winter edition
N°15
JANVIER 2013

Injenouvelles

Dates à retenir

- **2 février :** Assemblée générale MVA de Dunkerque dès 14h.
- **8 mars :** Soirée à thème «Nous les Mamans» Ermitage du Bois Joli dès 19h.
- **2 juin :** Neurofête au Kursaal.

Le bureau de l'association INJENO De gauche à droite (ligne du haut) **Béatrice DELFOSSE** (secrétaire adjointe), **Eric DUBURE** (trésorier), **Luc MASSON** (vice-président et chargé de communication), **Sébastien HUYGHE** (président), **Christophe LAMADON** (trésorier INJENO IDF), (ligne du bas) **Agnès LENTIGNAC** (secrétaire INJENO IDF), **Thérèse DEFOSSE** (vice-présidente INJENO IDF) , **Gérard MILCENT** (vice-président INJENO IDF), **Bernard MALAGIÉ** (président INJENO IDF)

Edito

Notre association entame sa 7ème année d'activité. 7 ans c'est à la fois peu et un passage difficile, si l'on en croit ce qui se dit. Notre belle organisation ne déroge pas à la règle. Nous avons franchi ensemble, un grand nombre d'écueils et de moments très difficiles. Le bureau de l'association, qui vous représente auprès des différents partenaires, a donné tout ce qu'il pouvait pour vous organiser des moments de détente et d'échanges (voir notre rétrospective page 4). Plus de 15 manifestations familiales ont ponctué notre cette année 2012, sans compter les autres projets. Ce travail a eu raison de l'engagement du plus grand nombre, puisque 6 membres du bureau ne poursuivront pas leur mandat jusqu'à son terme. Nous les remercions pour tout ce qu'ils ont accompli pour nos enfants, nos familles et nous comprenons leur décision. Aujourd'hui, il nous faut nous renouveler, reconstituer un bureau entouré d'un conseil d'administration. 5 à 6 personnes, entourées de 5 à 6 autres, toutes dotées d'un pouvoir de décision, voilà la nouvelle gouvernance que nous allons soumettre au vote de notre assemblée générale qui se tient le samedi 2 février 2013 à la MVA de Dunkerque.

Luc MASSON, papa d'Inès et Nina
Chargé de communication
Co-fondateur d'INJENO
Président 2006-2011

Entretenir l'esprit de solidarité, un combat de chaque instant

Une association a fondamentalement pour mission, de créer du lien social. Quand on entre dans une association, quel que soit son objet, c'est pour militer, donc défendre des idées, soutenir une action, contribuer au développement d'un projet.

Militer signifie s'emparer d'une volonté, la faire sienne et la défendre, à sa façon. Le militantisme est donc la manière de rendre audible et visible une cause que l'on veut porter à la connaissance du plus grand nombre et que l'on souhaite voir triompher.

Soutenir une action peut prendre plusieurs formes. La parole en est la première expression. La parole pour dire à autrui ce que l'association propose, réalise ou envisage de faire. La parole peut aussi être le témoignage, dire ce que l'on a vécu, ce que l'on espère ou que l'on redoute dans l'avenir.

La participation aux actions menées est une autre voie du soutien associatif. Etre présent, aider à la mise en place d'une manifestation. Cette participation peut aussi prendre la forme d'une contribution d'idées, d'un partage d'expériences, pour éviter de commettre des erreurs et agir plus promptement avec plus d'efficacité.

L'aide financière dont la première manifestation est votre cotisation, participe à la pérénisation matérielle de l'association. Cette aide peut être directe ou indirecte. Directe par la don,lors de notre Neurofête ou en dehors de ce contexte. Indirecte en participant à la vente des calendriers, des badges de carnaval, des livres, en donnant de son temps lors d'un bal de carnaval. Il est également possible de jouer les intermédiaires entre un sponsor ou mécène et l'association. Certains d'entre vous l'ont fait avec succès et nous les en remercions à nouveau.

