

<b>Procédure n°: POL-DRHABL- 452</b>	<b>Date d'émission : 2011-10-19</b>
<b>Titre : Politique pour une saine alimentation</b>	<b>Date de révision : 2023-08-31</b>

**Source :** Direction des ressources humaines, alimentaires et de buanderie-lingerie

**Responsable de l'application :** Direction des ressources humaine, alimentaires et de buanderie-lingerie

**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 22 juin 2023.

### 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 style="text-align: center;"><b>ORIENTATION 1</b></p> <p style="text-align: center;"><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 mono insaturés ;</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 style="text-align: center;"><b>ORIENTATION 2</b></p> <p style="text-align: center;"><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 style="text-align: center;"><b>ORIENTATION 3</b></p> <p style="text-align: center;"><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 style="text-align: center;"><b>ORIENTATION 4</b></p> <p style="text-align: center;"><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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Favoriser le développement des compétences du personnel impliqué dans l'alimentation ;</li> <li>2. Former le personnel au service alimentaire sur les normes d'hygiène et de salubrité (formation manipulateurs d'aliments du M.A.P.A.Q)</li> </ol>
<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>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. S'assurer que la qualité nutritive des aliments et des boissons soit prise en compte lors de l'approvisionnement ;</li> <li>2. S'assurer de la qualité globale des aliments à chaque étape, de l'entreposage au service des repas.</li> </ol>

## 6. Modalités d'application et suivi :

Le comité nutrition en place dans la Résidence collabore avec la Directrice des ressources humaines, alimentaires et de buanderie-lingerie 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 complété 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, alimentaires et de buanderie-lingerie – 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 2024-08-31  
Date

par   
Nicole Richer  
Directrice des ressources humaines, alimentaires  
et de buanderie-lingerie

Résidence  
**BERTHIAUME-  
DU TREMBLAY**



Fondation  
**BERTHIAUME-  
DU TREMBLAY**

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

Date : Le 31 août 2023

<b>ORIENTATION 1 : OFFRIR DES REPAS ET DES COLLATIONS DE HAUTE VALEUR NUTRITIVE</b>			
<b>OBJET</b>	<b>ÉTAT DE SITUATION</b>	<b>RÉALISATIONS</b>	<b>COMMENTAIRES</b>
<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.	En cours	À chaque changement de menu et en continu. Évaluation par les technicienne en diététique.	
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.	En continu	Nous réévaluons à chaque changement de menu	Enjeux de disponibilité au niveau des achats (B.O.)
3. Intégrer les fruits et les légumes dans les mets de base (entrées, plats principaux et desserts).	En continu	En continu	
4. Offrir des portions adaptées aux catégories de clientèles sans favoriser la surconsommation.	En continu	Évaluation régulière auprès des résidents par la nutritionniste	
5. Offrir une variété suffisante de chaque groupe d'aliments.	En continu	En continu au menu	

OBJET	ÉTAT DE SITUATION	RÉALISATIONS	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 friture au menu	En continu	La majorité des mets sont cuits au four
2. Privilégier l'utilisation de gras insaturés pour la cuisson et pour les matières grasses d'accompagnement.	En continu	Huile et gras végétal non hydrogénés	
3. Offrir des menus quotidiens dont la teneur en gras saturés n'excède pas 10 % des calories totales.	En continu	Nos choix au menu respectent cette règle	
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.	En continu	Nos choix au menu respectent cette règle	
5. Limiter les aliments contenant des gras trans issus d'un processus de transformation ou de cuisson.	Peu de friture au menu	En continu	La majorité des mets sont cuits au four
6. Offrir du poisson au menu au moins deux fois par semaine.	En continu	Règle respectée à chaque changement de menu	
7. Éliminer la friture et l'usage d'aliments préalablement frits.	2 fois au menu par 3 semaines	Permis pour les aînés selon une directive du MSSS	Milieu de vie
8. Réduire le plus possible la quantité de gras ajouté dans les mets préparés par le service alimentaire.	En continu	Respect de cette règle au maximum avec la cuisson au four. Sinon certains gras naturels conviennent à l'enrichissement des aliments pour le côté énergétique pour les aînés	

