



Les Fourchettes Roses

La longue maladie

une tempête dans la vie des malades et de leurs proches



Une tempête qui souffle sur des besoins essentiels : **manger équilibré**, **garder des rituels de repas**, **cuisiner**.

Souvent un **isolement** qui s'opère. La vie sociale se délite, et accentue la problématique des repas.

L'entourage (amis, voisins, collègues, famille) a souvent **envie de soutenir** son proche malade, mais ne sait pas toujours trouver les moyens pour concrétiser sa **solidarité**.



Connecter le malade à ses aidants

Comment répondre à cette double problématique: celle du malade et de ses aidants proches ?

Notre réponse :

connecter le malades à son cercle de confiance - famille, amis,...-
à travers une application gratuite.

Dans ces moments de vie qui font bouger les repères, les besoins du malade et de son cercle familial proche, évoluent au jour le jour. Pour que cette solidarité soit efficace, il faut s'organiser, se coordonner et se simplifier la vie. L'application permet aux malades de solliciter de l'aide en toute simplicité, et à leurs proches, de contribuer sans crainte de mal faire.

Avec les Fourchettes Roses, [chacun trouve sa place dans la solidarité](#), pour redonner du sens et du réconfort au quotidien.

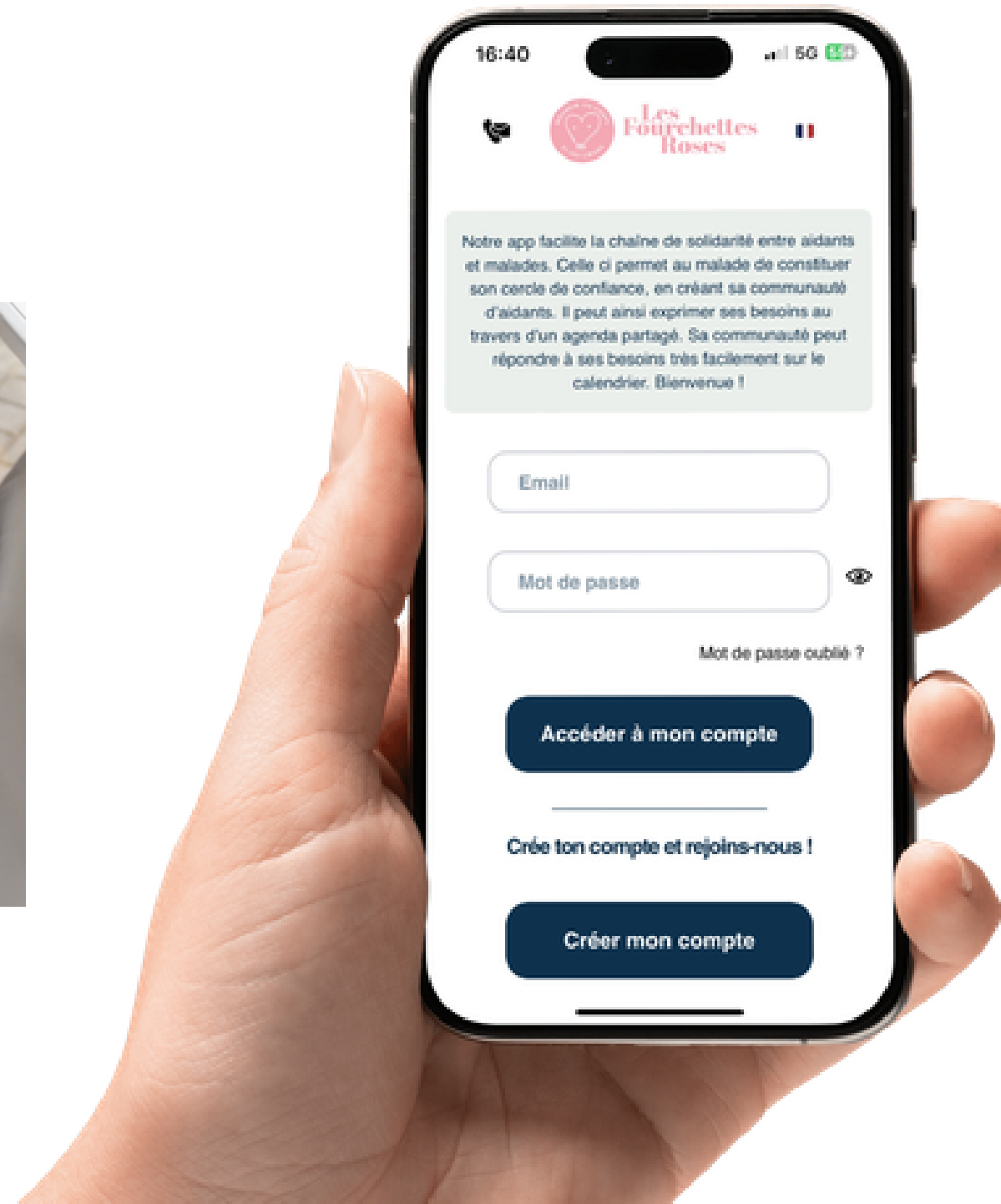
Ceci constitue la première étape de concrétisation. La phase suivante de notre action sera d'en déployer l'usage, en dehors d'une communauté de confiance acquise (réseau ouvert vs réseau personnel).



