

Menu  
Fraîcheur  
p. 33

## L'éveil des sages

# Edito



© Eric Chauvet

## La sagesse du pouvoir

J'adore l'Italie et les Italiens. Ils ont compris quelque chose avant nous... La population vieillit. « Si le xx<sup>e</sup> aura été celui de l'explosion de la population mondiale et des gains d'espérance de vie, le xx<sup>e</sup> siècle sera le siècle du vieillissement. Le développement durable, ce n'est pas seulement la pollution, les arbres et les manchots sur la banquise. Le développement durable, c'est aussi la façon dont notre planète va être capable de gérer la croissance de la population et plus encore son vieillissement. »\*

Alors en Italie, ils mettent le paquet : Berlusconi fait 168 heures de travaux d'intérêt général en maison de retraite. Au tarif horaire habituel du garçon... Très chic ! J'éprouve une grande estime pour lui. Je le vois raconter des histoires, faire quelques ablutions, cuisiner en chantant et lancer à la cantonade « pasta per tutti ! »

Vous imaginez en France, des anciens présidents de la République travaillant dans une maison de retraite, pour l'intérêt général et pour la collectivité en particulier... Ce soir c'est la fête, le Président est à vos petits oignons et vous propose un menu « à la fortune du pot » : citoyens, citoyennes, pour débiter ce festin « beaucoup plus de radis » et « on ne carotte plus ».

Pour le plat, je laisserai le chef servir sa « tête de lard » accompagnée « d'oseille » à volonté. Pour ceux qui ne mangent pas de viande, il faudra noyer « le poisson à la sauce piquante ». Mais pas de salade pour 4 euros, et je vous suggère pour le dessert de « sucrer les fraises » sans « rester baba ». Pour la boisson, le Président ne vous laissera pas en carafe et mettra de l'eau dans son vin, du Vinsobres \*\* de préférence... Vive la France !

\*Rapport de Luc Broussy, « L'adaptation de la société au vieillissement de sa population : France, Année Zéro ! »

\*\* Côtes du Rhône

## Chiffres du mois

**98%** des personnes interrogées en restauration collective s'informent et consultent au moins un média une fois par mois, contre 82 % en restauration commerciale et en restauration rapide.\*

**67%** des personnes interrogées en restauration collective consultent Internet, contre 55 % en restauration commerciale et 38 % en restauration rapide.\*

**23 %** des professionnels de la restauration collective achètent sur internet, contre 18 % en restauration commerciale et 10 % en rapide.\*

**Salons professionnels**  
Les professionnels les plus présents dans les allées sont ceux de la restauration collective (45%), suivis de ceux de la restauration rapide (21%) et de ceux de la commerciale (14%).\*

\*Etude Mediaunderground, réalisées par Food Service Vision pour Mediapolitain (900 interviews)

Laurent Terrasson  
Rédacteur en Chef



[www.cuisinecollective.fr/  
category/edito/](http://www.cuisinecollective.fr/category/edito/)

**AG@P'pro** Pas d'abonnement, ni frais d'adhésion  
Très Facile

**Recette pour 100% des Adhérents**

**Ingrédients :**

- Votre savoir Faire
- AG@P'pro à volonté

**Préparation :**

- Prenez 3 fournisseurs de chaque rayon
- Choisissez avec envie et raison
- Mélangez pour obtenir des menus équilibrés

**Suggestion :**

- Respectez les dosages "Budgets"

Centrale d'Achats, Service Nutrition, Budgétisation Menus

**PRO à PRO** LE GOÛT DE L'ENGAGEMENT  
**EpiSaveurs** groupe pomona  
**PassionFroid** groupe pomona  
**TerreAzur** groupe pomona  
**brake** goûtez la différence  
**Hexagro** LE FRAIS RESPONSABLE  
**CRENO**  
**DaVigél** Partenaire de votre réussite  
**Relais d'Or** Chaque jour plus proche de vous  
**MIKO**

4 Rue de Béguey 33370 TRESSSES - 05 56 40 69 99 - [www.agap-pro.com](http://www.agap-pro.com)



© ID-PHOTODESIGN - FOTOLIA

Dans ce monde du mythe de l'éternelle jeunesse, quelle place laissons-nous aux personnes âgées, trop souvent laissées pour compte? S'ils n'ont plus le bénéfice de la sagesse de l'âge, les « Anciens », devraient être au cœur d'une réflexion sur le vieillissement... Et la France mijote\* ...

# Dans l'assiette du « sage »

→ Dossier réalisé par Marie-Pierre Gosselin

**D** rôle de monde qui bouge, pas toujours dans le bon sens, selon l'enquête menée par la répression des fraudes en avril dernier, une maison de retraite sur 2 serait en fraude. « Manipulation et mensonge », s'insurge Pascal Champvert, président de l'Association des directeurs au service des personnes âgées (AD-PA) (Voir article p 24).

Si certains se font remonter les bretelles, d'autres ont retroussé leurs manches, le temps du repas dans certains Ehpad a été le fruit de réflexions et d'actions humaines et intelligentes.

## Plaisir et terroir

Si la nourriture satisfait les besoins physiologiques fondamentaux, le repas a bien d'autres fonctions, et particulièrement pour les personnes âgées vivant en collectivité, il représente les repères essentiels de la journée, il ponctue les saisons et les événements de la vie (fêtes familiales et religieuses), il ravive les souvenirs du repas familial, réactualise et développe le lien social tant avec les autres résidents qu'avec les professionnels. Laurence Hardy, sociologue-anthropologue explique « chaque individu, selon son « terroir » original et son milieu social intériorise dès l'enfance et tout au long de sa vie, les usages, des règles, des principes religieux. Ces systèmes font de l'alimentation, de la cuisine et des manières de la table, des activités sociales et culturelles. »

Sans oublier que le repas doit être une source de plaisir et de sensations douces, sentir, ressentir les bonnes odeurs d'une tarte aux pommes, regarder et saliver, goûter pour la millième fois le pot-au-feu et avoir toujours autant de plaisir... Et oser la gourmandise...

## Passé, présent et lendemain...

En faisant des repas des moments privilégiés, en respectant les résidents dans leurs choix, leurs habitudes alimentaires, l'équipe de cuisine participe à renforcer l'estime de soi, aide à préserver une certaine autonomie. Mais comment participer à l'amélioration de la vie des personnes âgées en institution? Comment les accompagner le mieux possible dans ces établissements qui sont leur dernière maison? Pour la plupart des d'entre elles, ce n'est pas un choix, mais une nécessité. Comment entendre leurs envies et respecter leurs désirs dans ces conditions? Telles sont les questions qui se posent aux professionnels des établissements. Béatrice Rossi nutritionniste analyse, « chez les enfants nous sommes dans l'éducation au goût, chez les personnes âgées nous sommes dans la perte de goût, elles savent ce qu'elles aiment et n'aiment pas. Ce sont des personnes qui ont cuisiné toute leur vie, elles ont des idées arrêtées, c'est difficile de leur faire découvrir de nouvelles saveurs. » Ni réponse toute faite, ni recette miracle, chaque établissement est face à un challenge, trouver la solution la mieux adaptée en fonction des résidents qu'ils hébergent et la réponse est toujours complexe, pluri factorielle et s'élabore au sein des équipes

de soin, des personnels de la restauration et de l'administration.

