

Zeitschrift: Magazine aide et soins à domicile : revue spécialisée de l'Association suisse des services d'aide et de soins à domicile

Herausgeber: Spitex Verband Schweiz

Band: - (2016)

Heft: 5

Rubrik: Dossier "Nutrition" : bon appétit!

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 31.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Bon appétit!

Pour se maintenir en bonne santé, une alimentation équilibrée est essentielle. Souffrir de dénutrition entraîne un affaiblissement et donc un risque toujours plus élevé de chutes ou de complications suite à une maladie. Les services d'aide et de soins à domicile, grâce à leur service de livraison, mettent tout en œuvre pour faire de chaque repas un moment de plaisir. Saveurs et conseils personnalisés offrent alors aux clients une alimentation à la fois bonne pour le corps et pour le moral.

Les cuisines de Gargantua livrent à domicile

Dans les bâtiments de Traitafina SA à Lenzburg, en Argovie, des repas sont confectionnés pour le service de livraison qu'offrent 25 organisations d'aide et de soins à domicile. De nombreuses personnes œuvrent pour que ces menus, préparés à base de produits frais, trouvent leur chemin jusqu' sur la table des clients.



Du filet de poulet en route pour les «Menus Mobiles». Photo: Guy Perrenoud

Les cheveux sous une coiffe en papier, la bouche cachée par un masque et l'entier du corps dissimulé sous une combinaison. Même les chaussures sont recouvertes par des protections en plastique. Pour entrer dans les halles de Traitafina SA par un couloir spécial, on prend un maximum de précaution. L'hygiène, voilà bien sûr la raison de toutes ses mesures. A Traitafina SA, à Lenzburg en Argovie, où plusieurs tonnes d'aliments sont traitées, cuisinées et emballées chaque jour, les germes ne sont pas les bienvenus. Je suis accompagnée par Placi Caluori qui me fait visiter le site de production de Traitafina SA. Depuis 25 ans, il est responsable du secteur «Menu Mobile». Dans ce complexe aux murs de béton et au plafond très élevé, il fait si frais

que l'on est presque heureux que la combinaison assurant l'hygiène offre aussi à son porteur quelques degrés supplémentaires. L'odeur varie d'une salle à l'autre. Le parfum de différentes épices flotte dans l'air. Nous arrivons dans le secteur de la viande. Là, des tonnes de steaks, de saucisses ou de filets y sont produits. La viande provient d'élevages de la région. «L'abattage se fait à Sursee, dans le canton de Lucerne. La viande arrive ensuite directement chez nous à Lenzburg», explique Placi Caluori. Sous nos yeux, passant à travers tout un appareillage, la chair de veau prend la forme de petites chipolatas. Puis nous traversons les grands fumoirs où les saucisses sèches attendent de reçevoir leur goût si particulier.

Préparation industrielle et travail à la main

De grandes portes coulissantes s'ouvrent automatiquement à notre passage puis se referment derrière nous, rythmant ainsi la suite de notre visite. Dans certains secteurs et selon les produits préparés, il fait nettement plus frais. Nous arrivons à une grande ligne de production. Sur le convoyeur, des cordons bleus défilent à plein régime. Cette viande de volaille est d'abord coupée, farcie de jambon et de fromage, puis panée et frite avant d'être rapidement congelée et empaquetée. Partout, les employés s'affairent, chacun concentré à sa tâche. Beaucoup de travail est encore effectué à la main: debout devant un plateau coulissant, deux femmes coupent en morceaux de la viande de bœuf pour en faire du ragoût. A côté d'elles, un employé compose des brochettes avec différentes sortes de viande. Une salle plus loin, dans le secteur des salades, c'est l'odeur de la mayonnaise et du vinaigre qui domine. Des litres de sauce à salade remplissent d'immenses bouteilles en plastique. Dans une grosse cuve en métal, de la salade de cornettes est prête à être emballée dans des barquettes en plastique.



En traversant l'ensemble de l'appareillage, les chipolata sont épicées puis suspendues pour être séchées.

Soudain, une bonne odeur de viande rôtie embaume l'air. Nous pénétrons dans l'énorme cuisine de Traitafina où se préparent les menus dits mobiles. Treize personnes y travaillent et confectionnent quelque 5000 repas par semaine. Le choix est énorme, Traitafina proposant plus de 300 menus. Une diététicienne calcule les valeurs nutritives de chaque plat. Les différents accompagnements et la viande sont déposés manuellement dans les barquettes qui, pour contrôle, sont encore pesées séparément. Comme des normes alimentaires très strictes assurent la qualité des mets, la quantité des aliments joue un rôle essentiel. Les menus sont ensuite pasteurisés à 72 degrés et embalés afin de pouvoir se conserver au moins 18 jours. Chaque

barquette affiche une étiquette avec une description du repas, la date limite de consommation et le jour de production.