Quant au développement des projets, la participation d'un adhérent peut être multiple. Apporter du réseau, par la mise en relation avec des personnes expertes sur le sujet traité. Apporter des idées et sa propre expertise. Porter, seul ou en équipe, le projet en coordonnant les relations entre l'association et les partenaires extérieurs.

Le livre que nous avons récemment publié « La Vie, comme elle vient », relève évidemment de cette démarche, de cette logique militante. Les témoignages qu'il contient, sont autant d'appels à la solidarité. Le produit de la vente de ce livre sera reversé à la recherche sur les neuropathies de l'enfant. Les personnes qui seront amenées à le lire, seront-elles aussi des ambassadrices de notre cause.

Alors, chers adhérents, si vous vous demandez encore ce que vous pouvez apporter à INJENO, en adhérant, ou en restant adhérent, vous trouverez bien dans ces quelques lignes une raison, une réponse et peut être une idée pour vous sentir encore plus proche de nous, de nos familles, de nos enfants.

Pour tout ce que vous faites déjà, un immense merci. Nos meilleurs vœux de santé, bonheur et prospérité, accompagnent ces quelques mots.

N'oubliez pas de renouveler votre cotisation à l'association Injeno dès à présent.

Injeno
Une association de parents d'enfants extraordinaires
Association injeno
64 rue Henri Terquem
59140 Dunkerque
contact@injeno.fr
Mobile : 06 50 60 93 42 - Fixe : 09 81 26 31 88
www.injeno.fr

Sommaire

1 • Entretenir l'esprit de solidarité, un combat de chaque instant
2 • Sandy, notre première salariée • Nos Réunions à thème • Injeno Ile De France
3 • Unis Cité • Disney • Assemblée Générale 2013 • La famille injeno s'agrandit
4 • « La Vie, Comme Elle Vient » • Retrospective 2012 • Contes de noël • Livre de recettes cétogène

Sandy, notre première salariée

Ayant constaté encore très récemment que beaucoup d'entre vous n'avaient pas connaissance de l'existence de la permanence que j'assure quotidiennement au local d'INJENO, il semble nécessaire que je me présente et que je vous explique en quoi consiste mon travail là-bas.

Je suis l'une des adultes extraordinaires que compte notre association. En effet, je suis atteinte d'une IMC (Infirmité Motrice Cérébrale) due à une mauvaise oxygénation de mon cerveau peu avant ma naissance, il y a 32 ans. Malgré mon handicap et grâce à l'obstination de mes parents qui m'ont toujours poussée à faire davantage que ce que je pensais être capable de faire, j'ai suivi des études longues et obtenu une Licence en Droit et un Master en Management de Projets Culturels. Malheureusement, comme pour de nombreuses personnes, avoir des diplômes ne garantie pas de trouver un emploi…

Depuis septembre 2011, suite à une demande du Bureau qui avait besoin d'aide pour mener de front tous les projets d'INJENO, j'ai assuré une permanence à titre bénévole pendant un an mais depuis le 1er octobre 2012 je suis salariée par l'association dans le cadre d'un Contrat d'Accompagnement dans l'Emploi (CAE).

Mon rôle est d'assurer le secrétariat de l'association, d'être votre interlocutrice lorsque vous avez besoin d'informations, de faire le lien entre le Bureau et nos partenaires et aussi d'assurer le suivi de nos projets. C'est ainsi que la présentation de notre second recueil de témoignages a eu lieu au LAAC. Y ayant fait mon stage de fin d'études et ayant conservé de très bons rapports avec la Directrice des Musées de Dunkerque, j'ai suggéré au Bureau que ce lieu se prêterait parfaitement à un tel évènement.

J'espère pouvoir apporter encore plus à INJENO dans les mois à venir pour la poursuite de nos projets et je suis à votre disposition tous les jours du lundi au vendredi, de 14h à 18h.

Alexandra Vanhille.