Notre solution

une app solidaire GRATUITE

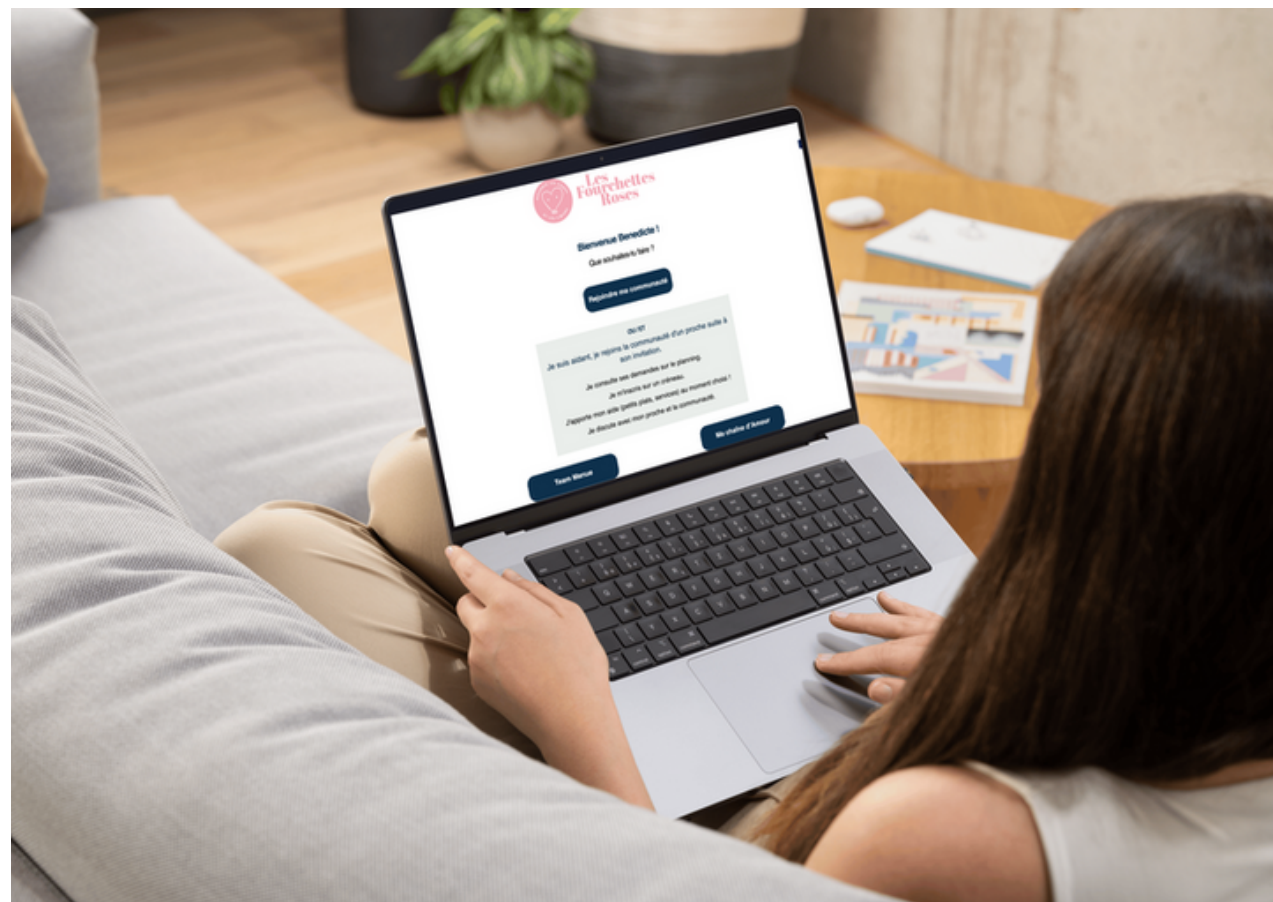
Une solution digitale conçue pour être utilisée sur tous types de supports



Notre solution

une app solidaire GRATUITE

Un utilisateur n'est pas identifié
en tant qu'aidant ou malade.