Avec ces pensionnaires, 24 heures sur 24, parfois pendant des années, la restauration collective dans les établissements est sous haute responsabilité. L'Etat, via le Programme national pour l'alimentation (PNA), encourage les initiatives. Mireille Nicolas, gouvernante hôtelière dans un Ehpad de Saint-Brieuc, « avant tout, il faut considérer les résidents, comme des clients, sans pour autant être soumis à leurs exigences, » respect et plaisir doivent être « servis sur un plateau »

C'est pourquoi la prise en charge de ce public nécessite des compétences particulières qui ne s'improvisent pas confirme Julien Garnier, ingénieur en process et technique culinaire, cuisiner les textures modifiées, connaître les règles nutritionnelles du GERMCN, communiquer avec les personnes âgées, travailler les menus en Ehpad... Béatrice Rossi se souvient de pois chiches en Dordogne « le pois chiche, c'est pour les cochons et le maïs pour les poules... Quand on ne maîtrise pas les menus en Ehpad on se fait avoir une fois mais pas deux, les retours sont immédiats. » ●

\* Le Gouvernement a dévoilé en avril dernier un projet de loi sur l'autonomie des personnes âgées. 3 mesures sont à l'ordre du jour: « anticiper » pour prévenir la perte d'autonomie, « adapter » la société au vieillissement et « accompagner » dans la dépendance.

## Au moins 4 euros

Le Conseil national de l'alimentation (CNA) estime que pour garantir une qualité minimale, le budget consacré à l'achat des denrées ne devait en 2013 ne pas être inférieur à 4 euros, hors taxe, par jour, et par résident. Ce tarif ne comprend pas les enrichissements.



Béatrice Rossi  
Diététicienne - nutritionniste

# Paroles de nutritionniste

**Quels sont d'après vous les problèmes alimentaires que rencontrent les personnes âgées, aussi bien en institution qu'à domicile ?**

La perte de goût et le manque d'appétit car elles ont moins d'activité et pensent avoir moins de besoins nutritionnels. Après 70 ans, ce constat est plus fréquent chez la femme que chez l'homme. Petit à petit, l'estomac qui est un organe musculaire s'atrophie, les personnes âgées sont prises dans un cercle vicieux, moins on mange, moins on a envie de manger, plus on vieillit moins on a d'activité, moins on mange... Après 75 ans, plus de 60 % de seniors ne mangent pas selon les recommandations nutritionnelles mais les besoins physiologiques sont tellement différents d'une personne à l'autre...

**En institution ou à domicile, est-ce le même discours ?**

Oui, ça revient au même, accompagnées ou pas sollicitées ou pas, les constatations



© CONTRASTWERKSTATT - FOTOLIA

sont les mêmes, les personnes mangent peu, disent qu'elles n'ont pas faim.

La grande différence entre le domicile et l'institution c'est l'offre et la stimulation. A domicile avec le portage, ce sont des grammages réglementaires et les personnes prennent un repas pour en faire 2 et en institution, elles trouvent toujours qu'on leur donne trop, elles sont fatiguées. Le problème majeur, c'est l'aide au moment des repas, la convivialité, la stimulation, la présentation a un impact énorme. Nous avons constaté qu'en réorganisant l'aide au repas, au moins les personnes goûtent, il y a beaucoup moins de perte au retour d'assiette que quand elles sont seules.

**L'encadrement joue-t-il un rôle essentiel ?**

Oui, essentiel, l'impact psychologique est important, en institution il y a les aides-soignantes, les infirmières, certaines institutions font des tables communes, un soignant s'assoit à table avec eux, les sert comme si c'était une grande tablée familiale, cette solution est très favorable.

**Quel est le bon apport calorique quotidien ?**

Une personne âgée doit avoir un apport de 2000 à 2200 calories par jour. Elle a moins d'activité mais les cellules se dégradent plus facilement qu'elles ne se reconstruisent, elle a donc besoin de beaucoup d'énergie pour limiter la dégradation cellulaire et pour reconstituer les muscles, la peau. Nous avons besoin de protéines qui rentrent dans le processus de construction, elles sont les bâtisseurs de l'organisme. Lorsque l'on parle de dénutrition, il s'agit de dénutrition protéino-énergétique qui entraîne la fonte musculaire et cellulaire.

**Quels sont les apports essentiels ?**

D'abord favoriser l'apport calcique et protéique chez toutes les personnes âgées, pour l'adulte il faut entre 12 et 15 % de protéines, chez la personne âgée, pour limiter la perte naturelle il en faut 15 %, à

cause du manque d'appétit il est très difficile d'arriver à ce pourcentage, très peu de résidents consomment la ration proposée. En moyenne, 3 % de résidents mangent les repas complets.

**Quelles sont les solutions pour éviter la dénutrition ?**

Faire 5 ou 6 repas, les personnes âgées ont un petit appétit, plus il y a de prises alimentaires plus elles consommeront d'énergie et de nutriments. Les aspects culturels et organisationnels freinent cette proposition de 5 ou 6 repas, pourtant ce serait l'idéal pour les petits appétits.

**Que proposez-vous ?**

Le matin, 4 composants : jus de fruits, laitage, café et féculents. A 10 heures un laitage. Au déjeuner une entrée, un plat, un accompagnement, un fromage, un dessert lacté de préférence. Au goûter, un apport en féculent ou lacté, un jus de fruit. Au dîner, un potage, un plat complet, (parce que la viande et un accompagnement se mangent plus facilement), fromage et laitage. Mais chaque individu est très différent, entre les besoins physiologiques, réels et la réalité du terrain il y a un décalage.

**Que pensez-vous des médicaments ?**

La polymédication coupe souvent l'appétit, les médicaments pris avec de l'eau prennent de la place dans l'estomac, la moitié. Ca diminue d'autant plus la prise alimentaire.

**Moins manger serait-il un processus naturel pour les personnes âgées ?**

Mange-t-on moins pour se laisser mourir, car nous ne sommes plus utiles ? Les animaux se font manger, nous avons la chance de pouvoir mourir sans prédateur. Arrivées en fin de vie, les personnes âgées n'ont plus la force, comme si il y avait un lent arrêt du fonctionnement de l'organisme. ●



Venez découvrir les nouveautés ISECO



Rendez-vous sur notre stand  
Pavillon 1, stand U72  
**Les Salons de la Santé  
et de l'Autonomie**  
du **20 au 22 mai 2014**  
Paris - Porte de Versailles

# Bon à savoir



## Un rapport du GEMRCN

Il existe un rapport publié par le GEMRCN en juillet 2011, qui donne des conseils pratiques et des outils concernant la structure des repas, l'élaboration des menus, l'équilibre alimentaire pour répondre aux besoins nutritionnels des personnes âgées. Les présentes recommandations nutritionnelles couvrent toutes les populations, y compris la petite enfance et les personnes âgées en institution. Elles s'appliquent quelle que soit la structure publique de restauration, qu'elle soit professionnelle, éducative, carcérale, militaire, de vacances de soins, et quel que soit le mode de gestion, régie ou externalisation.

## Les problèmes nutritionnels

Dans les établissements hébergeant des personnes âgées, les problèmes nutritionnels sont les plus fréquents en raison de l'âge, des handicaps alimentaires, des nombreuses pathologies présentes et du nombre de médicaments ingérés.

Dans les maisons de retraite, la dénutrition est en moyenne de 27 %, le surpoids de 13 % et l'obésité de 16 % (d'après J.-C. Desport. Nutrition clinique et métabolisme, mai 2010).

## Les compléments nutritionnels oraux (CNO)

Les CNO sont prescrits par les médecins dans le cas d'une dénutrition avérée, l'apport supplémentaire est de 400 kcal/jour et/ou de 30 g de protéines/jour.

