

<b>Procédure n°: POL-DRHA- 452</b>	<b>Date d'émission : 2011-10-19</b>
<b>Titre : Politique pour une saine alimentation</b>	<b>Date de révision : 2020-01-14</b>

**Source :** Direction des ressources humaines, techniques et alimentaires

**Responsable de l'application :** Direction des ressources humaine, techniques et alimentaires

**Destinataires :** Résidents et leurs proches  
Aînés du Centre de jour  
Locataires des Résidences Le 1615 et Le 1625  
Personnel  
Visiteurs  
Stagiaires, personnel d'agences et bénévoles

## **1. Objectifs :**

En accord avec la mission et les responsabilités de la Résidence, la politique alimentaire vise à offrir un environnement favorable à l'adoption et au maintien de saines habitudes alimentaires.

## **2. Portée :**

Tous les secteurs et toutes les activités associées à l'alimentation sont concernés par cette politique y compris les services de repas et les collations servis aux résidents et aînés du Centre de jour, selon les modalités requises par le plan alimentaire ou les particularités associées au milieu de vie substitut. Les activités du Bistro du QG sont également concernées ainsi que les services d'aliments et de boissons destinés au personnel, aux bénévoles, aux stagiaires, au personnel d'agences, aux visiteurs et aux proches des résidents.

### 3. Principes directeurs :

**La promotion du bien commun** : qui fait référence à un environnement alimentaire sain à la santé, au bien-être et à la qualité de vie;

**Responsabilité et cohérence** : qui fait référence à la mission de la Résidence d'améliorer et de maintenir la santé des clientèles;

**Exemplarité** : à l'égard de la saine alimentation contribuant ainsi à l'amélioration de la santé des personnes;

**Développement durable** : qui s'intègre à l'adoption de pratiques visant à améliorer l'environnement alimentaire;

**Recherche de la qualité globale** : des aliments et des boissons lors de la confection des repas et collations.

### 4. Fondements :

Cette politique s'appuie sur les éléments suivants :

- L'accès à l'alimentation saine est un droit inscrit dans la Déclaration universelle des droits de l'homme de l'assemblée générale des Nations Unies de 1948;
- La loi sur les services de santé et les services sociaux;
- La loi sur la santé publique et le Programme national de santé publique 2003 – 2012, mise à jour en 2008;
- Le plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie et de prévention des problèmes reliés au poids 2006 – 2012, Investir pour l'avenir;
- Les orientations ministérielles : un milieu de vie de qualité pour les personnes hébergées en CHSLD (Juin 2014);
- La loi sur le développement durable (LLD, avril 2006);
- La loi sur les contrats des organismes publics;
- La loi et règlements sur les produits alimentaires;
- Le Guide alimentaire canadien 2019;
- "Le cadre de références : Miser sur une saine alimentation" : une question de qualité;
- La politique de nutrition de la Résidence (POL-PRO-DSC-HÉB-210) adoptée le 14 avril 2010 et révisée le 8 novembre 2018.

## 5. Orientations du cadre de référence (MSSS 2009) :

Les orientations guident l'ensemble de l'offre de services alimentaires dans l'établissement, mais les plans alimentaires définis à l'intention des résidents et des aînés du Centre de jour font partie du traitement et devront toujours être respectés; les orientations ne viennent pas se substituer aux plans alimentaires des résidents et des aînés du Centre de jour.

