

M.A.D : festival culinaire complètement toqué

Gastronomie | La Méditerranée se déguste ce week-end à Montpellier.



■ Fabien Lefebvre fera partie des 58 chefs présents sur le M.A.D.

La première édition du M.A.D (Méditerranée À Déguster), festival culinaire ciblé sur la gastronomie méditerranéenne et ses déclinaisons, se déroule de ce vendredi à dimanche à la Park & Suites Arena de Montpellier, avec un axe santé/nutrition inédit dans le Sud.

Un événement parrainé par les frères Pourcel, célèbres chefs montpellierains de renommée internationale, et qui mettra en scène les traditions et nouveautés culinaires du pourtour méditerranéen.

Dix pays représentés et cent trois exposants

Le M.A.D, en quelques chiffres, c'est 58 grands chefs du pourtour méditerranéen, 5 MOF (Meilleurs ouvriers de France), 34 étoiles, 10 pays représentés, 103 exposants prêts à embarquer les visiteurs pour une croisière des saveurs qui les fera voguer de la péninsule ibérique aux îles grecques, en passant par le Maghreb, les côtes françaises ou encore la botte italienne... Au programme, 18 conférences pédagogiques autour de la santé animées par des professeurs et des chefs, 22 master class, 2 menus et 18 bouchées à déguster sans modération pendant les trois jours que dure le festival.

Le M.A.D, c'est aussi la diffusion du film documentaire de la chef Fatema Hal *Méditerranéennes, la cuisine en partage*, des séances de dégustations, et une multitude d'autres paris un peu fous comme un concours de cuisine inter-Parcs: deux équipes de cuisiniers du Haut-Languedoc et des Pyrénées Ariégeoises, seront derrière les fourneaux pour un concours culinaire haut en saveurs ! Ils disposeront de 2h30 pour concocter un menu complet représentatif de leur territoire (entrée, plat, dessert) élaboré à base de produits locaux ou de la marque Parc. Quelle sera la meilleure équipe ? Un jury se prononcera à l'issue de la dégustation...

Enfin, le M.A.D est aussi l'occasion de découvrir des produits régionaux aux histoires originales et décalées comme celle du riziculteur camarguais, Bertrand Poujol, qui a décidé d'utiliser des centaines de canards à la place de désherbants chimiques afin de proposer un riz bio.

SIMON-JACQUES TRIGANO

► **Entrée simple 10 €, gratuite pour les - de 14 ans. Forfaits dégustation et animation au choix. Informations, programme complet et réservations sur: www.festival-mad.com**

Un laboratoire qui étudie ceux qui dorment trop

Santé | Le CHU de Montpellier est centre national de référence sur la narcolepsie-cataplexie. Explications du Dr Dauvilliers.

C'est une maladie rare, qui touche 20 000 à 30 000 personnes en France. Symptôme majeur: un besoin pathologique de sommeil qui entraîne des endormissements incontrôlés. Plus discrète, plus sournoise, beaucoup plus grave, moins bien diagnostiquée, la narcolepsie est "l'inverse" de l'insomnie, qui touche 20% à 30% des Français. À l'occasion de la journée nationale du sommeil, ce vendredi, Yves Dauvilliers, responsable de l'équipe médicale des troubles du sommeil du CHU de Montpellier, centre de référence national sur la narcolepsie, décrypte.

De quoi souffrent ces personnes qui ont un besoin permanent de dormir ?

D'une atteinte du cerveau qui ne synthétise plus l'hypocrétine, un peptide qui intervient dans la régulation du sommeil. Un individu sain possède 1000 milliards de neurones. Chez les malades, les 70 000 neurones qui fabriquent l'hypocrétine sont non fonctionnels. C'est ce que mettent en évidence des tests que nous sommes les seuls à les réaliser dans notre laboratoire. Notre plus jeune patient a 3 ans. Les symptômes apparaissent plutôt vers l'âge de 15 ans, mais on consulte rarement avant l'âge de 25 ans. On devrait avoir 30 000 personnes suivies, on n'en a que 10 000 diagnostiquées, car la communauté médicale banalise le phénomène.

Quels sont les symptômes ?

Dans sa forme la plus invalidante, la maladie se manifeste par le besoin de



■ Le Dr Yves Dauvilliers recherche les causes de cette maladie invalidante. C. PALASZ

dormir au moins vingt minutes trois à quatre fois par jour. Ce sont aussi des patients qui perdent leur force lorsqu'ils rient, sont très émus... Ils tombent alors comme des pantins. C'est la cataplexie. C'est souvent cet élément qui aide à poser le diagnostic, à faire la différence avec de la somnolence.

Connait-on les causes ?

Cela fait vingt ans qu'on recherche les facteurs déclenchant: traumatisme crânien, infection, vaccination... On pense qu'il s'agit d'une maladie auto-immune (Ndr: le système immunitaire ne reconnaît plus des substances présentes dans l'organisme et les considère comme ennemies).

En 2013, votre équipe a publié dans de prestigieuses revues scientifiques une enquête qui fait le lien entre la narcolepsie et le vaccin contre la grippe H1N1, où en est-on ?

Dans les années 2011-2012, on a vu apparaître, chez des patients vaccinés quelques mois plus tôt contre la grippe H1N1 des formes sévères de narcolepsie-cataplexie. En France, 12% de la population a été vaccinée, 5 millions de personnes. On voit quatre à cinq fois plus de cas dans la population vaccinée contre la H1N1 que dans la population témoin. C'est ce que révèle notre étude parue il y a deux ans. Depuis, on continue à travailler. C'est un modèle pour comprendre la maladie.

Selon quel mécanisme ?