## Effets secondaires de certains médicaments :

Ils sont parfois responsables de déficits olfactifs et de la perte de goût ou d'appétit (antibiotiques, certains antidépresseurs, antiépileptiques, antifongiques, antiparkinsoniens, chimiothérapies, hypotenseurs). Ne pas les mélanger aux aliments, car ils altèrent le goût.

Certains aliments comme le pamplemousse inhibent l'action d'enzymes dans certains médicaments.

## L'enrichissement des plats

L'enrichissement des plats permet d'augmenter les apports énergétiques et protéiques tout en gardant des portions alimentaires normales. Il est souhaité pour les résidents aux petits appétits, les portions peuvent ainsi être réduites.

Plusieurs choix se présentent, privilégier les aliments riches :

- en protéines : viandes, poissons et œufs,
- en calcium : tous les produits laitiers,
- en lipides : produits laitiers, plus les pâtisseries et charcuteries,
- en glucides lents : pâtes, riz, et pain complets.

- Intégrer aux plats des aliments riches : fromage, crème, œufs, jambon.

## Attention régime

Les régimes restrictifs (amaigrissant, sans sel, sans sucre, sans graisse, sans résidu) augmentent de 3,6 le risque de dénutrition, ils affectent le goût, entraînent une monotonie et une anorexie. Par exemple, chez les personnes âgées, les risques de morbidité associés à la dénutrition sont plus dangereux que ceux associés au diabète.

## Vade-mecum de la réussite d'une bonne alimentation

- 1- « Aimer avec passion son métier ». Pascal Bothorel, chef-gérant cuisinier dans l'Ephad de l'Association Jeanne Guernion à St Brieuc (22000).
- 2- Composer des menus variés pour couvrir les besoins nutritionnels.
- 3- Etre toujours en relation avec le résident, soit en venant leur parler lors des repas, soit par des questionnaires écrits. Créer des liens diminue les inquiétudes des résidents et motive le personnel.
- 4- Connaître les résidents, leur milieu social, professionnel, leur religion, leurs habitudes et préférences, leurs goûts et dégoûts.
- 5- Assouplir les régimes restrictifs.
- 6- Laisser les résidents participer au service, dresser la table et la desservir pour les aider à mieux s'intégrer à la vie de la communauté.
- 7- Les informer sur l'utilisation des produits locaux, bio, fait maison, impliquez-les à la commission des menus.
- 8- Aménager les salles à manger, en salles de restaurant soignées en choisissant un matériel adapté, (petites tables pour favoriser la communication, chaises avec accoudoir, vaisselle en porcelaine etc.).
- 9- Veiller à ce que les résidents soient dans de bonnes conditions physiques en faisant des bilans sur leurs capacités fonctionnelles et sensorielles.
- 10- Soigner la présentation des plats. Ne pas oublier le service à l'assiette en étant vigilant sur les quantités, mais il ne peut pas convenir à toutes les personnes.
- 11- Ouvrir les portes aux parents, aux enfants des écoles et casser la routine en organisant rencontre et fêtes.
- 12- Inciter à faire une activité physique presque chaque jour.
- 13- Inciter à boire, en moyenne 8 verres, plus le bol du matin et la soupe du soir.
- 14- Dans l'idéal, associer les résidents aux activités concernant la cuisine les emmener faire les courses, éplucher les légumes, participer à des ateliers cuisine.
- 15- Proposer des activités autour de l'alimentation.

© VLADIMIR VORONIN - FOTOLIA



Plats cuisinés mixés et hachés prêts à l'emploi

Tél. : 03.80.24.25.25  
www.les-repas-sante.com

**Avec les mixés et moulinés Les Repas Santé, jamais de pertes de gestion...**

**On ne paye que la quantité réellement consommée...**

**Produits pasteurisés pour une conservation entre 0 et 4 degrés.**

**DLC 42 jrs**

**NOUVEAUX PRODUITS MIXES ANTICRISE !**

## La famille s'agrandit encore

# Avec la VERSION 36 PLATEAUX



Surfaces optimisées,  
Réduction des investissements,  
Un seul chariot au lieu de 2

La Dock Rite,  
Résolument tournée vers le futur

Rendez-vous au salon Santé Autonomie  
20 au 22 Mai - Stand W 84 & X 90

BURLODGE FRANCE

Tél: 01 60 17 66 74 • Fax: 01 64 11 43 10 • www.burlodge.fr  
40 Boulevard de Nesles • Bât A • Lot 9C • 77420 CHAMPS SUR MARNE • France



## Les chiffres de l'Insee

L'Europe est actuellement la région la plus « seniorisée » au monde, en 2010, 16,2 % de personnes âgées de plus de 65 ans y habitaient.

Aujourd'hui, la France compte environ 65 360 000 habitants. 17,5% de la population a plus de 65 ans et près d'un habitant sur dix a au moins 75 ans, avec une espérance de vie estimée à 81 ans, contre une moyenne de 75 ans pour le reste d'Europe.

En France, l'âge moyen de la dépendance est de 78 ans pour les hommes et 83 ans pour les femmes.

La population des 75 ans et plus sera multipliée par 2,5 entre 2000 et 2040, pour atteindre plus de 10 millions de personnes.

Les années 2030 verront le nombre de personnes âgées de plus de 75 ans franchir la barre des 300 000.

Jusqu'en 2035, la proportion de personnes âgées de 60 ans ou plus progressera quelles que soient les hypothèses retenues sur l'évolution de la fécondité, des migrations ou de la mortalité. Cette augmentation est transitoire et correspond au passage des générations du baby-boom d'après-guerre.

D'ici 2040, il y aura 50% de personnes dépendantes en plus soit environ 1 200 000 personnes contre 800 000 actuellement, en majorité des femmes. Aujourd'hui, la prise en charge de ces personnes combine à la fois solidarité familiale et solidarité collective.

En 2060, en France, une personne sur trois aura plus de 60 ans, soit 23,6 millions, une hausse de 80% en 53 ans.

L'augmentation est la plus forte pour les plus âgés : le nombre de personnes de 75 ans ou plus passerait de 5,2 millions en 2007 à 11,9 millions en 2060 ; celui des 85 ans et plus de 1,3 à 5,4 millions.

Le nombre des moins de 20 ans augmenterait légèrement d'ici 2060. Mais leur part dans la population métropolitaine baisserait, passant de 25 % en 2007 à 22 % en 2060. Dès 2014, la proportion de personnes de moins de 20 ans serait inférieure à celle des 60 ans ou plus.

Le nombre des centenaires, a plus que quintuplé au cours des 20 dernières années du XX<sup>e</sup> siècle, le 1<sup>er</sup> janvier 2005 il était de l'ordre de 16 000.



### La marmite du juriste

Le vieillissement de la population est un défi majeur de santé publique. Les seniors de plus de 60 ans constitueront le 1/3 de la population française en 2020. Les plus de 80 ans, âge à partir duquel le taux de dépendance augmente rapidement, devraient alors être plus de 7 millions. Deux plans nationaux (PNNS et Bien vieillir) prônent une augmentation de l'espérance de vie en bonne santé du 3<sup>e</sup> âge, arbitrairement fixé (65-80 ans). Le 3<sup>e</sup> âge est-il bien « dans son assiette » ? La Justice veille au grain. On juge insuffisant professionnel le cuisinier négligeant dans la surveillance de la conservation de la nourriture des pensionnaires d'une maison de retraite (CE 1994). Là, un agent de service est sanctionné pour vols répétés afin de consommer la nourriture destinée aux 3<sup>e</sup> âge de l'Ehpad (CA Dijon 1997). Des plaintes échouent. Ici un pensionnaire d'un centre de retraite public n'obtient pas réparation du préjudice qu'il estimait avoir subi pour défaut de nutrition (CAA Marseille 2004). D'aucuns se font justiciers. L'employée d'un établissement de retraite dénonce les abus à l'égard des pensionnaires, notamment leur condition de nutrition. Retour de bâton. Elle est licenciée (CA Bordeaux 2012) : en critiquant par voie de presse son employeur, alors qu'elle avait déjà écrit aux autorités pour dénoncer cette malnutrition et qu'un contrôle pouvait ainsi régulièrement être mis en œuvre, elle a manqué à son obligation de loyauté.

