

## POUR UNE SAINTE ALIMENTATION EN RÉSIDENCE POUR ÂÎNÉS

OUTILS POUR FAVORISER UN ENVIRONNEMENT FAVORABLE À LA SAINTE ALIMENTATION EN RÉSIDENCE POUR ÂÎNÉS

### DESTINÉS AUX

Gestionnaires de résidence pour aînés, membres du conseil d'administration, responsables de l'alimentation, chefs cuisiniers, membres de comité de cafétéria.

### AU PROFIT DES

Personnes âgées vivant dans une résidence.

*Ces personnes, à la fois différentes, partagent des caractéristiques communes. Elles sont plus à risque de souffrir de malnutrition et de voir leur autonomie décliner, d'où l'attention particulière à la qualité des repas qui leur sont offerts. Le côté émotionnel de l'alimentation est aussi à prendre en considération. Ces gens ont quitté leur domicile, où ils étaient « maîtres » de leur alimentation. Cette nouvelle réalité peut affecter leur appétit. Il est nécessaire d'être sensible à cet aspect afin de mieux comprendre les besoins de ces aînés.*

### DESCRIPTION

1. Vidéo « Favoriser la création d'environnements favorables à la saine alimentation au sein de résidences pour aînés », 16 minutes, incluant les lignes directrices de base pour appliquer le Guide alimentaire canadien : <https://guide-alimentaire.canada.ca/fr/>

*Le manuel d'application du Règlement sur les conditions d'obtention d'un certificat de conformité et les normes d'exploitation d'une résidence privée pour aînés indique que l'exploitant qui fournit des services de repas aux résidents doit offrir des menus variés, conformes au Guide alimentaire canadien (GAC) publié par Santé Canada et adaptés aux besoins nutritionnels particuliers des personnes âgées. Il doit tenir à jour et afficher visiblement, dans un lieu accessible aux résidents, une grille de menu couvrant au minimum une période de 3 semaines pour consultation par les résidents et leurs proches.*

2. **Outil pour favoriser la création d'un environnement favorable à la saine alimentation au sein de résidences privées pour aînés (RPA)**, incluant 29 conditions gagnantes

*L'importance de la saine alimentation dans une résidence d'aînés va plus loin encore que l'équilibre du menu. Un ensemble de conditions alliant la qualité de l'offre, le contexte des repas et l'implication de tous gagnent la satisfaction de la clientèle.*

### MODE D'UTILISATION

1. Établir un comité « Alimentation » à la résidence, formé idéalement d'un gestionnaire, du chef cuisinier, d'un représentant des usagers et de toutes autres personnes significatives.
2. Prendre un temps ensemble pour regarder la vidéo.
3. Revenir en comité sur les concepts de la vidéo à partir de l'outil papier et explorer ensemble les conditions gagnantes.
4. Établir un plan d'action pour favoriser l'innovation, un « repas » à la fois!
5. Collaborer à l'inspiration de nouvelles recettes, avec l'aide de certains outils : « **225 recettes saveur santé pour les résidences de personnes âgées** », participation des centres de santé et de services sociaux (CSSS) de la région de la Chaudière-Appalaches, 2015; « **Guide de menus durables** » ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ), 2021.

**C'est en combinant plusieurs ingrédients que l'on contribue ensemble à nourrir les aînés et à maintenir leur autonomie, et ce, au-delà de tout ce qui mijotera en cuisine!**

L'équipe des nutritionnistes de la Direction de santé publique du CISSS de Chaudière-Appalaches, Juin 2021