

AVANT LES REPAS

- Disponibilité de la personne
- Installation confortable
- Ambiance rassurante, calme et conviviale



PENDANT LES REPAS

- Prendre son temps
- S'asseoir à hauteur de la personne pour la faire manger et lui décrire les plats
- Faire participer la personne si c'est possible, laisser la personne manger dans le désordre ou avec ses doigts
- Vérifier que la personne ait fini sa bouchée, avant d'en proposer une autre
- Faire boire la personne régulièrement pendant le repas pour que les aliments glissent facilement

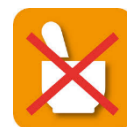


A LA FIN DES REPAS

APRES CHAQUE REPAS

- Proposer un brossage de dents ou des soins de bouche
- Nettoyer les prothèses dentaires

- Proposer les médicaments
- Ne jamais écraser les médicaments à libération prolongée



L'eau gélifiée à conserver 24h00

Mélanger 2 à 3 mesures de poudre épaississante pour 150 ml d'eau, et conserver la préparation sous forme fractionnée au réfrigérateur.

Laitages

□ Comment enrichir les produits laitiers ?

- Enrichissez le lait en ajoutant 100 grammes de lait en poudre écrémé à 1 litre de lait, soit environ 1 cuillère à soupe dans un petit verre de lait (100 ml).
- Enrichissez les laitages industriels (yaourts, petits suisses, fromages blancs) en y ajoutant 2 cuillères à soupe (20 grammes) de lait en poudre écrémé.



□ Comment enrichir les préparations « maison » ?

(entremets, crèmes aux œufs, riz ou semoule au lait)

- Utilisez du lait enrichi avec 100 grammes de poudre de lait écrémé pour 1 litre de lait.
- Utilisez du lait concentré sucré, de la crème fraîche.

Potages

□ Dans 250 ml de potage de légumes « maison » ou industriel, ajoutez :

- Du beurre ou une cuillère à soupe de crème fraîche,
- 40 grammes de jambon haché ou 30 grammes de viande mixée ou 2 jaunes d'œuf ou 15 à 20 grammes de gruyère râpé ou 2 crèmes de gruyère ou 20 grammes de lait en poudre écrémé (soit 2 cuillères à soupes),
- Des pâtes à potage, du tapioca, du pain.



Purées et bouillies

□ Dans une portion de purée de pommes de terre ou de légumes, ajoutez :

- Du beurre ou de la crème fraîche,
- 2 jaunes d'œuf ou 15 à 20 grammes de gruyère râpé ou 2 crèmes de gruyère ou 20 grammes de lait en poudre écrémé (2 cuillères à soupe).



Légumes

□ Nappez de sauce béchamel enrichie :

- Utilisez du lait enrichi pour sa préparation ou ajoutez un jaune d'œuf et 10 à 15 grammes de gruyère râpé.



Desserts à base de fruits

□ Enrichissez la compote :

- Ajoutez à 100 grammes de compote :
 - une cuillère à soupe de crème fraîche,
 - 2 cuillères à soupe (20 grammes) de lait en poudre écrémé.
- Ou servez la compote avec un laitage nature.



□ Proposez des fruits au sirop enrichis :

- Ajoutez du lait concentré, de la crème fraîche, de la chantilly, des biscuits mixés.