<p><b>ORIENTATION 1</b></p> <p><b>Offrir des repas et des collations de haute valeur nutritive</b></p> <p>Voir orientations de la politique nutrition DSC 210</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Offrir des repas qui respectent les principes du Guide alimentaire canadien;</li><li>2. Favoriser des aliments ayant une faible teneur en gras saturés et privilégier les gras poly et monoinsaturés;</li><li>3. Favoriser des aliments ayant une teneur élevée en fibres alimentaires;</li><li>4. Réduire l'offre d'aliments et de boissons ayant une teneur élevée en sodium;</li><li>5. Privilégier l'eau, le lait et les jus purs à 100% comme boissons et avoir des points d'eau libre (fontaines, carafes d'eau) et des verres afin que les gens se servent au besoin;</li><li>6. Réduire l'offre d'aliments ayant une teneur élevée en sucre ajouté.</li></ol>
<p><b>ORIENTATION 2</b></p> <p><b>Intégrer les principes du développement durable à l'ensemble des activités du service alimentaire</b></p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Diminuer la production de matières résiduelles;</li><li>2. Minimiser les impacts environnementaux du cycle production – approvisionnement – entreposage – préparation – service.</li></ol>
<p><b>ORIENTATION 3</b></p> <p><b>Favoriser l'accessibilité physique et économique à une variété d'aliments de haute valeur nutritive</b></p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Organiser l'offre de service de façon à favoriser l'accès physique à des aliments de haute valeur nutritive;</li><li>2. Aménager des aires de services alimentaires afin de favoriser la consommation d'aliments de haute valeur nutritive dans une atmosphère agréable.</li></ol>
<p><b>ORIENTATION 4</b></p> <p><b>Promouvoir la saine alimentation auprès des clientèles du service alimentaire</b></p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Promouvoir la saine alimentation et l'acceptation sociale de la politique alimentaire;</li><li>2. Promouvoir une saine alimentation, respectueuse des préférences alimentaires dans les limites des ressources et contraintes organisationnelles.</li></ol>

<p style="text-align: center;"><b>ORIENTATION 5</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Assurer le développement des compétences du personnel</b></p>	<p>1. Favoriser le développement des compétences du personnel impliqué dans l'alimentation;</p>
<p style="text-align: center;"><b>ORIENTATION 6</b></p> <p style="text-align: center;"><b>S'assurer de la qualité globale des aliments et des boissons offertes</b></p>	<p>1. S'assurer que la qualité nutritive des aliments et des boissons soit prise en compte lors de l'approvisionnement;</p> <p>2. S'assurer de la qualité globale des aliments à chaque étape, de l'entreposage au service des repas.</p>

## 6. Modalités d'application et suivi :

Le comité nutrition en place dans la Résidence collabore avec la Directrice des ressources humaines, techniques et alimentaires ainsi que la Directrice adjointe des services à la clientèle à la promotion et la mise en œuvre de la présente politique.

- SUIVI DE L'IMPLANTATION DE LA POLITIQUE

Une grille de suivi de l'implantation des orientations contenues dans la politique (Annexe 1) a été complétée par le chef du service alimentaire, la technicienne en nutrition et la nutritionniste.

## 7. Rôles et responsabilités :

RÔLES	RESPONSABILITÉS
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adopter la politique</li> <li>• Entériner les orientations de la politique</li> </ul>	<p style="text-align: center;">Comité de direction</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Supporter activement les directions dans l'application de la politique</li> <li>• Participer à l'évaluation de la satisfaction de la clientèle</li> </ul>	<p style="text-align: center;">Directrice des ressources humaines, techniques et alimentaires – Directrice adjointe à la DSC et Comité nutrition</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Assurer le suivi à la mise en œuvre de la politique</li> <li>• Assurer la mise à jour des connaissances des employés du service alimentaire</li> </ul>	<p style="text-align: center;">Chef du service alimentaire Nutritionniste</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Soutenir les orientations de la politique dans son champ d'expertise</li> </ul>	<p style="text-align: center;">Nutritionniste</p>

## 8. Références

- Miser sur une saine alimentation : une question de qualité Cadre de référence à l'intention des établissements du réseau de la santé et des services sociaux pour l'élaboration de politiques alimentaires adaptées. La Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec Dépôt légal Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2009 Bibliothèque et Archives Canada, 2009.