NOS REUNIONS A THEME REPRENNENT EN 2013

L'une des façons que nous avons trouvées pour nous réunir régulièrement, en toute convivialité, est de papoter autour d'une idée, d'une réflexion, d'une interrogation. Nous avons fait plus de 15 réunions à thème depuis la création d'INJENO. Toutefois, en 2012, deux ont été annulées, faute d'un nombre suffisant de participants.

Nous vous proposons cette année, de commencer par un thème qui paraît évident mais qui n'a jamais été traité auparavant : les mamans. Oui, nous les mamans, qu'attendons nous de mieux pour demain, quels sont nos espoirs, nos interrogations, comment mieux nous occuper de nous-mêmes, nous qui donnons tant à la famille, à nos enfants.

Le vendredi 8 mars 2013, journée mondiale de la femme, nous vous proposons de nous réunir autour de cette question, pour faire émerger des propositions à destination des mamans et essayer, pourquoi pas, d'en réaliser quelques unes.

Cette réunion se tiendra à l'Ermitage du Bois Joli à Quaëdypre (102, rue du Château, 59380 Quaëdypre - Tél : 03 28 68 50 55 Fax : 09 70 61 59 92). Cet établissement se trouve à 400 mètres de l'autoroute A25, il est accessible dans les 2 sens, que vous veniez de Lille ou de Dunkerque. C'est un établissement magnifique, doté d'un parc de 5000 m². Le prix du repas est maintenu à 12.50 euros par participant, gratuit pour les enfants et les adultes extraordinaires. De plus, deux étudiantes infirmières seront là pour s'occuper de nos enfants. Prévoyez toutefois des jeux pour vos chères têtes blondes.

Ermitage du Bois Joli à Quaëdypre

Réservez dès à présent vos places : contact@injeno.fr - tél : 09 81 26 31 88

GRANDE ETAPE DANS LA VIE DEJA SI RICHE D'INJENO

Luc vous l'annonçait en août : INJENO vient d'essaimer en région parisienne. Alléluia ! L'existence officielle de L'Association INJENO Ile-de-France est donc effective depuis le 30 juillet dernier (par publication au J.O. du 11 août 2012) ! Et c'est avec un cœur énorme et une détermination qui se veut aussi forte que celle des pères fondateurs, que nous nous lançons à notre tour dans la mêlée, parce que beaucoup trop de familles franciliennes en détresse se trouvent aussi en souffrance, frappées par une ou plusieurs neuropathies. L'impérieuse nécessité de vous emboiter le pas à Vous les Dunkerquois, s'est donc tout naturellement imposée à nous.

Bien sûr, par de-là les 300 et quelques kilomètres qui nous séparent, il nous faut maintenant apprendre à nous connaître pour travailler efficacement ensemble et générer les synergies qui s'imposent. Apprendre de vous vos expériences, vous faire part de nos projets et des spécificités de notre région, son étendue entre autres, ses atouts aussi. Et en venant bien sûr physiquement à la rencontre des familles dunkerquoises aussi souvent que possible.

Mais aujourd'hui politesse oblige, nous sommes heureux de nous présenter, nous les 5 premiers membres de notre bureau que vous ne connaissez pas encore ; le 6ème n'est autre que **Luc MASSON** qui assure en tant que **Vice Président**, la coordination entre nos deux organisations. Voici donc :

Christophe LAMADON, Trésorier : Je m'appelle Christophe et suis moi même handicapé. Je connais hélas trop bien les problèmes que nous pouvons rencontrer, c'est pourquoi je m'engage dans la vie associative pour que le handicap cesse d'être un fardeau pour nous et nos familles. Certes la société a beaucoup évolué, mais le chemin reste long.

Agnès LENTIGNAC, Secrétaire du Bureau : J'ai 34 ans et je suis assistante maternelle agréée depuis 5 ans. J'ai trois enfants, mon grand de 9 ans, mon deuxième Mathieu 5 ans et ma petite dernière 7 mois. Mathieu est épileptique, nous nous en sommes aperçus en début d'année. J'ai rejoins INJENO pour aider autant qu'être aidée et apporter les informations nécessaires aux familles.