Le service d'aide et de soins à domicile se charge de la livraison aux clients

Nous arrivons maintenant dans un énorme entrepôt avec des rayonnages qui s'élèvent jusqu'au plafond. Les produits finis de Traitafina SA y sont stockés avant d'être livrés par camion dans toute la Suisse. D'innombrables menus – rôties hachées et purée de pommes de terre, émincés de poulet au curry, côte de bœuf marinée et bien d'autres – n'attendent qu'à prendre la route. Chaque vendredi matin, les



Le responsable de «Menu Mobile» Placi Calouri au milieu des repas cuisinés par Traitafina SA stockés dans une chambre froide en attendant d'être livrés.



Chaque vendredi, les repas destinés aux organisations d'aide et de soins à domicile sont préparés pour la livraison.

lundi sur deux, soit 380 portions complètes et 450 demi-portions par mois. Seul un petit nombre de personnes commandent les menus de Traitafina. La plupart des clients préfèrent s'adresser au service de livraison de repas de la clinique SGM qui collabore également avec «Spitex Oberaargau». «Ces repas sont livrés chauds. Pour beaucoup de clients, ne pas avoir besoin de réchauffer soi-même le repas représente la solution la plus simple», explique Anita Wüthrich. L'avantage de la variante des menus mobiles réside, par contre, dans le fait que l'on peut déguster son repas quand on en a envie et pas uniquement lorsqu'il est livré. En outre, on peut choisir son plat préféré parmi les 300 menus proposés. Les repas copieux semblent particulièrement appréciés, par exemple les cornettes à la viande hachée ou le rôti haché accompagné de purée de pommes de terre. «La personne qui se fait livrer un repas chaud à domicile n'a pas la possibilité de choisir. Elle mangera ce qui se trouve au menu de SGM ce jour-là», explique-t-elle.

Trois bénévoles se chargent d'acheminer les repas chaque deuxième mardi du mois à Langenthal, Melchnau



menus sont sélectionnés pour être livrés lundi matin aux organisations d'aide et de soins à domicile. Celles-ci se chargeront d'apporter les repas aux clients grâce à leurs propres services de livraison. «Spitex Oberaargau» à Langenthal, dans le canton de Berne, nous invite à voir de plus près comment cela fonctionne exactement.

Des bénévoles apportent les repas

Le camion de Traitafina SA remonte lentement la Murgenthalstrasse à Langenthal. Anita Wüthrich, responsable du service de repas de «Spitex Oberaargau», s'occupe de la réception de la marchandise. Elle entrepose les barquettes de repas dans les grands réfrigérateurs situés à la cave. Ils y resteront jusqu'au lendemain pour être distribués aux clients. Depuis 2014, cette organisation reçoit les repas un

Swiss Star 2006

Red. Pour sa barquette à trois compartiments de «Menu Mobile», Traitafina SA à Lenzburg en Argovie a reçu le prix «Swiss Star 2006» décerné par l'Institut suisse d'emballage pour sa solution innovante. Le principe des trois compartiments a convaincu le jury: les trois parties, l'une pour la viande, l'autre pour les légumes et la troisième pour les pâtes ou le riz, s'encastreront parfaitement grâce à des contours sous vide qui peuvent être combinées et échangées au choix et en toute simplicité. De plus, les compartiments sont très résistant supportant des températures extrêmes allant de -30 à +125 degrés.