Dans ce vaccin, c'est la première fois qu'on utilisait l'adjuvant A503. Il est aujourd'hui interdit par principe de précaution. L'effet déclencheur semble être la combinaison du vaccin et de l'adjuvant. Ce n'est pas la cause directe, on suppose qu'il y a d'autres facteurs, une prédisposition génétique.

Comment se soigne-t-on ?

Il y a une dizaine de médicaments, et notamment des psychostimulants pour rester éveillé... Dans 80 % des cas, on améliore la situation de ces patients.

Recueilli par SOPHIE GUIRAUD

► **La 15^e journée nationale du sommeil** est organisée ce vendredi 27 mars sur le thème sommeil et nutrition.

« C'est une maladie rare, on se cache »

Une vie plombée par la maladie. Alain de la Tousche se souvient de ses premiers symptômes de narcolepsie, à 14 ans: « J'avais l'impression de faire de la lévitation dans mon lit, c'était des crises de paralysie du sommeil. Le phénomène a empiré mais je n'en parlais pas. Je m'endormais pendant les cours », se souvient le Landais, président de l'association de narcolepsie-cataplexie (1). « Arrivé avec beaucoup de chance au CHU de Montpellier » où il a été diagnostiqué à 34 ans, Alain de la

Tousche a testé des médicaments désormais abandonnés, « des amphétamines à haute dose » et le Modiodal, « utilisé par les pilotes et les mécaniciens au Tchad et aux Malouines, pour tenir 72h sans dormir »: « Moi, je tombais en marchant, je m'endormais à table »... Sa vie professionnelle a été hachée, avec « plus de temps en arrêt maladie ou en invalidité qu'au travail ». Sa vie personnelle a nécessité la patience de son épouse et de ses cinq enfants. Sa vie sociale s'écrit en

pointillés: « On se cache. Le regard des autres est dur. Tout ce qu'on ne fait pas parce qu'on dort ! »

Son investissement associatif a en revanche été riche. Son dernier combat: le soutien des malades vaccinés contre la H1N1, que l'ANC met en relation avec un avocat: « Des dossiers ont été abandonnés, quatre ont été réglés avec l'office national d'indemnisation des accidents médicaux, 72 sont en cours d'examen. »

S. G.

► (1) **ANC, tel. 02 51 82 45 13.**

24 HEURES D'ACTUALITÉ DANS LA RÉGION

Hérault Journée du châtaignier

Propriétaires forestiers, scieurs, charpentiers... Les professionnels locaux de la filière du bois de châtaignier ont rendez-vous à Courriou dans les hauts cantons de l'Hérault ce vendredi. À travers des démonstrations de bûcheronnage et de débardage, cette journée est destinée à valoriser la filière. Contact: 06 80 44 88 66.

P-O La forêt cerdane célébrée

Journée d'animation transfrontalière consacrée à la forêt du Puigmal, à Err ce samedi. Ce rendez-vous, nouvelle version de la traditionnelle fête de l'arbre, se veut à destination du grand public et vise notamment les familles. Des mini-randonnées thématiques seront proposées. Renseignements auprès de la Charte intercommunale de Cerdagne: 04 68 04 06 41.



Gard Oxana Shachko, l'une des fondatrices des Femmen, à Itinérances

Jeudi soir, le documentaire d'Alain Magot, *Je suis Femmen*, était diffusé au public, dans le cadre du festival de cinéma d'Alès, Itinérances. Oxana Shachko, cofondatrice du mouvement Femmen, âgée de 28 ans, était venue présenter ce film retraçant la création du mouvement de contestation féministe, dont les militantes se mettent seins nus pour faire entendre leurs voix et dénon-

cer la dictature, la corruption, les violences faites aux femmes, etc. L'Ukrainienne, qui vit aujourd'hui dans un squat à Paris en attendant la réponse à sa demande de statut de réfugié politique, est le personnage principal du documentaire. Elle est revenue sur son parcours, son engagement et les menaces qui pèsent aujourd'hui sur elle.

Photo ALEXIS BETHUNE

Gard Un week-end taurin se prépare

"Rendez-vous en terre d'aficion", tel est le nom de cette manifestation organisée à Nîmes les 10, 11 et 12 avril prochains pour la 5^e année consécutive. Lectures, danse, chasse aux trésors, ateliers à thème, quizz taurin... Ce programme, riche et varié, s'adresse aussi bien aux enfants qu'aux adultes. La fête se terminera, à 16h le dimanche, avec une novillada sans picadors aux arènes.

Aude La sécurité routière en films

Des élèves de terminale pro commerce et de première pro vente du lycée Gustave-Eiffel de Narbonne poursuivent un projet à destination de leurs congénères depuis la rentrée scolaire: écrire et réaliser un film consacré aux comportements à risque et leur impact sur la conduite. Les films seront prêts d'ici septembre.

Aveyron

2

Le second épisode de la web série *Mortus corporatus* est disponible sur Youtube depuis jeudi soir. Composée de 10 épisodes de 6 minutes chacun, cette série humoristique est née à Saint-Affrique, réalisée par l'association AnderAndrea production et financée via le site participatif Ulule.

Hérault Elle apprend qu'elle est... morte en allant voter!

Insolite histoire qui est arrivée à Arlette Ambroz, retraitée de Lodève, dimanche dernier. Alors qu'elle se présente vers 16h à son bureau de vote, elle découvre qu'elle a été rayée des listes électorales. Souhaitant en connaître le motif, elle s'adresse au bureau administratif où son interlocuteur lui apprend qu'elle est décédée à son domicile, le 19 janvier dernier! Or, c'est son père qui est mort, chez elle, à cette date. Une erreur finalement réparée avant la fermeture du bureau de vote après avoir déposé en urgence un dossier auprès du tribunal d'instance de Montpellier qui siègeait spécialement pour l'élection. Arlette a donc pu voter et "ressusciter" auprès des services municipaux.