau quartier de Paris 16e

### **Quel est votre atout pour réussir ?**

La détermination !!! La volonté d'être proche des besoins de nos aînés

### **Pour conclure, que pensez-vous du concours Silver Fourchette ?**

Une aventure extraordinaire – une organisation au plus haut point !!! Tout est bien calé, à la moindre question on a eu des réponses, organisation au top du top – très professionnel avec cet esprit de convivialité et de partage, riche en partage en émotion ... on se sentait à notre place !!! Malgré cette part de stress du concours on se sentait sereins car tout était bien calé. Ce qui m'a fait chaud au cœur, c'est cette proximité entre votre équipe et nous, vous étiez toujours là pour nous ! Dans l'organisation du concours, ce qui était super c'est la réussite d'organiser un concours sans oublier l'animation pour les seniors. Ils ont été intégrés du début à la fin !!! On a vu que les ateliers étaient pensés pour eux, pour que chacun malgré sa pathologie y ait sa place. Merci Julie (*Julie Giverne, Chef de Projet du Tarn-et-Garonne*), tu ne mesures pas l'impact positif que Silver Fourchette et ton travail ta bienveillance et ta proximité peut avoir sur nos vies...

**Comment décririez-vous Silver Fourchette en trois mots ?**

Le partage – bien manger pour bien vieillir – la convivialité

**Et enfin, la cuisine pour vous c'est...**

Le bonheur dans l'assiette – la bienveillance