Jean-Paul Branlard  
Droit, alimentation & gastronomie





## Simple comme un clic !

Transgourmet propose « e-Quilibre » une solution d'approvisionnement destinée à tous les restaurants de collectivités. Soit une première étape, un logiciel calcule exactement les quantités de produits nécessaires à l'élaboration des menus en fonction du nombre de repas à servir.

La deuxième étape, une livraison unique permet de gagner du temps, tous les produits sont livrés dans un même camion.

Hervé Gallineau, directeur des ventes des marchés publics et de e-Quilibre, explique : « c'est du clé en main, nous proposons une réponse pour les achats alimentaires, garantissant la maîtrise du budget, puisque nous définissons un coût repas par rapport aux menus proposés et validés. Si le client commande 1000 journées alimentaires à 3,90 pour petit-déjeuner, déjeuner, goûter, et dîner, la facture est de 3900 euros. »

Les menus proposés et modifiables sont élaborés à partir de plans alimentaires contrôlés par une diététicienne agréée. Ils apportent variété et respect de la saisonnalité des produits et prennent en compte les habitudes alimentaires et besoins nutritionnels dans le respect des recommandations du GERMEN.

Sogeres  
RESTAURATEUR

## L'engagement de Sogeres

Spécialement pensé et cuisiné pour les seniors, Sogeres a élaboré des menus adaptés, savoureux et bons pour la santé, cette nouvelle gamme « inspirations seniors » propose 120 recettes « Nicolas Bailleux, directeur du segment santé explique, « de longs mois de travail ont été nécessaires pour mettre au point cette offre qui accorde une importance au produit, nous avons acquis une expérience, un savoir faire, niveau d'exigence. »

Cette offre s'appuie sur 3 piliers, la priorité est donnée aux vertus de la « nature » avec des produits frais et de saison, puis à la « saveur », les chefs formés par Ducasse Education apprennent la cuisine maison et traditionnelle, les plats sont relevés avec des assaisonnements adéquats, les menus sont déclinés en texture modifiée et en finger food, Ange Machon, coordinateur culinaire santé ajoute « nous faisons des gâteaux d'anniversaire, nous travaillons les arts de la table. »

A la « nature » et à la « saveur » vient s'ajouter le dernier pilier « la prévenance » avec une prise en charge particulière de la dénutrition, un accueil personnalisé du chef, des ateliers culinaires et du personnel formé pour accompagner les personnes âgées.



# La solution pour les patients et les résidents

NOUVEAU



Cafitesse®

Pour mieux vous servir

Pour plus d'informations Cafitesse®  
Contactez-nous au 01 55 77 13 19  
service.clients@demb.com  
[www.maisonducafeprofessionnelsante.fr](http://www.maisonducafeprofessionnelsante.fr)



Le président de l'AD-PA\*, Pascal Champvert dénonce mensonge et manipulation et porte plainte contre Bercy, pour avoir diffusé en mars dernier le communiqué annuel de la direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes (DGCCRF), relatif à la protection économique des résidents en maisons de retraite.



## Coup de gueule de P. Champvert

### Que dénoncez-vous ?

On fait croire que sur les 278 établissements contrôlés, il y en a la moitié qui ont fait de graves erreurs, c'est complètement faux ils ont eu une remarque, sans aucune sanction. Par association d'idées, il est facile de penser que la moitié des 10 000 établissements qui existent en France, ont fait des erreurs.

### Pourquoi le ministère de l'Economie manipulerait-il les chiffres ?

Depuis très longtemps, Bercy s'oppose à toute avancée dans le secteur et refuse de donner des moyens supplémentaires aux personnes âgées. Au lieu de dire « aidons nos aînés » on entend « on ne va pas donner des moyens supplémentaires à un milieu composé à 50% d'escrocs. »

### Quels sont les problèmes dans ce secteur ?

Nous dénonçons, trois points :

- le manque de personnels dans les établissements et les services à domicile.
- Le coût de plus en plus important payé par les personnes âgées et les familles à domicile.

- Et, le coût insupportable payé par les personnes âgées et les familles en établissement.

### Qui est responsable ?

Les Pouvoirs Publics, ce sont eux qui décident des tarifs dans l'immense majorité des structures et qui refusent l'augmentation du nombre des professionnels et la création d'une prestation autonomie.

### Que pensez-vous de la loi d'adaptation de la société au vieillissement qui est passée au conseil des ministres le 9 avril ?

Il faut que la prestation autonomie sorte, cette loi est un premier pas, vers la prise de conscience du vieillissement de la population, il y en aura de plus en plus de personnes âgées de plus de 80 ans, parmi eux il y en a 80% qui vont bien, et les autres 20% ont besoin d'aide parce qu'ils ont des troubles physiques, cognitifs et psychiques, la société doit s'adapter à ce vieillissement sans le dramatiser.

\* AD-PA : Association des Directeurs au service des personnes âgées



### Rubrique Juridique

L'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (ANSES) a émis un avis défavorable sur le projet de guide des bonnes pratiques en restauration collective.

« Nous sommes outrés de cette position qui ne fait qu'empêcher une fois de plus la sortie de cet outil utile aux petites collectivités. Si cela continue comme cela nous n'en aurons plus besoin car les cuisines sont aujourd'hui agréées sans le guide (...) »

Christophe Hébert, président de l'association Agores

« Concernant le Guide des bonnes pratiques d'hygiène (GBPH) de la restauration collective, on peut réellement parler de l'Arlésienne... plus de 17 ans pour arriver à « quoi »... si nous analysons les demandes de l'ANSES... c'est un enterrement de 1<sup>re</sup> catégorie (...) »

[CuisineCollective.fr/category/juridique/](http://CuisineCollective.fr/category/juridique/)

Posez vos questions, partagez vos expériences, votre savoir-faire



Le décret entré en vigueur le 1<sup>er</sup> juillet 2013.

## De la qualité nutritionnelle

Ce décret du 30 janvier 2012 fixe les principes de base auxquels les services de restauration des établissements sociaux et médico-sociaux devront désormais se conformer en matière de repas proposés à leurs clients. Ce document vise aussi les maisons de retraite,

Le décret du 30 janvier 2012 prévoit ainsi plusieurs mesures destinées à garantir l'équilibre nutritionnel des repas servis aux pensionnaires, élément-clé de leur maintien en bonne santé. Ainsi, quatre ou cinq plats devront être proposés dans le cadre

de chaque déjeuner ou dîner. Ils devront être adaptés aux goûts, aux habitudes alimentaires, à l'âge ou à l'éventuelle situation de handicap des résidents. D'autre part, ils devront varier régulièrement. De plus, la fréquence des repas devra être fonction des besoins des personnes, tout comme les portions servies. Le service de l'eau, du sel, du pain et des sauces devra répondre aux règles de la nutrition comme aux attentes des pensionnaires.



## LE 1<sup>ER</sup> PAIN Brioché POUR LUTTER CONTRE LA DÉNUTRITION

Équilibré et savoureux, le pain G-Nutrition® couvre 25% des ANC (12g de protéines). Adapté aux personnes ayant des difficultés de mastication, ce pain brioché est riche en protéines, en calcium, en vitamines D, en fibres et il est également source de magnésium. Validé par des études cliniques, il préserve et renforce le capital santé des seniors.



