



Animations du projet « Au Menu de Mon EHPAD »

EHPAD des Andaines

EHPAD Les 4 Provinces d'Elisabeth Vézard

Silver Fourchette, programme de sensibilisation pour les plus de 60 ans, a lancé le projet novateur « Au Menu de mon EHPAD » en lien avec l'ARS de Normandie sur différents territoires normands, afin de prévenir la perte d'autonomie en EHPAD.

L'objectif était de proposer un programme complet sur la thématique de l'alimentation des seniors en direction des EHPAD participants : « Les 4 Provinces d'Elisabeth Vézard » sur les sites de Barenton et le Teilleul et l'EHPAD des Andaines à Couterne et la Chapelle - quatre établissements avec une direction commune.

Ainsi, deux programmes ont été construits en collaboration avec les établissements participants et organisés en simultané par Silver Fourchette :

- Un programme d'animations en direction des résidents des établissements avec des actions collectives innovantes sur le thème de l'alimentation pensées et déployées par les équipes d'animation des établissements et Silver Fourchette.
- Un programme de sensibilisation adressé aux professionnels permettant un accompagnement des équipes, dans le but d'améliorer les services de restauration des établissements participants.

Les équipes des EHPAD de la Chapelle et de Couterne ont décidé de proposer respectivement à leurs résidents une animation novatrice : un atelier culinaire d'initiation au manger-mains, proposant une recette d'entrée et plusieurs bouchées sucrées.

01.02.21- La Chapelle

Simplifier l'action de manger et préserver l'autonomie de la personne représentent deux des objectifs du manger-mains. Cette pratique permettant de redonner du plaisir lors des repas et d'aider à lutter contre la dénutrition, est tout à fait adaptée aux personnes présentant des troubles d'apraxie, agnosie, aphasie et amnésie, troubles que l'on retrouve notamment chez les personnes atteintes d'Alzheimer et ou de la maladie de Parkinson.

Le 1^{er} Février, au sein de l'unité d'hébergement renforcée de l'EHPAD de la Chapelle, s'est tenu un atelier d'initiation au manger-mains, animé par la diététicienne nutritionniste, Patricia Poignet (61) en collaboration avec Silver Fourchette.





Au menu de la matinée pour nos 5 résidents participants, la préparation de moelleux à la carotte parfumés à l'ail et d'un assortiment de bouchées sucrées et gourmandes différentes (à base de pâte de haricots rouges, de crème de coco citronnée ou encore de pain d'épices).

Ces recettes ont été pensées pour être faciles à écraser entre la langue et le palais en ne laissant aucun morceau,

permettant ainsi d'être consommées par des résidents qui présentent des troubles de la déglutition.

Après un premier échange avec l'équipe accompagnante composée d'Alice - neuropsychologue, Amélie - animatrice, Sandrine et Stéphanie - ASG, notre diététicienne a exposé l'atelier aux participantes et les recettes qui allaient être réalisées.

Tout le monde ayant revêtu son tablier, il était temps de démarrer. Ce sont alors des résidentes très appliquées qui ont épluché les carottes et l'ail, cassé les œufs, pesé les ingrédients et mélangé les préparations. Autant de gestes qui étaient une habitude, comme elles nous l'ont mentionné, et qu'elles semblaient ravies de pouvoir effectuer à nouveau. Un moment également propice aux échanges de bonnes astuces : « Moi, avec la carotte, je trouve que la crème se marie bien ! ». Remarque qui tombait à pic puisque la recette de moelleux en contenait.

Est ensuite venu le temps de préparer l'assortiment de bouchées sucrées. Chaque résidente a pu goûter, avant de continuer, la pâte de haricots rouges. Avec une grande surprise, c'est à l'unanimité que cette découverte a beaucoup plu. D'autant plus à une résidente en particulier qui



a souhaité garder le pot pour continuer à "goûter". « Cette pâte est une source de protéines très intéressante » a mentionné la diététicienne, raison de plus pour laisser notre chère résidente la consommer. Le chef est même venu rendre visite et observer le travail des résidentes.

Midi approchant, une odeur alléchante est venue envelopper la salle, que plusieurs résidents n'ont pas manqué de remarquer (« Ca sent bon ! »). Une participante très curieuse de voir son travail, a souhaité venir surveiller la cuisson au four de ses moelleux à la carotte.