Thérèse DEFOSSE, Vice Présidente Chargée d'Expertise Médico-sociales & administratives : j'ai 62ans, je suis infirmière puéricultrice avec 10 ans de travail dans un service de Réanimation Néonatale et 16 ans dans un service de pédiatrie. J'ai rencontré beaucoup d'enfants extraordinaires et leurs familles. J'ai aussi un fils qui, victime d'un accident du travail à 29 ans, atteint d'une tétraplégie partielle, est en fauteuil. Depuis ma retraite je forme des Assistantes de vie scolaires et des auxiliaires de vie pour des personnes en difficulté. J'ai rejoint INJENO et propose de travailler avec vous, pour construire solidement INJENO Ile-de-France et répondre de façon plus proche aux demandes des familles.

Gérard MILCENT, Vice Président Gestion de projets/Contrôle de gestion/Informatique : Je suis ingénieur à la retraite (63 ans), et grand-père paternel de la petite Roxane. Je poursuis encore une activité dans le domaine du soutien scolaire à domicile en tant qu'auto entrepreneur. J'espère apporter à l'association mon humble expérience dans les domaines qui me seront confiés.

Bernard MALAGIÉ, Président : Ma route a croisé celle d'INJENO en 2009 lorsque ma fille Stéphanie MILCENT et sa famille dont ma petite-fille Roxane, sont venus habiter Dunkerque. J'ai ainsi eu le plaisir de faire la connaissance de plusieurs familles de l'association. En 2010, la famille MILCENT a de nouveau été transférée, cette fois vers La Haye aux Pays-Bas. De mon côté, j'ai assumé progressivement un rôle de relai parisien pour INJENO et n'ai pas cessé depuis de travailler étroitement avec Luc.

J'ai 67 ans, suis retraité mais continue néanmoins à conduire à temps partiel des missions de ressources humaines pour de grands groupes principalement du secteur du BTP.

Bernard MALAGIÉ

UNIS CITÉ

Nous vous l'avons signalé à plusieurs reprises dans nos billets sur le blog de l'association, nous travaillons depuis quelques mois avec une association dunkerquoise qui vient en aide aux familles d'enfants différents. Cette association se nomme UNIS CITE, elle est présente partout en France, et est d'origine américaine. Elle propose dans le cadre de son programme « famille en harmonie » de mettre à votre disposition deux jeunes volontaires, une fille un garçon, qui se rendent au domicile des familles qui le souhaitent, soit pour réaliser avec votre enfant des activités récréatives, soit pour l'emmener en sortie, cinéma, balade, courses, etc…
Ce service est gratuit, il est de 2 ou 3 heures par semaine, y compris le samedi matin avec accord de leur encadrement. Pendant ce temps là, vous pouvez souffler un peu ou vous occuper de vous-même ou de vos autres enfants. N'hésitez pas à les contacter. Ils sont généreux, donnent beaucoup de leur personne, ils sont à l'écoute et très bien encadrés. Vous pouvez d'ailleurs dès maintenant solliciter Antoine Taine qui accompagne ces jeunes.

Pour tout contact sur Dunkerque
Antoine TAINE
Bureau Information Jeunesse
44 quai des hollandais
59140 Dunkerque
Tel : 03.28.25.01.88
Mob : 07.77.86.47.11

DISNEY

Notre sortie au parc Disney de Marne la Vallée fut un grand moment. Près de 120 personnes ont pu profiter gratuitement, d'une journée dans les deux parcs d'un repas offert par l'association et du parking gratuit. Cette journée de rêve qui n'a pas été simple à mettre en place, croyez nous, a été un franc succès. Même si nous ne le faisons pas pour être remerciés, les quelques mots laissés par les familles participantes nous ont fait chaud au cœur. Alors plutôt que de vous décrire ce que nous avons ressenti, lisez leurs commentaires…

Elisabeth Vasseur,
maman de Lucyle et Cyprien
Nous remercions toute l'association de nous avoir offert une belle journée en famille, on a retrouvé des camarades de Lucyle et Cyprien était émerveillé par Winnie et Mickey. Bravo et merci à vous.