Signé le 2020-01-14  
Date

par



Nicole Richer  
Nicole Richer  
Directrice des ressources humaines, techniques et  
alimentaires



## Grille de suivi de l'implantation des orientations de la politique alimentaire

Date : Le 30 décembre 2019

ORIENTATION 1 : OFFRIR DES REPAS ET DES COLLATIONS DE HAUTE VALEUR NUTRITIVE			
OBJET	ÉTAT DE SITUATION	RÉALISATIONS À VENIR	COMMENTAIRES
<b>Offrir des repas qui respectent les principes du <i>Guide alimentaire canadien</i>.</b>			
1. Composer les repas afin d'offrir des aliments provenant des quatre groupes d'aliments et porter attention à la qualité sensorielle des aliments afin qu'ils soient savoureux.	Atteint, menus revus en fonction du Guide alimentaire en juin 2009 et mise à jour en 2018 avec le menu provincial		Complété.
2. Mettre l'accent sur une offre variée et attrayante de fruits et de légumes afin d'en stimuler la consommation. Privilégier les légumes de couleur orange ou vert foncé comme accompagnement des mets principaux.	Offre présente mais texture des fruits répond de moins en moins aux besoins de la clientèle.  Collation de purée de fruits.	Offrir une quantité plus grande de desserts à base de fruits et de produits laitiers et une plus grande variété de légumes de saison	Réalisé en 2018 avec l'introduction graduelle du menu provincial
3. Intégrer les fruits et les légumes dans les mets de base (entrées, plats principaux et desserts).	Déjà intégré.		Complété.
4. Offrir des portions adaptées aux catégories de clientèles sans favoriser la surconsommation.	Charte de portionnement en vigueur.	Renouveler la vaisselle avec assiettes de 9 po.	Effet d'une moins grosse portion pour certains résidents.
5. Offrir une variété suffisante de chaque groupe d'aliments.	Menus respecte le Guide alimentaire.	Introduire plus de produits laitiers dans les soupes, mettre du lait plutôt que de la crème et offrir plus de desserts à base de lait.	Augmente les protéines.  Réalisé 2018.

OBJET	ÉTAT DE SITUATION	RÉALISATIONS À VENIR	COMMENTAIRES
<b>Offrir des aliments ayant une faible teneur en gras saturés et privilégier les gras poly et monoinsaturés.</b>			
1. Privilégier les modes de cuisson utilisant peu ou pas de matières grasses.	Peu de matières grasses utilisées		
2. Privilégier l'utilisation de gras insaturés pour la cuisson et pour les matières grasses d'accompagnement.	Utilise huile de canola et margarine non hydrogénée.		
3. Offrir des menus quotidiens dont la teneur en gras saturés n'excède pas 10 % des calories totales.			
4. Lorsque des desserts et des collations sont offerts, s'assurer que leur teneur en gras saturés n'excède pas 10 % de la valeur énergétique.			
5. Limiter les aliments contenant des gras trans issus d'un processus de transformation ou de cuisson.			
6. Offrir du poisson au menu au moins deux fois par semaine.			
7. Éliminer la friture et l'usage d'aliments préalablement frits.			
8. Réduire le plus possible la quantité de gras ajouté dans les mets préparés par le service alimentaire.			

<b>OBJET</b> <b>Offrir des aliments ayant une teneur élevée en fibres alimentaires.</b>	<b>ÉTAT DE SITUATION</b>	<b>RÉALISATIONS</b>	<b>COMMENTAIRES</b>
1. Offrir une variété de produits céréaliers à grains entiers (au moins 50 % de l'offre totale contenant 2 grammes et davantage de fibres alimentaires par portion servie) : pâtes alimentaires, riz, pains, muffins, céréales et utiliser des aliments riches en fibres dans la préparation des repas.			
2. Offrir une variété de légumes (au moins deux choix au dîner et au souper).  Offrir une variété de fruits (au moins deux choix par repas).			
3. Intégrer les légumineuses dans au moins un repas par semaine.			
<b>OBJET</b> <b>Réduire l'offre d'aliments et de boissons ayant une teneur élevée en sodium.</b>	<b>ÉTAT DE SITUATION</b>	<b>RÉALISATIONS À VENIR</b>	<b>COMMENTAIRES</b>
1. Offrir des plats principaux ont la teneur en sodium n'excède pas 600 mg.			
2. Offrir des aliments et des boissons dont la teneur en sodium n'excède pas 480 mg par portion.			
3. Présenter des menus quotidiens dont la teneur en sodium n'excède pas 3 000 mg de sodium et graduellement réduire pour atteindre 2 3000 mg d'ici 2012.			