12h15- Le moment tant attendu était arrivé : celui de la dégustation. Tous les résidents de l'unité qui ont pu bénéficier du travail collaboratif du groupe. Les moelleux à la carotte ont été tellement appréciés, qu'ils ont été redemandés plusieurs fois. Une des soignantes présente a été ravie de constater qu'un résident qui nécessite en général une aide au repas, avait recouvré son autonomie pour ce dernier. Après le plat principal, place au dessert. Chacun s'est prêté au jeu de la dégustation, après une présentation des bouchées, et les assiettes sont revenues vides !

Ce moment privilégié a eu une action positive, selon les soignants, sur l'attitude des résidents qui était bien différente de celle qu'ils pouvaient connaître au quotidien : facilité lors de la prise du repas pour certains, plaisir de manger pour d'autres et de la joie sur tous les visages.

A l'issue de l'atelier, l'équipe accompagnante avait déjà en tête de nouvelles idées de recettes pour de prochains ateliers. Une belle dynamique impulsée grâce à cet atelier qui va pouvoir continuer à vivre grâce à l'engagement de cette équipe et à la participation des résidents.





02.01.21 - Couterne

Le 2 Février, c'est au sein de l'unité de vie protégée de l'EHPAD de Couterne que s'est tenu un atelier d'initiation au manger-mains, animée par la diététicienne nutritionniste, Patricia Poignet (61) en collaboration avec Silver Fourchette.

Au menu de la matinée pour notre nouvelle brigade de 4 résidents participantes, la préparation de moelleux à la carotte parfumés à l'ail, d'un assortiment de bouchées sucrées et gourmandes différentes (à base de pâte de haricots rouges, de crème de coco citronnée ou encore de crème caramel à la langue de chats) ainsi que d'une préparation de jus d'oranges à découper.

Ces recettes ont été pensées pour être faciles à écraser entre la langue et le palais en ne laissant aucun morceau, permettant ainsi d'être consommées par des résidents pouvant présenter des troubles de la déglutition.

Après un premier échange avec l'équipe accompagnante composée d'Isabelle - psychomotricienne, et deux AS, ce sont les résidentes qui ont pu découvrir les recettes qui allaient être réalisées ce matin.

L'atelier a débuté par la préparation des moelleux à la carotte. Eplucher les carottes, l'ail, casser les œufs, peser les ingrédients et mélanger les préparations, autant de gestes qui étaient une habitude pour les résidentes présentes et qui semblaient ravies de les effectuer à nouveau.



Profitant de la cuisson des moelleux, les résidentes ont pu découvrir la préparation de jus d'orange gélifiée. Chacune à tour de rôle a pu découper à sa guise un morceau et goûter cette nouveauté. Une recette validée par les résidentes autour de la table qui pourra être transposée avec tout autre jus de fruits.





11h30- Le moment de préparer l'assortiment de bouchées sucrées. Après avoir goûté la pâte de haricots rouges, les résidentes ont pu découper une fois de plus avec l'emporte-pièce de leur choix, les bouchées qui seraient ensuite distribuées. Comme souligné par la diététicienne, le haricot rouge est une légumineuse présentant l'intérêt d'être une source importante de protéines.

Les assiettes ont ensuite été dressées pour être servies pour le dessert.



Midi approchant, l'odeur alléchante présente dans la salle commençait à attirer les résidents.

12h15- Place à la dégustation : tous les résidents de l'unité ont pu bénéficier du travail collaboratif de notre groupe. Les moelleux à la carotte ont été fortement appréciés et redemandés plusieurs fois. Des assiettes laissées au centre des tables se sont rapidement vidées.

Après le plat principal, place au dessert. Chacun s'est prêté au jeu de la dégustation, après une présentation des bouchées, et les assiettes sont revenues vides !





Ce type d'atelier présente un double avantage : permettre de créer un moment privilégié entre résidents et soignants et avoir une action positive sur l'attitude des résidents qui sont valorisés.

Force était de constater qu'à l'issue de l'atelier, l'équipe accompagnante pensait déjà à la mise en place de cet atelier au PASA (pôle d'activités et de soins adaptés) dès que possible et aux recettes envisageables.

Cette belle dynamique impulsée grâce à cet atelier sera sans nul doute entretenue grâce à l'engagement de cette équipe et à la participation des résidents.