CONJUGUEZ PLAISIR ET NUTRITION AU QUOTIDIEN



A Etagnac en Charente  
(77 résidents)

AD-PA  
Les personnes âgées - Les directeurs

Témoignages de trois directeurs et correspondants départementaux AD-PA

# Citoyenneté et respect

« Un Ehpad est un lieu de vie, au sein duquel on prodigue des soins et ce lieu de vie est une prestation hôtelière donc on déjeune au restau, et au restau on ne mange pas n'importe quoi. »

François Berger directeur de l'Ehpad sainte Marie à Etagnac en Charente ne mâche pas ses mots, non sans raison, il est en guerre contre une « fumisterie » constatée dans les maisons de retraite. Avec ses 3 casquettes de directeur de l'Ehpad, délégué départemental de l'AD-PA, et président de Atelier Ressources, il trouve des solutions, mêlant citoyenneté, plaisir et recherches.

Trop souvent, dans les maisons de retraite, la frontière « entre client et patient », est mal dessinée, dans cet Ehpad de Sainte-Marie, les choix sont clairs, François Berger explique « ici les résidents ne sont pas réduits à un déficit protéino-énergétique, » ils sont considérés comme des personnes, citoyens à part entière qui ont des besoins spécifiques étant donné leur âge, tant au niveau physique que psychique. Ainsi l'instant repas a-t-il été pensé dans une démarche holistique, faisant partie d'un tout et le programme est vaste. Le socle sur lequel s'appuie l'instant repas est fondé sur le concept de la citoyenneté, c'est-à-dire de la solidarité, de l'équité, de l'humanité et de la dignité des résidents, tout en luttant contre la dénutrition, en respectant plaisir et convivialité.

François Berger raconte, « le matin, lorsque je raccompagne une résidente après le petit déjeuner, je fais attention à la façon dont je lui parle, à la vitesse à laquelle je me déplace et si je lui détaille le menu du déjeuner, je lui mets l'eau à la bouche, j'aurais gagné, j'aurais stimulé la personne. » Cette

citoyenneté s'exprime aussi dans le même nombre de plats proposés (entrée, plat protidique, légumes ou féculents, salades, fromages et desserts) aux personnes quelle que soit leur pathologie, tous les plats ont les mêmes formes, couleurs et saveurs y compris pour les textures modifiées, François Berger insiste « un résident ne se met pas à table pour manger un pot de crème hyper protéinée, sinon, il se sent disqualifié, montré du doigt comme dysphagique

ou atteint d'une autre pathologie. » Ainsi, la texture modifiée est associée au maintien de l'autonomie, au respect de la personne, à la citoyenneté, pour le président de Atelier ressources (voir encadré) « c'est une technique à part entière et non une technique de supplémentation réservée à des gens malades, le cuisinier doit accorder la même importance aux repas normaux et à texture modifiée. » ●

## Avec François Berger, président de Atelier ressources

« Nous avons créé un réseau où nous faisons intervenir pêle-mêle en fonction des établissements, des médecins, des psychologues, des nutritionnistes, sociologues. » L'atelier ressources, s'inscrit dans une démarche globale, cet organisme de formation comprend 3 secteurs : performerSens, NutriCulture et Formact & Sens « avec NutriCulture, qui est une approche globale de restauration médico-sociale, nous formons les cuisiniers à servir une assiette à la présentation soignée, aux saveurs respectées et aux apports nutritionnels mesurés, nous avons mis au point, à l'aide d'algues une autre technique de cuisine pour reconstituer l'alimentation mixée, ainsi qu'une gamme de moules spécifiques. »

Pour en savoir plus, <http://www.nutri-culture.com>



## OMEGA SPREAD

La famille Omega Spread s'agrandit!  
Nouveau conditionnement en barquette de 1 kg.

Et toujours 100% végétal, sans allergène et riche en oméga-3.

Recommandations du GEMRCN :	La réponse de Bebo Omega Spread
Réduire les apports de matière grasse	59% de matière grasse
Réduire les apports en acides gras saturés	9% d'acides gras saturés
Augmenter les apports en oméga-3, ratio oméga-6 / oméga-3 < 5	Riche en oméga-3, Ratio = 3,3
Réduire la consommation de sel	Pauvre en sel

Bebo Omega Spread existe en portion individuelle de 10g et en barquette de 1 kg.



Portion 10g

GEMRCN

CONFORME AUX RECOMMANDATIONS DU GEMRCN



Barquette 1 kg

robot coupe®

Textures  
modifiées : un  
nouvel équilibre  
alimentaire



Émulsionneur  
Mixer



La meilleure solution



Démonstration gratuite :  
marketing@robot-coupe.fr



Consultez  
la vidéo

## FOCUS • Maisons de retraite

A St-Brieuc dans les Côtes d'Armor  
(100 résidents)



## Que des pros !



### Côté cuisine

Tout a commencé par l'arrivée en 2005 de Patrick Couratin, directeur de cet Ehpad d'une centaine de résidents et sa volonté délibérée d'imposer une nouvelle organisation « ce n'était pas gagné d'avance, tout le monde se plaignait, mais personne ne voulait que les choses bougent. J'avais la chance de découvrir la restauration autogérée, j'en avais toujours eu envie, j'y croyais. » En 2006, la cuisine a été restructurée par un architecte, puis Patrick Couratin emmène l'équipe dans l'aventure de la professionnalisation, pour lui un métier ne s'invente pas, il s'explique, « j'ai profité de certains départs à la retraite pour embaucher des professionnels qualifiés ayant de l'expérience, il faut investir du bon côté, c'est-à-dire dans la formation, la formation de base d'un chef de cuisine n'est pas suffisante. » Le chef a suivi un cursus de 9 mois, est devenu chef-gérant qui connaît réglementations et décrets. Enfin l'organisation du travail s'est faite pour que chaque jour, un cuisinier professionnel soit aux commandes. Le personnel de cuisine qui fait partie intégrante de l'équipe de soins est aussi passé à la moulinette de la formation diplômante et continue (HACCP, texture modifiée). En 2010, une formation de 3

Dans cette Ehpad de l'association Jeanne Guernion de Saint-Brieuc, le directeur a mis le cap sur la professionnalisation de l'équipe, un pari réussi !

jours sur les mixés pour toute l'équipe, Pascal Bothorel, le chef gérant pense : « c'est incontournable, nous n'avions pas les techniques adaptées, nous n'arrivions jamais à obtenir la texture souhaitée, ni pour les soignants, ni pour les résidents, on ne peut pas savoir si on n'a pas appris. » Grâce à la maîtrise de ces nouvelles textures, le menu du jour est servi à tout le monde, Patrick Couratin ajoute : « tous les résidents quel que soit leur degré de dépendance conservent l'accès à des saveurs, à des goûts, à des couleurs. »

Puis, le changement s'est étendu aux menus, avec une diététicienne un plan alimentaire, modifié chaque année, a été mis en place, soit deux années de travail, pour apporter une diversité aux menus, lutter contre la dénutrition, finie la monotonie des repas : « nous sommes passés d'un cycle de menu de 4 semaines à 4 cycles de menu, 1 par saison, ainsi nous avons inclus des plats typiques bretons. » La variété oui, en tenant compte des envies des résidents, et de leur culture quoique... « nous nous sommes trompés en servant la paella, par contre le chili con carne a été très bien accueilli ». Oups nous sommes en Bretagne!