Ernst Graber livre bénévolement les repas jusqu'à la table du client. Photo: RA

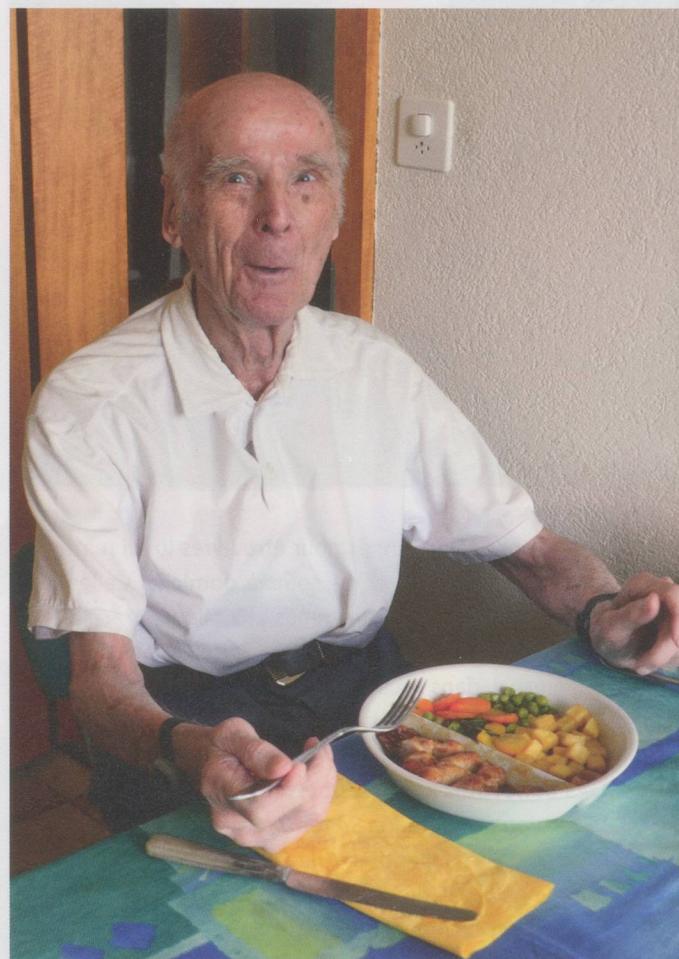
et Bützberg. A «Spitex Oberaargau», 14 bénévoles motorisés se partagent ensuite la distribution des menus et chacun de leur trajet comprend entre vingt et trente kilomètres. Depuis qu'il a pris sa retraite en 2015, Ernst Graber s'est joint à ces bénévoles et livre des repas deux à trois fois par semaine. «Je prends souvent le temps de bavarder un peu avec les clients», explique-t-il. Aujourd'hui, il commence sa tournée chez Werner Fries, un senior de 93 ans. Celui-ci apprécie beaucoup sa visite. Tous deux n'habitent pas loin l'un de l'autre et se connaissent depuis longtemps. «J'ai de la chance avec ce service de livraison de repas à domicile. Ils font un vrai travail de professionnels!», explique Werner Fries. Il s'occupe encore pratiquement seul de son ménage, mais il n'a plus suffisamment d'énergie pour faire la cuisine. Il apprécie d'autant de bien manger grâce aux repas livrés à domicile. Après avoir échangé quelques mots avec lui, Ernst Graber reprend sa tournée. Encore beaucoup d'autres clients attendent leur repas. Quant à Werner Fries, il peut s'attabler et savourer.

Nadia Rambaldi

Une collaboration depuis 36 ans

RA. Chaque semaine, 25 organisations d'aide et de soins à domicile se font livrer les «Menus mobiles», la plupart dans la région zurichoise. Leur collaboration avec Traitafina a une longue tradition puisqu'elle dure déjà depuis 36 ans. Placi Caluori se charge de leurs commandes et veille à ce que les menus soient livrés correctement. Lors de la préparation des menus, une très grande importance est accordée à une alimentation équilibrée et saine. Et les souhaits des clients sont toujours pris en compte. Les organisations peuvent ainsi commander parmi toute une gamme de menus qui répondent aux différents besoins de leurs clients: complets, végétariens, adaptés aux besoins des diabétiques des personnes au régime particulier, sans viande de porc ou sans lactose. Les plats sont livrés froids et sont réchauffés au bain-marie ou au four à micro-ondes par le client ou la cliente. Pour les menus livrés chauds, les organisations d'aide et de soins à domicile collaborent avec des établissements médico-sociaux (EMS) ou des hôpitaux qui se trouvent dans leur région.

Une fois par mois, Placi Caluori envoie aux organisations des propositions de menus par e-mail, fax ou par écrit. Même les petites organisations sont desservies: «Le montant minimum de commande s'élève à 300 francs. Les organisations qui n'ont pas besoin d'un grand nombre de menus peuvent passer des commandes tous les 15 jours», explique-t-il. Traitafina SA, dont le siège est à Lenzburg, propose un riche assortiment de viande fraîche, de charcuteries, de plats cuisinés et de spécialités de traiteurs. Quelque 300 collaborateurs transforment jusqu'à 12 500 tonnes de produits bruts par année et fournissent leurs produits à 700 clients chaque jour partout en Suisse.