Notre solution

une application mobile intuitive et flexible



Un calendrier partagé pour exprimer des besoins et répondre aux demandes.



Notre solution

fonctionnement de l'app mobile

ETAPE 1 : rendez-vous sur l'app Les Fourchettes Roses et créez votre compte



**Je suis malade
(ou 1er aidant)**

Etape 2: je crée ma communauté et invite mes proches à la rejoindre

Etape 3: j'inscris mes préférences et restrictions alimentaires

Etape 4 : je demande de l'aide (repas ou service)

Etape 5 : je discute / donne des nouvelles à ma communauté



Je suis aidant

Etape 2: je rejoins la communauté d'un proche malade suite à son invitation

Etape 3: je rends mon profil visible ou confidentiel pour le reste de la communauté

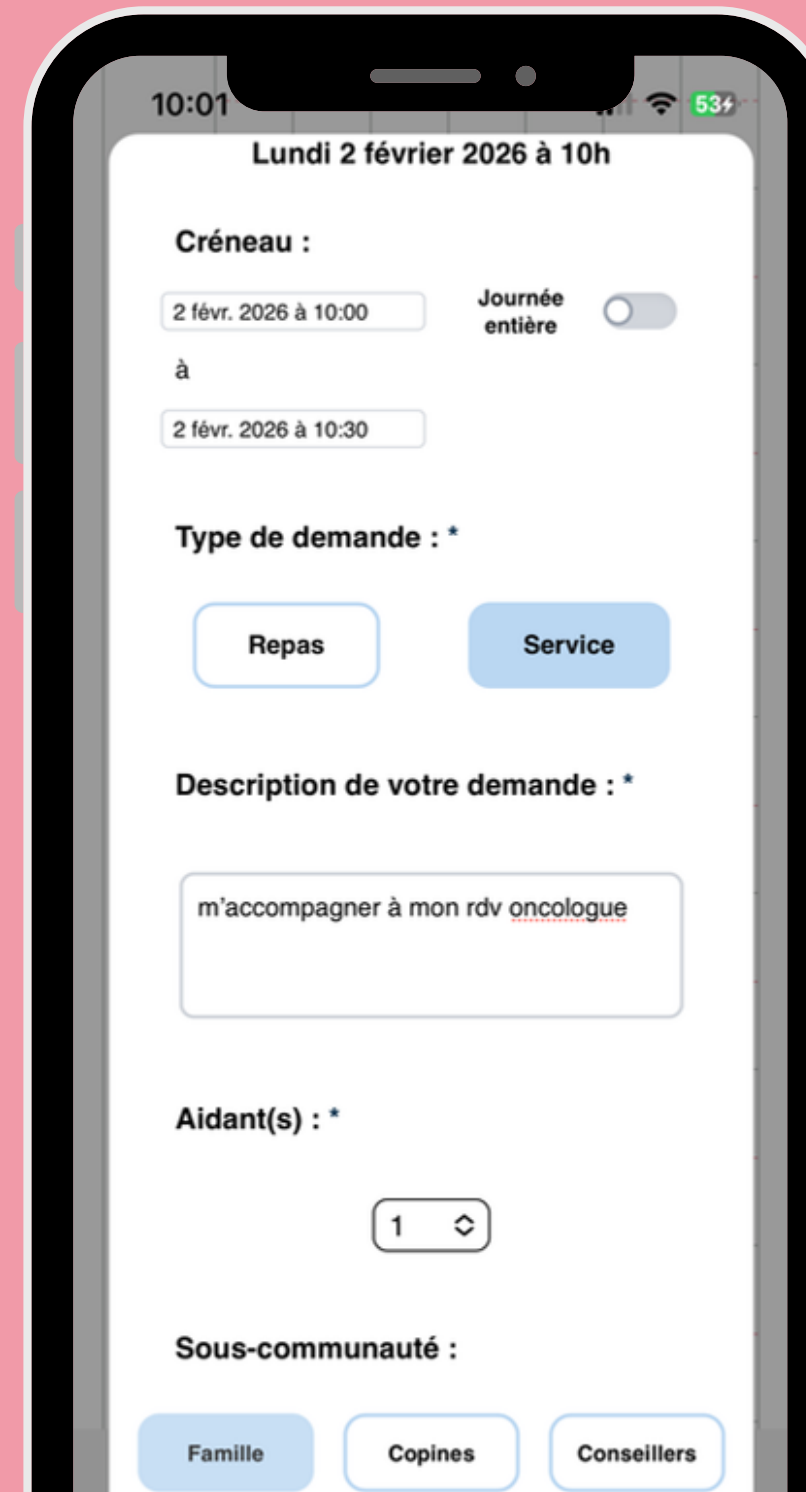
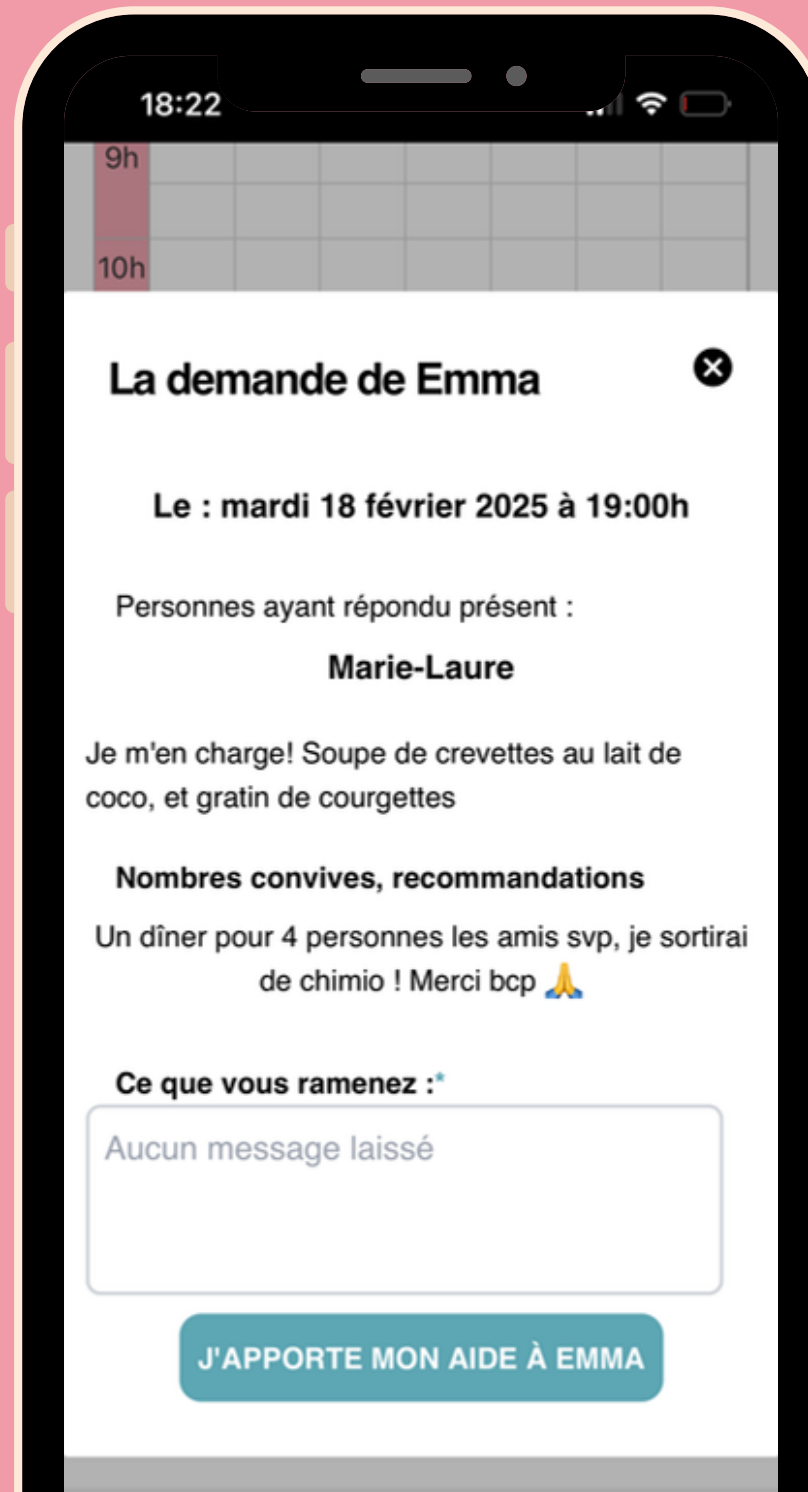
Etape 4: je réponds à une demande, et indique le repas que je vais préparer & livrer, pour favoriser la diversité alimentaire