### Côté salle,

« Un résident c'est un client » affirme Mireille Nicolas, gouvernante hôtelière, depuis 6 ans dans la maison, c'est une évidence pour cette femme issue de la restauration commerciale, qui a apporté au niveau du service, son expérience de pro « le travail des agents était privilégié au confort des résidents, je leur ai appris à être dans la salle, présents et à l'écoute comme dans un restaurant de ville, ce n'est pas plus long, ni plus coûteux. C'est un métier. »

Comme au restaurant, les « clients » s'installent où ils veulent autour de petites tables pour que les conversations soient plus faciles à suivre, les chaises ont des accoudoirs, nappes et serviettes en tissu n'ont pas été oubliées, Patrick Couratin fait remarquer, « ce sont des petites choses au niveau de l'investissement et du prix, mais cette qualité de service favorise le bien-être du résident. » Mireille Nicolas avec son œil de pro, ajoute, « notre travail c'est de prendre soin du résident à table, quelques places sont réservées pour les fauteuils roulants, nous respectons la liberté de chacun, nous les aidons à s'installer, rangeons le déambulateur... »

Plus de plats communs, mais un service à l'assiette, une assiette préparée sur mesure et un service au plus près des résidents, avec plus de souplesse, moins de contraintes pour les régimes... et moins de gaspillage « les serveuses connaissent très bien chaque personne » constate Mireille Nicolas. Pascal Bothorel, le chef va de table en table, une fois par semaine, discuter avec ses « clients », chaque jour un petit questionnaire anonyme est distribué pour recueillir les bonnes et mauvaises critiques.

Mais tout n'est pas fini... Le service en chambre... pas assez performant, le repas du soir... pas à la hauteur du déjeuner et le vin dans tout cela? Beaucoup de questions encore, mais le pari est gagné, une équipe de pros fait tourner la « maison ». Patrick Couratin veille sans relâche « ma préoccupation est de maintenir les équipes à ce bon niveau, je garde toujours une grande vigilance. » ●

## Enquête sur l'alimentation des personnes âgées

L'association Consommation, Logement et Cadre de Vie (CLCV) a publié en février 2014, une enquête sur l'alimentation de 1400 personnes âgées en maison de retraite ou clients d'un service de portage à domicile. Plusieurs constats se dégagent, qui justifient à posteriori l'intérêt du décret. Au premier abord, la plupart des résidents (environ 80%) se déclarent satisfaits de la qualité de leurs repas, même si ce chiffre baisse dans le cas d'une maison de retraite rattachée à un hôpital. Cependant, 48% des établissements concernés ne proposent qu'un menu unique et 55% des convives ne sont pas consultés sur la qualité des plats.

Les personnes interrogées formulent un certain nombre de critiques liées au réchauffage de la nourriture, souvent inadapté, (viande trop dure). La diversité des menus pose aussi problème, les assaisonnements sont insuffisants, (les aliments ne sont pas assez salés, les viandes trop souvent servies avec des sauces) etc. Enfin, 55% des résidents en maisons de retraite déclarent ne pas être consultés sur la qualité des repas, 44% considèrent que leurs demandes éventuelles ne sont pas prises en compte et 73% indiquent qu'ils ne peuvent pas choisir librement leur place à table.

La situation paraît plus dégradée dans les services de portage. Ainsi, 63% des sondés indiquent que les professionnels chargés de la livraison des repas ne se préoccupent que très rarement, voire jamais, de savoir s'ils mangent ou non les repas livrés. Avec un prix moyen facturé de 7,6 euros par repas livré, le recours à un service de portage de repas représente un coût élevé. Pour de nombreux ménages à la retraite, 4 à 5 repas livrés par semaine représentent environ 10% du budget, un pourcentage très important quand on sait que d'après l'Insee l'ensemble de l'alimentation pèse en moyenne 11,3% du budget des ménages. Or un nombre important de services de portage (50% de l'échantillon) est en situation de monopole sur leur zone.

La CLCV propose la mise en place de label garantissant la qualité des repas et du service tant en maisons de retraite que dans les services de portage de repas. Ce label devrait inclure une consultation semestrielle des personnes âgées sur la qualité des repas et sur leurs attentes.



A Vence, dans les Alpes Maritimes (108 résidents)

AD-PA  
Les personnes âgées - Les directeurs

Témoignages de trois directeurs et correspondants départementaux AD-PA

## Duo gagnant...

Le directeur de l'Ehpad de Vence a eu la très bonne idée de redonner un deuxième souffle à la cuisine et de joindre aux cuisiniers de la « Vençoise », une dizaine de « futurs pros » issus du chantier d'insertion\* « Job's en douceurs ».

Depuis le 15 juillet 2013, les déjeuners des 108 résidents de l'Ehpad de Vence, la « Vençoise » sont désormais fabriqués par des adultes en insertion professionnelle. Cette toute nouvelle initiative solidaire est le fruit d'une collaboration étroite entre l'association « Job's en douceurs », la direction de l'Ehpad de Cagnes, le chef Philippe Bouchet et la mairie.

Le cursus de ces formations, dure 6 mois, 5 jours sur 7, ainsi une dizaine de jeunes, hommes et femmes, bénéficiaires du RSA ou chômeurs de longue durée, viennent se joindre aux 4 professionnels de l'équipe de cuisine et se forment à la pratique et la technique de la restauration collective avec le chef Philippe Bouchet. Le directeur de l'Ehpad, Gérard Brami, se réjouit « les équipes connaissent bien leur métier, la qualité et la présentation sont dignes d'un restaurant de bonne qualité de Marseille ou de Nice, les poissons sont magnifiquement présentés, c'est un grand changement, la qualité est incontestable par rapport à avant. » Avant la cuisine de la « Vençoise » servait de chauffe-plat, elle était un satellite de l'autre Ehpad situé à Cagnes-sur-mer.

social pour les personnes âgées de la commune en difficulté, cette nouvelle initiative donnera du travail en plus à ces personnes, le chantier d'insertion va pouvoir dégager des bénéfices. »

Dans le cadre de la politique de la ville, la « Vençoise » est subventionnée par la commune, de son côté, la maison de retraite a versé une somme de 15000 euros, en 2013, elle s'élèvera à 20000 euros en 2014, Gérard Brami pense « à travers ce nouvel engagement, nous aidons la politique de l'Etat à lutter contre le chômage dans une région dans laquelle la restauration fait partie d'une grande tradition culinaire. »

Il est un peu prématuré pour établir un bilan, déjà les indicateurs sont bons, attendons la fin de l'année pour savoir si cette aventure sociale et très originale sera couronnée de succès, à suivre de près pour essaimer ces projets humanistes et solidaires, à bon entendre... ●

\* Un Chantier d'Insertion est un dispositif d'insertion sociale et professionnelle visant à développer les compétences de personnes « de faible niveau de qualification ou en situation d'exclusion sociale et/ou professionnelle ». Il assure la mise au travail, le suivi, l'accompagnement et la mise en œuvre de la formation professionnelle.

### Une histoire qui se pérennise

L'avenir est plein de promesses pour « Job's en douceurs », d'autres chantiers vont se développer à Vence, Gérard Brami explique « nous allons lancer un restaurant

### Complément d'articles sur

- Comment aborder les différentes manières de manger
- Les excellentes pâtisseries de l'UCPA de Bois-Guillaume (76)

[CuisineCollective.fr/focus-sante-3e-age](http://CuisineCollective.fr/focus-sante-3e-age)



GEH  
GROUPE EUROPE HYGIÈNE  
PROFESSION HYGIÈNE

## Prenez soin d'eux en toute quiétude...

Nos produits d'hygiène professionnelle garantissent la propreté de vos cuisines et de vos espaces de restauration au quotidien.