OBJET	ÉTAT DE SITUATION	RÉALISATIONS À VENIR	COMMENTAIRES
<p><b>Privilégier l'eau, le lait et les jus purs à 100 % comme boissons. Avoir des points d'eau libre (fontaines, carafes d'eau) et des verres afin que les gens se servent au besoin.</b></p>			
<p>1. Offrir de l'eau comme boisson aux repas et aux collations.</p>			
<p>2. Offrir une variété de laits et de substituts du lait (contenant moins de 30 gr de sucre par 250 ml), de jus de fruits purs à 100 % et de jus de légumes.</p>			
<p>3. Offrir des portions adéquates de jus, de lait et de substituts de lait, éviter les formats excédant 384 ml et privilégier les formats de 250 ml ou moins.</p>			
<p>4. Éliminer de l'offre alimentaire les boissons sucrées (boissons gazeuses et boissons à base de fruits) et les boissons contenant des édulcorants.</p>			

<b>ORIENTATION 2 : INTÉGRER LES PRINCIPES DU DÉVELOPPEMENT DURABLE À L'ENSEMBLE DES ACTIVITÉS DU SERVICE ALIMENTAIRE</b>			
<b>OBJET</b>	<b>ÉTAT DE SITUATION</b>	<b>RÉALISATIONS</b>	<b>COMMENTAIRES</b>
<b>Diminuer la production de matières résiduelles.</b>			
1. Éviter l'achat de produits suremballés, en portions individuelles.			
2. Privilégier l'achat de produits dont les emballages sont recyclables ou biodégradables.			
3. Diminuer graduellement, jusqu'à l'élimination, l'utilisation de vaisselle jetable.			
4. Participer à la collecte des matières recyclables et putrescibles lorsque de tels programmes sont en vigueur sur le territoire où se trouve l'établissement.			
5. Si de tels services sont offerts : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Opter pour de la vaisselle et des ustensiles compostables ou recyclables si l'emploi de vaisselle durable est impossible dans les conditions que présente le service alimentaire, par exemple pour les repas à emporter et les circonstances exceptionnelles (ex. : pandémie, etc...)</li> </ul>			

<b>OBJET</b>	<b>ÉTAT DE SITUATION</b>	<b>RÉALISATIONS</b>	<b>COMMENTAIRES</b>
<b>Minimiser les impacts environnementaux du cycle production-approvisionnement-entreposage-préparation-service.</b>			
1. Minimiser le transport en favorisant l'achat local, dans la mesure du possible, tout en respectant les lois et les règlements régissant l'approvisionnement des établissements.			
2. Favoriser l'achat de produits frais dont la production, le transport et la conservation requièrent moins d'énergie que les produits congelés.			
3. Offrir des menus saisonniers mettant en valeur les aliments régionaux.			

**ORIENTATION 3 : FAVORISER L'ACCESSIBILITÉ PHYSIQUE ET ÉCONOMIQUE À UNE VARIÉTÉ D'ALIMENTS DE HAUTE VALEUR NUTRITIVE**

<b>OBJET</b>	<b>ÉTAT DE SITUATION</b>	<b>RÉALISATIONS</b>	<b>COMMENTAIRES</b>
<b>Organiser l'offre de service de façon à favoriser l'accès physique à des aliments de haute valeur nutritive.</b>			
1. Prévoir des horaires de service adaptés aux besoins de la clientèle.	Fait	2015	
2. Prévoir plusieurs points de service.	Fait		Salle à manger principale Cuisinettes d'étage
3. Disposer les machines distributrices d'aliments sains à des endroits stratégiques, de façon à répondre aux besoins de la clientèle.			