Chez Werner Fries, le repas est réchauffé et la table mise pour profiter au mieux de son repas. Photo: RA

Dernière ligne droite pour l'IFAS

400 exposants, une plateforme de l'emploi, un forum et une exposition spéciale au programme du salon spécialisé du marché de la santé



Nouvelles tendances et nouveautés du secteur de la santé: le dernier IFAS à Messe Zurich a suscité un grand intérêt auprès des visiteurs.

Fort de son succès, le salon spécialisé du marché de la santé IFAS se tiendra à nouveau du 25 au 28 octobre 2016 au parc des expositions de Zurich (Messe Zürich). Dans un environnement économique en crise, le marché de la santé, porté par l'innovation, connaît une évolution positive. Le rassemblement d'exposants n'en est que plus important et intéressant.

Environ 400 entreprises suisses et internationales présenteront leurs produits et services lors de l'IFAS 2016 à Zurich. De grandes entreprises internationales, de A comme ABBOTT à Z comme ZOLL Medical Switzerland, représenteront la quasi-totalité des domaines du secteur de la santé. La

visite du salon donnera ainsi un large aperçu des dernières tendances et nouveautés, permettant de faire des comparaisons en une journée et dans un même lieu.

Au service de l'emploi dans les professions de santé

CareFair, le premier salon de l'emploi suisse pour les professions de santé organisé dans le cadre de l'IFAS, rassemblera lui aussi de nombreux exposants: 23 entreprises viendront présenter postes à pourvoir et possibilités de carrière. Des hôpitaux universitaires, cantonaux et privés de renom ainsi que des établissements médico-sociaux, des centres de santé et des organisations

humanitaires y tiendront un stand, offrant une plateforme de contact idéale sur place.

Des équipements alliant fonctionnalité et style

L'IFAS accueillera à nouveau cette année l'exposition spéciale «L'hôtellerie dans le secteur de la santé». Gabriela de La Rocca a une fois encore réuni une sélection pointue d'exposants spécialisés dans l'aménagement moderne des hôpitaux, cliniques de réadaptation, établissements médico-sociaux ou des logements pour personnes âgées. Mobilier modulaire multifonction, surfaces antibactériennes ou produits multimédias intégrés offrent des solutions individuelles qui améliorent la qualité de vie tout en économisant les ressources.

Cap sur l'interprofessionnalité avec le FORUM IFAS

Parallèlement au salon, le FORUM IFAS proposera des exposés gratuits autour de l'interprofessionnalité, sur des thèmes actuels liés à la santé. Ces exposés seront étayés par des exemples concrets et contribueront à faciliter le réseautage. Le programme détaillé est publié dès mi-septembre sur le site www.ifas-messe.ch.

L'IFAS 2016 en un coup d'œil

Surface d'exposition brute 30 000 m²

Nombre d'exposants 400 – halls 1 à 7

Domaines spécialisés Techniques médicales, diagnostic, réadaptation, soins, produits de consommation, informatique, organisation/ aménagement

CareFair Halls 1/2 – Hôpitaux, cliniques, foyers, organisations, placement de personnel et conseils en ressources humaines

Exposition spéciale Hall 6 – «L'hôtellerie dans le secteur de la santé»
Forum Hall 2 – Exposés sur des thèmes liés à la santé sous la direction du groupement d'intérêt IG eHealth et de l'Association des spécialistes suisses pour l'informatique médicale VSFM

Lieu Messe Zürich
Date Du 25 au 28 octobre 2016, de 9h à 17h
Organisateur Exhibit & More SA, 8117 Fällanden



Contacts pour informations complémentaires:

Lea Maurer

Responsable de la communication

Exhibit & More AG

Téléphone: +41 (0)44 806 33 45

E-mail: lea.maurer@exhibit.ch

Heinz Salzgeber

Directeur du salon IFAS

Exhibit & More AG

Téléphone: +41 (0)44 806 33 37

E-mail: heinz.salzgeber@exhibit.ch

Faire du repas un moment de plaisir

L'Association vaudoise d'aide et de soins à domicile offre depuis 2007 un service nutritionnel. Sophie Progin Batalla et Joëlle Fivaz Nagy officient avec dix autres diététiciens dans tout le canton pour intégrer au mieux un accompagnement nutritionnel aux autres soins. Rencontre.