Mickael et Valérie Zwertvaeger,
parents de Marie
Une Marie souriante toute la journée, ses frères et soeur enchantés, un parc féérique, une équipe dynamique: merci à injeno pour ce moment magique.

Bruno Schuppe, papa de Camille
Quelle journée magnifique et inoubliable, un grand merci à INJENO et bravo à toute les personnes du bureau pour cette organisation et leur travail afin que nous puissions passer une journée extraordinaire. Merci aussi aux bénévoles ainsi qu'au responsable du parc qui nous ont accompagnés tout au long de cette journée, bravo à toutes et tous et encore merci.

Famille Lambert, parents de Gérémy
Superbe journée en compagnie de vous tous, merci pour tout ce que vous faites, vous êtes formidables, ont vous encourage pour tout le temps que vous prenez avec nous, aussi un grand merci pour le personnel de Disney toujours aussi accueillant.

Famille Wallaert Téodorovic,
parents de Téa
Une journée extraordinaire pour nous : Téa a plutôt apprécié toutes ces animations autour d'elle ainsi que papa et maman ! On a aussi été ravis de rencontrer même si parfois brièvement les autres enfants et parents de la grande famille INJENO !!! Merci encore à tous pour cette journée féérique et bravo pour l'organisation - équipe Injeno et personnel Disneyland (le repas pris en convivialité et dans la bonne humeur était particulièrement goûteux) !! Un énorme bisou de remerciement de notre part :-)

Famille Dusautoire-Macre,
parents de Valentin
Nous avons passé une journée inoubliable en compagnie des familles d'INJENO. L'organisation était parfaite et nous remercions tous ceux qui donnent leur énergie afin que nous passions des moments de bonheur comme celui-là. Bisous

NOTRE ASSEMBLEE GENERALE SE TIENT LE 2 FEVRIER 2013 A LA MVA DE DUNKERQUE

Moment à la fois obligatoire et décisif dans la vie d'une association, l'assemblée générale, réunissant un maximum d'adhérents, reçoit du bureau directeur, toutes les informations sur l'année écoulée et les projets à venir.

Cette année notre AG se tient à la Maison de la Vie Associative le samedi 2 février 2013 de 14 à 17 heures. Vous avez reçu récemment un courrier vous invitant à nous retourner un coupon de participation et d'information. Nous vous invitons à le faire au plus vite, pour nous permettre de prendre en compte vos choix. Mais cela ne vous empêche pas de venir assister à cette réunion institutionnelle, au terme de laquelle nous fêterons comme il se doit la nouvelle année.
Nous devons renouveler les membres du bureau et trouver des administrateurs, alors si vous souhaitez nous aider, nous suivre, nous assister, venez le dire lors de notre assemblée générale.

Nous comptons sur votre présence le 2 février 2013.

LA FAMILLE INJENO S'ELARGIT

le petit Thanéo

En 2012 nous avons connu, comme un très grand nombre d'associations, une défection importante dans nos rangs. Pour des raisons d'éloignement, de temps, d'argent et parfois même de compatibilité avec leur projet personnel, des adhérents décident de ne pas poursuivre la route à nos côtés. Pour autant, comme tous les ans, nous avons l'immense plaisir de recevoir, de découvrir, d'accueillir de nouvelles familles. Très souvent, elles nous ont découverts par le biais d'un article de presse, d'une recherche sur Internet ou d'un dépliant lu dans une salle d'attente. Nous sommes quoi qu'il en soit immensément heureux de vous annoncer qu'en 2012, ce sont 15 enfants, adolescents et adultes extraordinaires qui ont rejoint notre groupe.