Etape 5 : je discute avec la communauté

NOTRE SOLUTION

UNE APP SOLIDAIRE GRATUITE

Quelques
EXEMPLES
de demandes



Quelques dates ...

Janvier 2022

Création de l'association

Mai 2023

Première version des Fourchettes Roses accessible au public, en version Web App Responsive

Janvier 2024

Reconnaissance d'intérêt général par l'administration fiscale

Septembre 2024

Nouvelles fonctionnalités : chat, notifications, fluidité du parcours

Mise en oeuvre du bureau d'écoute

Maillage avec les acteurs du médical et du médico-social du Nord: hôpitaux, cliniques, médecins (Lille, Valenciennes, Douai, Armentières), Ligue contre le cancer Nord, ERC, Maison des aidants, Maison Borromée, département 59

Mai 2025

Bascule en version App, disponible sur les stores Android et IOS

Juin 2025

App disponible en anglais, espagnol, portugais, italien et allemand



une innovation sociale naît du terrain

Les Fourchettes Roses : une innovation sociale née de l'expérience du cancer, au service de tous les parcours de vie fragilisés.

Les Fourchettes Roses est une initiative née du vécu personnel des fondatrices, confrontées au cancer du sein. De cette épreuve est née une conviction : mieux vivre la maladie passe aussi par le lien social, le maintien du quotidien, le soutien au premier aidant.

Aujourd'hui, cette solution innovante, opérationnelle et transférable agit concrètement pour faciliter la vie des malades et de leurs aidants, pendant ou après la maladie.

Au-delà du cancer, l'approche s'adapte à toute situation de vulnérabilité ou de fragilité – maladie chronique, handicap, isolement – grâce à un modèle ancré dans le terrain et pensé pour être déployé facilement ailleurs.

Une initiative à impact, à découvrir et à relayer pour essayer ce qui fonctionne !





L'essentiel en une page

Les Fourchettes Roses ... en une page

Fondée en 2022 par Emma, Bénédicte et Sandra, Les Fourchettes Roses est une association reconnue d'intérêt général, née de leurs expériences personnelles face à la maladie, et particulièrement au cancer du sein.

La mission des Fourchettes Roses: faciliter une solidarité sincère et délicate entre malades et aidants pour améliorer le quotidien de chacun, quand la vie est chamboulée.

Nos objectifs: nourrir les corps et les cœurs de ceux qui souffrent

Plus de goût pour plus de vie

Offrir des repas équilibrés et gourmands qui répondent aux besoins spécifiques des malades.

Renforcer le lien social

Créer des moments d'échange choisis et respectueux des besoins d'intimité de chacun.

. Simplifier le quotidien

Réduire la charge mentale notamment du premier aidant grâce à une organisation fluide et pratique.

Transformer l'élan solidaire en actions concrètes

Encourager et structurer les initiatives des aidants pour un impact durable.

En France, plus de 5 millions de personnes accompagnent un proche atteint d'une maladie longue ou d'un cancer.

A ce jour, l'association Les Fourchettes Roses fédère 21 bénévoles et 12 partenaires. L'application a permis de connecter + 400 utilisateurs.

L'ensemble de la chaîne de valeur s'appuie sur la générosité: mécénat de compétences (création et maintien de l'App, hébergement, appui juridique, communication...), et mécénat financier.

Téléchargez l'application sur l'App Store ou Google Play pour transformer un geste simple en véritable soutien !



Les Fourchettes Roses

L'APP QUI FACILITE LA CHAÎNE DE SOLIDARITÉ ENTRE AIDANTS ET MALADES

POUR BIEN SE NOURRIR ET MAINTENIR
LE LIEN SOCIAL PENDANT LA MALADIE



www.lesfourchettesroses.org



Scannez le QR code pour
télécharger l'application