Parmi tous les soins prodigués pour permettre aux clients de rester le plus autonomes possible, le conseil diététique représente un atout indéniable. C'est à cette conclusion qu'arrive l'Organisme médico-social vaudois (OMSV) après un programme de prévention contre les chutes et la dénutrition. Sophie Progin Batalla, consultante cantonale en diététique, et Joëlle Fivaz Nagy, diététicienne au sein de la Fondation Soins Lausanne, composent avec une dizaine d'autres spécialistes de l'alimentation le service nutritionnel mis en place depuis 2007 au sein de l'Association vaudoise d'aide et de soins à domicile (AVASAD).

Le service en quelques chiffres

PG. L'Organisme médico-social vaudois met sur pied en 2007, après un programme de prévention des chutes et de la dénutrition entre 2002 et 2006, le service de conseils nutritionnels de l'Association vaudoise d'aide et de soins à domicile (AVASAD) qui compte aujourd'hui 12 collaboratrices et collaborateurs. En 2015, près de 800 personnes ont bénéficié de ce service à travers les 53 centres médico-sociaux des sept régions vaudoises. Sur demande d'un médecin, du service de soins à domicile ou pour un suivi après une hospitalisation, les conseillers et conseillères en diététique accompagnent des personnes souffrant de troubles digestifs (7 %), de diabète (8 %) ou encore d'obésité (12 %). Avec 63 % des cas, la dénutrition reste le souci principal auquel doit faire face le service nutritionnel de l'AVASAD dont environ 80 % des clients sont des personnes âgées.

«Perdre du poids signifie souvent une perte de masse musculaire»

Sophie Progin Batalla

SAD) pour répondre aux besoins observés par l'OMSV. Ils sensibilisent les professionnels de la santé aux questions de la nutrition et proposent un accompagnement aux clients pour que s'allient dans leur assiette plaisir et santé. En 2015, près de 800 personnes ont bénéficié de ce suivi à travers tout le canton de Vaud.

Combattre la dénutrition

Le service diététique à domicile vient avant tout en aide aux personnes âgées qui connaissent une perte de poids inexpliquée et souffrent donc souvent de dénutrition. «Perdre du poids sans raison signifie souvent une perte de masse musculaire, ce qui augmente les risques de chutes et le temps de recouvrement après une opération par exemple.» Pour So-

«Respecter les habitudes du client est la seule chance de succès»

Joëlle Fivaz Nagy

phie Progin Batalla, un bon état nutritionnel est donc primordial, et ce d'autant plus chez les aînés. «C'est une population particulièrement exposée: on entend souvent les personnes âgées dire que c'est normal de moins manger, parce qu'ils bougent moins. Mais les besoins nutritionnels tendent à augmenter avec l'âge.»

Le surpoids et l'obésité, d'un autre côté, ne représentent qu'une petite partie des interventions et, comme le relève la consultante cantonale en diététique, «on peut être en surpoids et dénutri». La dénutrition ne se laisse donc pas déceler si aisément. D'où l'importance de sensibiliser les infirmiers et les infirmières ainsi que les aides-soignants officiants à domicile. «Gripes à répétition, chutes, difficultés à se mouvoir ou encore une cicatrisation ralentie sont autant d'éléments permettant de diagnostiquer une carence dans l'alimentation», énumère Sophie Progin Batalla pour qui la formation des professionnels représente une partie importante du travail au sein du service nutritionnel de l'AVASAD.

Tout sauf «donner des leçons»

Pour collaboratrice de la Fondation Soins Lausanne (FSL) Joëlle Fivaz Nagy, l'intervention des diététiciens à domicile illustre bien l'idée d'interdisciplinarité des soins.

«Grâce aux indications des infirmières et des autres professionnels de la santé, nous disposons d'une vision globale. D'un autre côté, étudier les habitudes alimentaires permet de détecter d'éventuels troubles ou difficultés rencontrés par le client et d'y remédier.» Pour cette diététicienne œuvrant en ville de Lausanne, le résultat de la collaboration avec le médecin traitant, les assistants sociaux, les ergothérapeutes ou les infirmières en psychiatrie permet de conseiller sans bouleverser pour autant les habitudes alimentaires du client. «C'est le seul moyen pour avoir une chance de succès. Une intervention de conseil à domicile permet d'offrir un accompagnement prenant en compte le quotidien et les habitudes de vie.»

«Je me souviens d'un conseil donné à une personne diabétique», sourit la diététicienne de la FSL avant de continuer son anecdote. «En entrant, ce patient m'a tout de suite perçue comme une "donneuse de leçon". Je me suis donc entretenu avec sa femme qui prépare l'essentiel des repas alors que lui restait en dehors de la conversation, dans son canapé. En entendant que nos conseils nutritionnels s'efforcent de faire des repas un moment de plaisir, il a tendu l'oreille. Notre approche lui a plu: au terme de l'entrevue, il s'était petit à petit intégré pleinement à la discussion!»