Merci aux deux Christophe, à Antoine, Léa, Quentin, Lindsay, Ethan, Théo, Lucyle, Cyprien, Oscar, Mathieu, Thanéo, Benoît, Solène et leurs parents de nous avoir choisis.

Un petit coucou tout doux pour Thanéo, hospitalisé depuis le 22 décembre 2012 et qui se bat encore aujourd'hui comme un bon diable contre la maladie, du fond de son lit d'hôpital. Pour Eddy, Noémie, leurs parents et toutes les familles dans la même situation, nous espérons que notre sollicitude, notre écoute et notre foisonnement de projets vous apporteront un peu de réconfort.

Enfin, une pensée particulière pour Caroline, Olivier et Charlotte auxquels nous ne pouvons que dire notre peine et notre compassion.

« LA VIE, COMME ELLE VIENT » Une œuvre collective au service de tous

Le vendredi 30 novembre 2012, nous avons présenté, aux adhérents, au public, et à la presse, notre second livre « La Vie, comme elle vient ». Cet ouvrage, fruit du travail d'un très grand nombre de personnes, au premier rang desquelles, les familles qui ont accepté de témoigner et donc de se livrer, est un objet magnifique, par sa qualité de réalisation et par l'émotion que dégagent les histoires qu'il contient.

Il a fallu un peu plus de deux années de travail, un budget de plus de 15 000 euros, l'intervention de 18 familles, 18 illustrateurs, pour qu'aujourd'hui, ce livre soit entre vos mains.

Son originalité ou plutôt ses originalités, son format, oblongue, rare en édition, l'illustration façon bande dessiné, tout aussi rare dans des ouvrages de récits personnels et enfin la qualité de mise en page et de l'impression, grande réussite des professionnels qui se sont chargés de ces deux aspects du projet.

Notre livre peut actuellement être commandé auprès de nous ou être acheté chez Majuscule à Dunkerque. Dans quelques jours, nous allons mettre en place une diffusion un peu plus large pour qu'il soit plus aisé de le trouver sur tout le territoire. La liste des points de vente vous sera communiquée via notre site et notre page Facebook. Si vous souhaitez le recevoir par courrier, envoyez nous un chèque de 23 euros à l'ordre d'INJENO si vous n'êtes pas adhérent. Si vous l'êtes, il vous suffit de nous envoyer un chèque de 3.5 euros ou 6 timbres (participation aux frais d'envoi) et l'ouvrage vous sera adressé dans les meilleurs délais.

La Vie, comme elle vient est un acte d'une grande générosité. En effet, les familles et les artistes illustrateurs sont intervenus gratuitement et vous font don de leur travail et de leur vécu. Au-delà de cet altruisme, la vente de ce livre viendra augmenter les sommes que nous collectons dans le cadre de notre Neurofête™ pour soutenir le programme de recherche du Docteur Stéphane Auvin qui dirige l'unité U676 de l'INSERM à l'hôpital Robert Debré. Alors n'hésitez plus, commandez ce livre et soutenez nos enfants et les 185 000 personnes, prochainement bénéficiaires des résultats des recherches du Docteur Auvin.

Conte de Noël

Nous vous l'avons signalé dans notre Injenouvelles n°14, nous avons écrit et mis en images un conte de Noël afin de présenter notre projet d'exosquelette aux plus grand nombre, en passant par les enfants et par le rêve et la magie que génèrent encore les fêtes de Noël.

Il s'agit de l'histoire d'un petit frère, Thomas, dont l'ainé, Rémi est handicapé (à l'image de nos enfants polyhandicapés et neuro-lésés). Thomas s'invente un univers personnel pour compenser l'impossibilité de jouer avec son grand frère. Dans cet univers, peuplé de personnages magiques, un petit robot lui tient compagnie, il répond au nom de BIP. Il leur arrive toutes sortes d'aventures, que vous découvrirez, nous l'espérons, d'ici à la fin de l'année 2013. Si vous souhaitez nous aider sur ce projet, dites le nous, vous serez les bienvenus.