Découvrez nos gammes spécialement étudiées pour les professionnels de la restauration en EHPAD et maisons de retraite.

Ultra CUISINE  
Ultra VERT

Ultra BAG

Sélection GEH

Contactez-nous au  
N° Azur 0 810 025 828  
vous serez guidé vers le distributeur le plus proche  
gen@geh.fr • www.geh.fr

# Proust et ses madeleines à la maison de retraite



**Gilles Fumey**  
Professeur des universités à Paris-Sorbonne et chercheur au CNRS.



Vous l'avez sans doute entendu raconter, cette histoire d'une vieille dame alpaguée par une caissière de supermarché lui reprochant de prendre un sac en plastique: « *votre génération ne pige rien au mouvement écologique. Seuls les jeunes vont payer pour la vieille génération qui a gaspillé toutes les ressources!* » Sitôt reçu le coup de bâton, notre Tatïe Danielle sortie tout droit du film de Chatiliez, ne se démonte pas: « *je suis désolée, mademoiselle, il n'y avait pas de mouvement écologiste de mon temps. Et puis, on n'achetait pas de bouteilles en plastique à jeter, on buvait de l'eau à la fontaine lorsqu'on avait soif. On s'activait à la cuisine avec peu de moyens...* » J'abrège, mais le plaidoyer fut nourri.

De cette histoire, peut-on imaginer que nos maisons de retraite soient de formidables machines à jouer avec le temps? Nous n'allons pas rallumer les bougies ni remettre les toiles cirées et faire la vaisselle devant la fenêtre. Mais cette histoire qui a tourné en boucle sur les réseaux sociaux n'est-elle pas une occasion de savoir ce qu'« être vieux » à table signifie aujourd'hui, ce qu'on peut attendre d'une cuisine collective lorsqu'on est réuni dans une salle à manger commune avec des voisins de fortune, d'une fortune liée à l'âge.

**Un âge inventé:** Pourtant, rien n'était écrit comme cela s'est passé. L'invention des grands-parents à l'époque néolithique a été un puissant bouleversement dans l'histoire de l'humanité. Car avec les stocks de céréales désormais disponibles grâce à l'agriculture née il y a dix mille ans, les hommes mangent mieux, certains passent le cap de la quarantaine et vieillissent. Vieillir, cela signifie surplomber la vie des autres. Jusqu'à l'isolement dans nos maisons de retraite, les personnes âgées étaient souvent appréciées comme des « sages ». Parfois tyranniques, sans doute, mais souvent respectées. Avec ces hommes et ces femmes qui inventent un autre regard sur le monde, vieillir, c'est penser au futur inexorable qui approche, à l'au-delà. Mais c'est aussi penser au passé. Une vie construite

sur un temps qui se tient là, dans des gestes hésitants, maladroits, mais qui défient l'habitude car à chaque âge, on apprend avec un corps différent, rappelait Daniel Pennac dans *Journal d'un corps*.

A table dans nos maisons de retraite, il se passe une curieuse mécanique où les souvenirs



© TOMGEN - FOTOLIA

l'emportent sur les découvertes, où les madeleines de Proust réactivent le passé d'un être humain qui l'a laissé filer sans crier gare et l'habille de nostalgie: si les barrières de l'appétit se dressent sur les topinambours rappelant les privations de la guerre, la consolation vient des plats sucrés...

**Désirs:** Les médecins aiment à dire que l'ap-

pétit des personnes âgées est le signal de leur goût de vivre avec le monde de leur époque. Les cuisiniers savent jouer sur leur piano pour nourrir cet appétit-là. Mais c'est la nostalgie qui alimente ce rapport au temps en pratiquant des va-et-vient se nourrissant mutuellement: les cuisiniers ont-ils conscience que les plats d'autrefois, les pots-au-feu, les ragoûts, les gratins et les tartes tatin peuvent sauver un repas peu inspiré, une ambiance électrique dans la maison, un désaccord à table? On pense aux jeunes enfants usés par leur journée à l'école, irritables lorsque le jour tombe et qui se chatouillent en jouant comme des chiots dès qu'ils ont mangé.

Il ne faut donc pas sous-estimer le goût de manger, de prendre sa revanche sur le monde qui nous échappe sauf à le manger, le boire, le déguster à l'aune de ce qui a été et qui revient par les souvenirs devenus soudain délicieux.

**Havres:** Un point encore. Les anthropologues travaillant sur les rythmes de l'âge aiment à commenter la fuite du temps. Comment maîtriser le temps sinon par des jalons, des rythmes qui fixent des horizons nécessaires pour ne pas buter sur l'angoisse de l'inactivité? Le seul moment sûr, la seule pause inéluctable, le rendez-vous immanquable est toujours le repas collectif. Un moment attendu avec appréhension et délectation. Les fumets qui montent dans les étages en matinée titillent les appétits, les attentes sont grandes. Derrière les petites manies et les agacements, il y a l'espoir d'une récompense, la certitude qu'on sortira, le temps du repas, d'une grande solitude. Manger, c'est d'abord une expérience sociale. Et si les madeleines ont tant titillé la sensibilité de Proust, c'est parce qu'elles l'ont lié à ce qui lui était le plus cher: une expérience passée, duplicable à l'infini, pour peu qu'une cuisinière sublime du nom de Françoise ait pensé à cuire des madeleines. Soyons tous des Françoise pour nos aînés qui le méritent bien.

## Retrouvez sur CuisineCollective.fr

**Hervé This**

Professeur consultant  
AgroParisTech/  
chimiste Inra

**Le bouillon de bœuf, une question pas réglée !**



Lire la suite sur :  
<http://www.cuisinecollective.fr/category/this/>

**Béatrice de Reynal**  
Nutritionniste

**Vivre plus longtemps... mais en bonne santé**



Lire la suite sur :  
<http://www.cuisinecollective.fr/category/beatrice-de-reynal/>

**Patrick André**

RestoLegis.fr

**Autocontrôle microbiologique**



Lire la suite sur :  
<http://www.cuisinecollective.fr/category/experts/patrick-andre>



En collaboration avec  
les équipes de la DGAL



# Le portage à domicile en plein essor

Rester à domicile le plus longtemps possible, tel est le souhait de très nombreux seniors et personnes handicapées. Le portage est alors une solution appropriée pour conserver une certaine autonomie. Plus de 35 millions de repas sont ainsi livrés chaque année. Mais le portage à domicile ne s'improvise pas : il est soumis à une réglementation spécifique et de nombreuses précautions doivent être prises pour assurer des repas sains et un service de qualité.

La Direction Générale de l'Alimentation, en concertation avec la Direction Générale de la Cohésion Sociale, met à disposition des seniors trois guides, fruit d'une collaboration avec les professionnels de santé et de la restauration collective. Ils donnent des explications pour prolonger le plaisir de manger et veiller au maintien le plus longtemps possible de l'autonomie des séniors. L'un d'entre eux est plus spécifiquement axé sur le portage à domicile. Pour les télécharger : <http://alimentation.gouv.fr/guides-portage-seniors>

## Une remise directe au consommateur

L'activité de portage à domicile est considérée comme de la remise directe au consommateur final. Mais le statut sera différent selon la présence ou pas d'intermédiaire. Si un intermédiaire intervient seulement d'un point de vue financier ou pour la livraison des repas, le fabricant de repas ne sera pas soumis à agrément. Par contre, s'il y a une manipulation et/ou un stockage intermédiaire, l'établissement fabricant les repas doit faire une demande d'agrément sanitaire\* ou, s'il répond aux conditions requises, une demande de dérogation à l'agrément\*.