Du moral plein l'assiette

La qualité et la quantité des aliments jouent évidemment un rôle important pour offrir une cou-





Joëlle Fivaz Nagy et Sophie
Progin Batalla (de g. à d.)
Photo: Pierre Gumy

verture nutritionnelle adaptée aux besoins de chacun. Mais, au moment de se mettre à table, les difficultés ne se trouvent pas toujours dans l'assiette. La peur de chuter, des problèmes financiers ou de mobilité entravent certaines personnes dans leur quotidien. Les sorties et les courses deviennent alors des efforts insurmontables, les loisirs se font rares de même que les repas partagés en bonne compagnie. Seule à la maison, la personne perd le plaisir de manger. Une alimentation trop maigre entraîne alors de la fatigue et un cercle vicieux s'installe. «C'est pourquoi la livraison des repas à domicile est surveillée: livrer une personne capable de sortir ou de cuisiner elle-même risque de mettre à mal son autonomie. A l'inverse, un conseil avisé permet de reprendre du poids et des forces tout en donnant un nouvel élan à la vie sociale du client», détaille Joëlle Fivaz Nagy.

Les anxiétés autour de la nourriture amènent parfois certains à se priver d'une manière démesurée et rendre ainsi fade l'heure du repas. Les diététiciennes et diététiciens du service brisent des tabous régulièrement. Par exemple, des diabétiques font souvent une croix sur le chocolat pendant des années alors qu'une gourmandise peut aider à redonner du goût au quotidien sans empiéter sur la maladie. Sophie Progin Batalla et sa collègue Joëlle Fivaz Nagy aiment le rappeler, les conseils nutritionnels à domicile sont «un accompagnement» afin de retrouver la santé et le moral dans son assiette. Comme chacun est unique, une nouvelle solution s'impose à chaque fois. Et il semblerait qu'en diététique, la réponse se trouve autant dans les fruits et légumes gorgés de vitamines que dans la douceur du chocolat.

Pierre Gumy

Bien manger malgré le stress

A vos marques, prêts? Mangez! Le stress s'invite régulièrement à table. Au travail, la pause de midi se résume parfois à un casse-croûte sur le pouce. Même si ce n'est pas forcément l'idéal, il est possible de manger sainement même si la pause semble se réduire comme peau de chagrin. Trois astuces permettent une alimentation saine en période de stress.

- Avant tout, le repas doit être une véritable pause. Même bref, ce moment de répit permet de mieux ressentir la sensation de satiété une fois le repas terminé. Les dîners passés au téléphone ou devant son ordinateur n'allègeront donc pas la journée puisqu'ils laisseront une impression de fringale bien désagréable.
- Ensuite, il semble évident que la pause de midi est la victime favorite des journées de stress. Le petit-déjeuner et le souper deviennent alors d'autant plus importants et doivent comprendre les aliments omis au dîner pour équilibrer l'apport nutritionnel de la journée.
- Finalement, les aliments complets et les féculents regorgent d'hydrate de carbone et permettent d'éviter les moments de fatigue. Ils sont donc à privilégier pour attendre sereinement et sans grignoter le moment idéal pour prendre son repas de midi bien mérité.

Intervenir avec respect!



La surveillance des habitudes alimentaires des clients fait partie des tâches quotidiennes des professionnels des organisations d'aide et de soins à domicile. Ursula Ledermann Bulti, infirmière diplômée, responsable de la formation auprès de l'Association suisse des services d'aide et de soins à domicile (ASD), fournit quelques indications.

Quelles sont les tâches d'une collaboratrice d'ASD concernant l'alimentation?

Ursula Ledermann Bulti: Une alimentation équilibrée est la base d'une bonne santé. Elle comprend les besoins journaliers en liquide et ceux de la totalité de l'appareil digestif. Il faut donc clarifier les questions concernant les habitudes alimentaires des clients lors de l'évaluation des besoins. On détecte ainsi à temps d'éventuels problèmes et carences. Le personnel soignant est quotidiennement confronté aux comportements des clients face à la nourriture et à l'impact que ceux-ci ont sur leur santé. Si un client souffrant d'hypertension consomme beaucoup de boissons sucrées, il faut intervenir. Le personnel soignant doit aborder ce problème et en informer le médecin traitant.

Que peut-on observer d'autre lors du travail quotidien?