Rétrospective 2012
des activités familiales d'Injeno

- Notre invitation VIP à la fête foraine de Dunkerque (Janvier 2012)
- Le bal enfantin des Peulemeuches (Février 2012)
- La réunion à thème sur les parents astucieux (Mars 2012)
- Le cirque GRUSS offert aux familles (Avril 2012)
- L'après-midi poney pique-nique offert aux familles (Mai 2012)
- Les véhicules d'exception (Mai 2012)
- La Neurofête (Juin 2012)
- Injenovalie (Juin 2012)
- La journée plage (Juin 2012)
- La marche olympique (Septembre 2012)
- Le parc Disney offert aux familles (Octobre 2012)
- La soirée Disco (Octobre 2012)
- Pol'Art (Novembre 2012)
- La présentation de notre second livre au LAAC (Novembre 2012)
- Injenoël (Décembre 2012)

Voici à peu de choses, le programme que nous allons essayer de poursuivre, pour nos enfants, nos familles et le bonheur de se rencontrer régulièrement.

Encore bonne année 2013 à toutes et à tous.

Livre de recettes cétogènes

Beaucoup des enfants d'INJENO sont épileptiques, l'ont été, ou le sont à nouveau. L'épilepsie se soigne bien, à grand renfort de médicaments. Pourtant, pour 30 à 40% d'entre eux, les médicaments, même pris régulièrement et en grande quantité, n'ont aucun effet sur la maladie. On parle alors de pharmaco résistance. Il existe différentes manières d'améliorer l'effet des médicaments ou de réduire l'occurrence des crises, parmi lesquelles l'hémisphérotomie (Alice Bourgoin), la pose d'un stimulateur du nerf vague (Théo Richard) ou le recours au régime cétogène (Manuel Fournier, Inès Masson). Si vous interrogez les parents d'un enfant polyhandicapé ou neuro-lésé et que vous leur demandez ce qui est le plus difficile à gérer, beaucoup d'entre eux vous diront : « la crise d'épilepsie ». Elle arrive quand elle veut, disparait on ne sait pour quelle raison, assomme nos enfants, rend les acquisitions impossible ou les retarde, bref c'est une belle cochonnerie !

Alors, quand les médecins vous disent, bon, voilà, il existe un régime alimentaire à base d'acide gras et de protéine, qui diminue, voire fait disparaitre les crises dans 80% des cas, vous sautez sur l'occasion. C'est exactement ce que nous avons fait (dans la famille Masson) pour notre fille Inès. Le principe est simple, plus de sucre, que du bon gras et des protéines. Par contre, la contrainte de préparation des repas est importante. En ce qui concerne Inès, ses repas sont mixés, mais pour les autres enfants, adolescents ou adultes, non polyhandicapés, il est possible de manger avec plaisir tout en pratiquant le régime cétogène, car tel est son nom.

Je vous avoue, j'adore les émissions de cuisine, j'aime manger. Lorsque nous avons découvert que dans la finale de **Masterchef 2012**, il y avait un dunkerquois. INJENO a décidé de le solliciter pour réaliser ensemble un beau et grand projet. C'est chose faite. Ludovic Dumont (voir photo à droite) a accepté de nous aider à réaliser un livre de recettes cétogène, digne des grands restaurants et des grands maîtres dont il est le digne héritier. Il nous a promis d'amener sous sa toque, d'autres grands chefs. Au-delà de cet ouvrage, ce que nous espérons également, c'est convaincre TF1, une fois de plus (car nous avons déjà fait un 13 heures, l'émission C'est quoi l'Amour et la ferme célébrités en Afrique) d'inclure dans Masterchef 2013 ou 2014, une épreuve cétogène. L'avenir nous dira si nos espoirs étaient fondés !

Ludovic Dumont gagnant masterchef 2012 et Luc Masson.