## Un GBPH validé

Toutes les associations et les entreprises agréées consacrant leurs activités à des services aux personnes à leur domicile sont concernées par le guide de Bonnes Pratiques d'Hygiène « Livraison de repas à domicile », validé en septembre 2012 et disponible auprès de la Documentation Française ([documentationfrancaise.fr](http://documentationfrancaise.fr)). Les associations ou entreprises assurant le portage à domicile sont responsables des repas, de la réception des denrées jusqu'à la livraison au consommateur final. Comme la restauration collective, le paquet-hygiène s'applique au portage à domicile. La livraison des repas est réglementée par l'arrêté du 21/12/2009 (titres II et IV notamment).

## Les démarches préalables

L'activité de service de livraison de repas doit être déclarée auprès de la DDCSPP par le responsable d'établissement. Ce dernier doit mettre en place les conditions visant à assurer le respect de la réglementation en vigueur, notamment les bonnes pratiques d'hygiène. Il doit également s'assurer de la bonne information du client final. Le ou les véhicules

doivent être aménagés et le matériel utilisé doit être adapté au transport de denrées alimentaires à des températures satisfaisantes (fixées réglementairement).

Les différentes procédures et autocontrôles seront mis en place pour garantir le respect des règles d'hygiène, ainsi qu'un plan de formation du personnel.

## Les principaux dangers inhérents au portage

Comme pour le secteur alimentaire en général, les principaux dangers identifiés sont d'ordres biologiques (germes responsables d'intoxications alimentaires notamment), physiques (présence d'éléments indésirables dans les plats comme des morceaux de verre, de plastique ou de métal), ou chimiques (résidus de produits nettoyants et désinfectants). Le risque allergène est également à prendre en compte. Il peut être direct, ou résulter d'une contamination croisée (résidu d'œuf sur un plan de travail ou du matériel mal nettoyé par exemple). Ce risque peut être, dans le cas du portage à domicile, élargi au non-respect du régime alimentaire éventuel du client (pauvre en sel, sans résidu etc...). Une bonne communication au sein de l'établissement qui fabrique et livre les repas, l'identification du client et la traçabilité des menus sont alors primordiaux.

## Les engagements du fournisseur de repas

Les repas seront livrés au moyen de véhicules adaptés pour le transport des denrées périssables (isothermes, frigorifiques, réfrigérants ou calorifiques selon les cas) titulaires d'une attestation de conformité technique valide. Dans le cas de livraisons réalisées dans un rayon de moins de 80 kms sans rupture de charge, la validation technique du moyen de transport n'est pas obligatoire, mais le fournisseur doit disposer d'équipements adaptés

au maintien strict des températures.

En liaison froide, le fournisseur s'engage à ne pas proposer de repas réalisés à base de produits nécessitant des températures inférieures à + 3°C (viande hachée, certains produits de la mer, mayonnaise maison, accompagnement, desserts à base d'œufs non cuits...). Les viandes cuites à cœur, les fromages au lait pasteurisés, les filets de poisson garantis sans arêtes (QSA) sont à privilégier. Les sauces et accompagnements seront de préférence conditionnés individuellement. Au moment de la réception ou du chargement des repas, des variations sensibles de température peuvent être observées. Dans tous les cas, la température des denrées alimentaires ne devra pas dépasser 7°C.

En liaison chaude, les plats chauds doivent être livrés à plus de 63°C, et en aucun cas en-dessous de 60°C.

La traçabilité tout au long de la chaîne Conformément à l'article 18 du règlement (CE) n°178/2002, la traçabilité des denrées alimentaires doit être établie à toutes les étapes de la production et de la distribution. Les dispositions relatives à l'information du consommateur doivent par ailleurs être respectées (origine de la viande bovine par exemple).

## Les difficultés du maintien en température

Maintenir une température supérieure à 63°C est parfois difficile. Les containers (mallettes ou caissons isothermes) collectifs permettent un meilleur maintien de la température que les containers individuels. Mais, pour plus de sécurité, il est judicieux que les plats partent à 80°C. Sachant que les germes se développent rapidement entre 10 et 63°C, une liaison chaude mal maîtrisée augmente

sensiblement le risque pour le consommateur. En cas d'utilisation de mallettes isothermes individuelles, prévoir un jeu de deux mallettes par client livré : une mallette avec le repas livré et la seconde laissée au domicile la veille et récupérée le lendemain. Optez pour des mallettes compartimentées pour bien séparer les plats chauds et les préparations froides. Le cas échéant, transportez le chaud et le froid séparément.

Aucune préparation ne doit par contre être récupérée. Les restes de plats servis en liaison chaude doivent être jetés.

**Le froid, plus facile à maîtriser**

Dans un container individuel, l'augmentation de température au bout d'une heure trente de transport avoisine seulement 4°C.

Les aliments doivent être au départ à une température inférieure à 3°C. Les plats sont dans ce cas souvent conditionnés en barquettes individuelles thermoscellées. La personne livrée n'a plus qu'à les mettre au froid chez elle, jusqu'au réchauffage, au four ou au micro-ondes.

Il est indispensable de valider le choix de la liaison avant sa mise en place, par des contrôles de température et par l'élaboration de protocoles tenant compte de la durée de la tournée et du type de véhicule utilisé. ●

Laurence Jaffré-Le Bouquin

**Tableau opérationnel de livraison de repas**

(d'après le GBPH « livraison à domicile »)

Etapes de livraison	Principales caractéristiques de l'étape
RECEPTION des repas auprès du fournisseur	Repas conditionnés et identifiés Contrôle des températures à cœur (< +3°C en liaison froide ou > + 63°C en liaison chaude) (sonde) Emballages intègres
Pas de stockage	Les repas conditionnés dans des mallettes isothermes ou barquettes filmées sont immédiatement chargés
CHARGEMENT	Maintien des températures (< + 3°C ou > + 63°C)
TRANSPORT	Transport d'une durée inférieure à deux heures (Conformément à l'annexe IV de l'arrêté du 21/12/2009) Maintien des températures Véhicules et contenants adaptés aux tournées Vérification de la température du véhicule si besoin
DECHARGEMENT ET LIVRAISON AU CONSOMMATEUR	Déchargement rapide (moins de 5 minutes si possible). Fermeture immédiate des portes des véhicules et des containers. Contrôle des températures d'un plat chaud et d'un plat froid ..... Liaison chaude : laisser les repas sur la table pour une consommation immédiate Liaison froide : rangement des denrées dans le réfrigérateur du client ..... Contrôle des dates limites de consommation (DLC) par le personnel chargé de la livraison et destruction des repas périmés
NETTOYAGE-DESINFECTATION DES CONTAINERS ET/OU MALLETTES	Privilégier la prise en charge par le fournisseur Le cas échéant, prévoir un local spécifique et une procédure validée Utilisation de produits autorisés pour le nettoyage et la désinfection des surfaces au contact des denrées alimentaires

Lien utile : Note de Service NS N2011-8117 modifiée de la DGAL : [http://agriculture.gouv.fr/IMG/pdf/DGALN20128206\\_cle893147.pdf](http://agriculture.gouv.fr/IMG/pdf/DGALN20128206_cle893147.pdf)

**Sanipousse**

Mon partenaire au quotidien



Autocontrôles, Traçabilité, Hygiène, Sécurité Alimentaire et des personnels de cuisine



**sanipousse**

POUSSE PLUS LOIN LA SÉCURITÉ  
[www.sanipousse.com](http://www.sanipousse.com)