1. Offrir un aménagement des cuisinettes et de la salle à manger et des autres lieux de consommation de repas chaleureux et accueillants.			
2. S'assurer que les équipements permettent la production d'une variété d'aliments de haute valeur nutritive et le maintien de leur qualité nutritionnelle.			

**ORIENTATION 4 : PROMOUVOIR LA Saine ALIMENTATION AUPRÈS DES CLIENTÈLES DU SERVICE ALIMENTAIRE**

<b>OBJET</b>	<b>ÉTAT DE SITUATION</b>	<b>RÉALISATIONS</b>	<b>COMMENTAIRES</b>
<b>Promouvoir la saine alimentation et l'acceptation sociale de la politique alimentaire.</b>			
1. Sensibiliser les clientèles (résidents, aînés, visiteurs et personnel) aux saines habitudes alimentaires.  Prendre en compte les interventions reconnues comme efficaces.	À venir		
2. Sensibiliser les clientèles à la politique alimentaire et à ses raisons d'être.  Planifier une stratégie de communication pour diffuser la politique.	À venir		
3. Rendre accessible l'information sur la valeur nutritive des mets, des boissons et des aliments offerts. Indiquer la présence d'allergènes.	À venir		

<b>OBJET</b>  <b>Promouvoir une saine alimentation, respectueuse des préférences alimentaires des communautés culturelles.</b>			
1. Prévoir des menus qui tiennent compte, dans la mesure du possible, des préférences alimentaires des communautés culturelles, le cas échéant.	Le menu alternatif donne la possibilité de choisir des mets répondant au goût des communautés culturelles.		

**ORIENTATION 5 : ASSURER LE DÉVELOPPEMENT DES COMPÉTENCES DU PERSONNEL**

<b>OBJET</b> <b>Assurer le développement des compétences du personnel</b>	<b>ÉTAT DE SITUATION</b>	<b>RÉALISATIONS</b>	<b>COMMENTAIRES</b>
1. Offrir des programmes d'information et de formation à l'intention du personnel des services alimentaires et d'autres services impliqués dans l'alimentation des résidents et des aînés. Ces programmes pourront porter sur les besoins et les particularités des clientèles, les principes d'une saine alimentation, la qualité globale des aliments et les processus optimaux de transformation.	À venir		
2. Former le personnel conformément à la Loi sur les produits alimentaires.	Formation hygiène et salubrité web en cours – décembre 2019		

<b>ORIENTATION 6 : S'ASSURER DE LA QUALITÉ GLOBALE DES ALIMENTS ET DES BOISSONS OFFERTS</b>			
<b>OBJET</b>	<b>ÉTAT DE SITUATION</b>	<b>RÉALISATIONS</b>	<b>COMMENTAIRES</b>
<b>S'assurer que la qualité nutritive des aliments et des boissons soit prise en compte lors de l'approvisionnement.</b>			
1. Établir des normes d'achats qui incluent des critères nutritionnels.			
<b>OBJET</b>			
<b>S'assurer de la qualité globale des aliments à chaque étape, de l'entreposage au service des repas.</b>			
1. Mettre en place des mécanismes de suivi afin d'assurer l'application des normes établies en matière d'hygiène et de salubrité alimentaires.			
2. Mettre en place des mesures de contrôle de la qualité sensorielle (apparence, saveur, texture et odeur) et de la qualité nutritive des aliments et des repas.			
3. S'assurer qu'un temps suffisant soit alloué à l'alimentation.			
4. Mettre en place des mesures de satisfaction de la clientèle et en faire le suivi.	Fait		