Dans le cadre de l'évaluation des besoins, on tient compte de tout ce qui entoure le client. Le soignant peut donc, avec l'accord du client, inspecter la cuisine et ouvrir le frigidaire. Cela donne une idée de ce que le client consomme. Il faut alors se demander si les quantités correspondent aux besoins du patient. Est-il ou est-elle capable d'ouvrir les bouteilles ou est-ce un problème de force ou de motricité fine? Ce sont des questions que les soignants doivent constamment avoir à l'esprit. Il est également important de savoir qui fait les commissions et qui cuisine. Des indications comme le poids, des difficultés de déglutition ou l'observation de régimes sont collectées par le RAI-MDS. L'état dentaire du client donne également des indications sur ses habitudes alimentaires. Et il faut tirer la sonnette d'alarme si le client perd rapidement du poids. Car cela indique qu'il a soit un problème médical soit des habitudes alimentaires

extrêmement mauvaises ou qu'il oublie tout simplement de manger.

Quelles sont les situations où les soignants ne devraient, en principe, pas s'immiscer dans les affaires du client?

On intervient plus ou moins partout; il faut aborder tous les domaines de la vie quotidienne. Mais il est important de le faire en accord avec le client et ses proches, et toujours avec le respect qui leur est dû. Les proches sont aussi une précieuse source d'informations pour connaître les habitudes alimentaires du client. Ils doivent être consultés.

Quels sont les changements d'habitudes alimentaires liés à l'âge?

Les sensations de faim et de soif changent, notamment aussi à cause de la prise de médicaments. Les personnes âgées ont souvent envie de sucreries, car ils goûtent mieux le sucré. La viande, plus difficile à mâcher, leur plaît de moins en moins. Cela dépend largement de l'état de la bouche et des dents. Les protéines animales doivent alors être remplacées par d'autres denrées alimentaires.

Comment aborder des sujets délicats?

Avec du respect. Parfois, cela vaut la peine d'aborder le sujet par des voies détournées. Si les réponses du client restent vagues, il faut insister. L'échange avec les proches est également très important. L'alimentation et la consommation de boissons sont des facteurs fondamentaux pour rester en bonne santé. Le personnel soignant doit toujours les garder à l'œil.

L'art de goûter

Pour être bon, un repas doit avoir du goût en plus d'être sain. Les diététiciennes genevoises de l'Imad dégustent chaque semaine les menus proposés par le service des repas à domicile.



Chaque semaine, les diététiciennes de l'Imad rencontrent le chef de cuisine de l'HUG pour une dégustation commune.

A première vue, ces dames pourraient partager un dîner entre amies. Seuls la vaisselle en plastique, l'atmosphère confinée et le personnel en blouse blanche indiquent qu'elles ne sont pas là uniquement pour passer un bon moment. Mais du plaisir, elles en ont! Nelly Charvoz, Malika Galloppini, Sandra Gorgerat, Isabelle Bard-Petelat et Tamara Del Tattosont, toutes sont des diététiciennes diplômées de l'Imad, l'Institution genevoise de maintien à domicile. Chaque jeudi, à l'Hôpital universitaire de Genève (HUG), elles goûtent avec soin les menus qui y sont préparés pour les patients et les clients du service de repas à domicile de l'Imad. En tout, sept plats passent par leurs fourchettes expertes. Chaque repas comporte trois composantes entre le poisson ou la viande, les légumes et les hydrates de carbone. Ceux proposés cette semaine sauront-ils les convaincre?

Le premier menu est servi. Au milieu de la table, le cuisinier de l'hôpital dépose l'assiette en plastique aussi utilisée pour les livraisons. On y trouve une tranche de saumon accompagnée de pâtes et d'épinards. D'abord, la dégustation passe par le regard affuté des expertes en nutrition. Est-ce que les couleurs des aliments se combinent bien? L'assiette éveille-t-elle l'appétit? Les cinq goûteuses se mettent facilement d'accord: le rose du poisson, le vert des légumes et la couleur claire des pâtes donnent un avant-goût prometteur.

Des fourchettes expertes

Mais la saveur sera-t-elle au rendez-vous? L'une après l'autre, elles piquent de leur fourchette les aliments qui garnissent l'assiette et goûtent. Pendant un instant, seul le bruit de la mastication attentive se fait entendre. Mais

toutes finissent par approuver. «Le saumon est tendre sans être sec et les épinards ont une bonne consistance», estime Nelly Charvoz, responsable pour le service de repas à domicile de l'Imad. Stéphane Galeazzi, le chef cuisinier de l'HUG, goûte lui aussi chacun des mets apportés et prend note des remarques des collaboratrices des services d'aide et de soins à domicile. Le plat suivant arrive, mais, cette fois, les sourcils des cinq femmes se froncent: à l'aspect, l'assiette n'offre rien de spécial, la tarte est trop salée et les légumes trop cuits. Mais les critiques ne font pas long feu puisque les cinq plats suivants reçoivent tous de bonnes notes.

