



AUTOUR DES REPAS

des personnes âgées

- Nutrition et santé
- Alimentation plaisir
- Animation et alimentation

Manger est un acte indissociable de la vie. Il symbolise à la fois une nécessité, une réminiscence affective (le repas familial et les gestes et activités s’y rattachant), un moment de la vie sociale (passé ou réactualisé par la vie en institution), un plaisir des sens. Le repas structure les journées et parfois leur donne un sens : le temps des courses, des épluchages, de la cuisson, ... en fixant des occupations.

Que la personne soit au domicile ou en institution, ses besoins se ressemblent et entraînent des réponses similaires : pallier les déficiences, proposer des aides, entretenir le plaisir, renforcer l’estime de soi et l’autonomie, soutenir l’intérêt vis-à-vis d’autrui en conservant des liens sociaux.

Les textes présentés dans ce recueil apportent des réponses pratiques et professionnelles car ils sont issus de l’expérience de gériatres, psychologues, sociologue, animateurs, diététiciennes, chefs cuisiniers, ...

- **Les troubles de l’alimentation** peuvent avoir très vite des conséquences fâcheuses pour la personne : anorexie et boulimie sont des maladies bien connues. La dénutrition qui touche souvent les personnes âgées est, elle, beaucoup plus invisible mais tout aussi dangereuse. La déshydratation est un des autres problèmes qui touchent les populations fragiles. La première partie de l’ouvrage permet donc de revoir des notions importantes et surtout d’imaginer de nouvelles formes d’alimentation.
- Mais manger est aussi **source de plaisir**. S’asseoir devant une table joliment préparée, dans un cadre accueillant, regarder et déguster des mets appétissants, avoir une impression de satiété à la fin du repas, faire un repas traditionnel comme avant ou découvrir de nouvelles saveurs, ... tous ces éléments contribuent au désir de manger et viennent renforcer l’appétit des convives !
- L’activité cuisine s’inscrit dans **une démarche d’animation** tant les projets peuvent être multiples, d’un atelier cuisine à un déjeuner au restaurant, de la participation à un concours à la rencontre intergénérationnelle ou à la décoration de l’espace. Cette activité qui valorise la personne dans ses savoirs favorise également la vie sociale de tous les participants.

Ce recueil ouvre ainsi de multiples pistes de réflexion et d’actions tant pour les aides soignantes, les AMP que pour les responsables de la vie et de l’animation sociale en établissement. Les professionnels du domicile, des auxiliaires de vie sociale aux équipes de soins, y trouveront aussi de quoi rafraîchir leurs connaissances et diversifier leurs approches de la personne dépendante.

Collection **DOC Gériatrie**
publiée par DOC’Editions - 160 pages – Format 16,5 x 22 cm
ISBN : 2-916465-26-5

Réf. DG07

www.docanimation.fr

SOMMAIRE

• NUTRITION ET SANTE

- Alimentation et culture
- Vieillesse et nutrition
- Lutter contre l'anorexie
- La boulimie
- La dénutrition du sujet âgé
- La santé est dans votre assiette
- Bien manger en évitant les risques
- Manger, s'alimenter... Comment ? Pourquoi ?
- Alimentation du sujet âgé dément à domicile
- Les troubles nutritionnels chez les déments type Alzheimer
- Un outil professionnel pour prévenir la dénutrition
- Les compléments alimentaires, etc.

• ALIMENTATION PLAISIR

- Le repas et ses constantes à travers les âges
- Faut-il en faire tout un plat ?
- Le petit déjeuner campagnard
- L'alimentation plaisir
- Le repas, facteur de bien-être
- Du producteur aux consommateurs... au restaurant d'un foyer-logement
- Les arts de la table
- Cinq règles alimentaires de base pour que manger reste un plaisir, etc.

• ANIMATION ET ALIMENTATION

- La cuisine, c'est comme le vélo !
- Raconte-moi la soupe
- Vive les mariés !
- L'activité cuisine
- Angélique au restaurant
- Le café des enfants devient intergénérationnel
- Partage de repas : sortir malgré sa dépendance
- « Raconte-moi un dessert aux fruits »
- Quand Restauration et Animation font bon ménage
- Idées déco pour de jolies tables
- La pause « Apéro »
- Faites du repas une fête !, etc.

• RESSOURCES

- Bibliographie
- sitographie
- webographie
- et adresses utiles