C'est au tour des desserts de prendre place sur la table, un pour chaque jour de la semaine: on compte une salade de fruits, une crème à la vanille, une compote de poires, une autre aux raisins, une pâtisserie et un flan au caramel. Toutes ces douceurs savent séduire le jury, même si la crème aurait gagné à être plus sucrée. Le chef regroupe l'ensemble des observations et remercie les spécialistes en nutrition qui reviendront jeudi prochain déjà pour une nouvelle visite et goûter le menu des patients et des clients.

«Varier au mieux les saveurs»

Les dégustations dans les cuisines de l'HUG ont vu le jour il y a presque cinq ans. D'abord échelonnées de manière sporadique au gré des nouvelles recettes de la cuisine, elles se sont ritualisées pour devenir hebdomadaires. En plus des repas de la semaine, chaque innovation, chaque amélioration ou changement dans le menu débouchent sur une dégustation. Mais, parfois, la rencontre exige pour certaines goûteuses du quintet de surmonter des angoisses toutes personnelles, comme lorsque l'assiette est garnie d'escargots ou décorée d'une paire de tripes. «La fois où j'ai dû goûter de la langue de bœuf, ça a été quelque peu difficile», se souvient Malika Galloppini.

Les échanges entre les cuisines de l'hôpital et l'Imad sont donc nombreux et les idées proposées par les diététiciennes trouvent volontiers leur place sur la carte du menu. «Cela demande parfois du temps pour que certaines choses changent. Mais nos remarques sont toujours bien accueillies», explique Nelly Charvoz. Qualité, quantité, présentation et consistance forment les quatre critères sur lesquels se base l'évaluation du plat. Mais les conseils des diététiciennes portent aussi sur la planification des mets. «Les cuisines de l'hôpital nous soumettent la liste des menus disponibles pour les quatre prochains mois. Ensuite, nous confectionnons, selon leurs propositions, le programme des repas à domicile nous-mêmes», détaille celle qui souligne aussi l'importance de diversifier les menus. «Les patients restent à l'hôpital pour un temps déterminé. Mais nos clientes et clients reçoivent tous les jours nos menus préparés, ce qui exige de varier aux mieux les saveurs.» La responsable du service de repas à domicile prend soin de ser-

vir des plats particuliers les jours de fête. «Nos clients apprécient de pouvoir manger un repas de fête lorsque l'occasion se présente. Cela fait partie des habitudes.»

Et quel plat préfèrent les Genevoises et les Genevois? Le gratin, les spaghetti bolognaise, la lasagne, la purée de pommes de terre; selon l'équipe de nutritionnistes, les péchés mignons du bout du lac sont nombreux. Le poisson et les plats végétariens connaissent une popularité grandissante. «Aujourd'hui, on mange de plus en plus de poisson. Mais cela tient aussi au fait qu'il a plus de choix.» Avec l'âge, la viande devient peu à peu trop coriace, ce qui explique aussi l'intérêt des repas végétariens. Et, bien entendu, le fameux «Café complet» fait partie des favoris.

Près de 1500 repas quotidiens

Le service de repas à domicile de l'Imad livre quelque 1500 repas par jour. Les plats sont transportés sur trois sites genevois pour y être contrôlés par une diététicienne et ensuite redistribués. Lors de cette dernière vérification, l'attention se porte tout particulièrement sur l'aspect et la quantité. Dans l'éventualité où quelque chose devait poser problème, on tire la sonnette d'alarme. Mais, dans la pratique, une telle mesure reste rare. Selon Nelly Charvoz, il est arrivé une fois qu'une diététicienne signale une anomalie avec une portion de fromage composant un plat. «En fait, sur la croute du fromage restait la marque du cachet apposé par le producteur. Le fromage n'avait aucun défaut», sourit la diététicienne. Le contrôle demeure cependant une tâche importante puisque le but est d'offrir aux clients un repas sain et savoureux qu'ils peuvent déguster avec plaisir.

Nadia Rambaldi



Stéphane Galeazzi, chef de cuisine de l'HUG, prend note des remarques de Nelly Charvoz pour adapter les desserts proposés. Photos: RA