<b>OBJET</b>	<b>ÉTAT DE SITUATION</b>	<b>RÉALISATIONS</b>	<b>COMMENTAIRES</b>
<b>Offrir des aliments ayant une teneur élevée en fibres alimentaires.</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.	En continu	Pains bruns, muffins, céréales au déjeuner. Plusieurs mets à base de légumineuses et de riz. Riz en féculent au menu 3 fois en 3 semaines	
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).	En continu	Légumes au menu et en choix alternatif Fruits en dessert et en collation	
3. Intégrer les légumineuses dans au moins un repas par semaine.	Règle respectée	Intégrées ans le menu. Choix des mets végétariens au menu sur les 3 semaines.	
<b>OBJET</b>	<b>ÉTAT DE SITUATION</b>	<b>RÉALISATIONS</b>	<b>COMMENTAIRES</b>
<b>Réduire l'offre d'aliments et de boissons ayant une teneur élevée en sodium.</b>			
1. Offrir des plats principaux dont la teneur en sodium n'excède pas 600 mg.	À travailler	Recettes travaillées en ce sens. Choix des mets « confort » à la demande de la clientèle (milieu de vie), toutefois au menu.	
2. Offrir des aliments et des boissons dont la teneur en sodium n'excède pas 480 mg par portion.	Règle respectée	Boissons gazeuses seulement offertes aux résidents lors d'activités spéciales (milieu de vie)	
3. Présenter des menus quotidiens dont la teneur en sodium n'excède pas 3 000 mg de sodium et graduellement réduire pour atteindre 2 300 mg d'ici 2012.	Règle respectée	Menu équilibré afin de respecter les attentes. Recettes travaillées afin de respecter les attentes (ex : mélanges bouillon salé et bouillons non salé, recettes faites majoritairement maison afin de contrôler le sodium	



OBJET	ÉTAT DE SITUATION	RÉALISATIONS	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>	Règle respectée	Toujours disponible et inscrite au plan alimentaire	
<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>	Règle respectée	Aux repas et en collation	Ex : lait soya et smoothies en collation
<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>	Règle respectée	Aux repas et en collation	Ex : Yogourts en portion et lait au chocolat de 200 ml en collation
<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>	Règle respectée	Offertes seulement lors d'activités spéciales (milieu de vie)	

<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.	Règle respectée	Achats en vrac surtout	Selon la disponibilité chez nos fournisseurs
2. Privilégier l'achat de produits dont les emballages sont recyclables ou biodégradables.	En cours	Recyclage déjà présent. Projet compostage en cours.	
3. Diminuer graduellement, jusqu'à l'élimination, l'utilisation de vaisselle jetable.	En cours	Changement pour vaisselle jetable recyclable et biodégradable	
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.	En vigueur	Comité santé environnementale actif avec projets à venir	
5. Si de tels services sont offerts : - 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...)	En vigueur	Virage environnemental dans la Résidence.  Recyclage actif en cours.  Compostage des déchets alimentaires à fin 2023.	

OBJET	ÉTAT DE SITUATION	RÉALISATIONS	COMMENTAIRES
<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.	En vigueur	Distributeurs et fournisseurs alimentaires locaux.  Respect des contrats.	
2. Favoriser l'achat de produits frais dont la production, le transport et la conservation requièrent moins d'énergie que les produits congelés.	En vigueur	Offre d'une grande diversité de produits dont les produits frais	
3. Offrir des menus saisonniers mettant en valeur les aliments régionaux.	En vigueur	Au menu.  Saison estivale et hivernale avec thématiques alimentaires	Fruits saisonniers

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

OBJET	ÉTAT DE SITUATION	RÉALISATIONS	COMMENTAIRES
<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.	Respect des règles	Suivis continus sur l'activité repas avec pistes d'amélioration	
2. Prévoir plusieurs points de service.	En vigueur	Cuisinettes aux étages. Salle à manger principale au 1 <sup>er</sup> étage. Bistro.	
3. Disposer les machines distributrices d'aliments sains à des endroits stratégiques, de façon à répondre aux besoins de la clientèle.	Présentes	Distributrices présentes au rez-de-chaussée et près du Bistro contenant des aliments variés	

OBJET <b>Organiser l'offre de service de façon à favoriser l'accès physique à des aliments de haute valeur nutritive.</b>	ÉTAT DE SITUATION	RÉALISATIONS	COMMENTAIRES
4. Offrir un aménagement des cuisinettes et de la salle à manger et des autres lieux de consommation de repas chaleureux et accueillants.	En continu	Rénovation de la salle à manger principale au 1 <sup>er</sup> étage.  Suivis des activités repas avec audits dans les cuisinettes d'étages.	
5. S'assurer que les équipements permettent la production d'une variété d'aliments de haute valeur nutritive et le maintien de leur qualité nutritionnelle.	En continu	Achats d'équipements selon le PDMA.  Maintenance en continu afin d'avoir des équipements fonctionnels.	

Annexe 1 (suite)

<b>ORIENTATION 4 : PROMOUVOIR LA SAINE ALIMENTATION AUPRÈS DES CLIENTÈLES DU SERVICE ALIMENTAIRE</b>			
OBJET <b>Promouvoir la saine alimentation et l'acceptation sociale de la politique alimentaire.</b>	ÉTAT DE SITUATION	RÉALISATIONS	COMMENTAIRES
1. Sensibiliser les clientèles (résidents, aînés, visiteurs et personnel) aux saines habitudes alimentaires.  Prendre en compte les interventions reconnues comme efficaces.	En cours	Sondage des résidents lors de changements aux menus. Dîners causeries à la salle à manger principale. Animation par les techniciennes en diététique.	
2. Sensibiliser les clientèles à la politique alimentaire et à ses raisons d'être.  Planifier une stratégie de communication pour diffuser la politique.	En continu	Comité nutrition actif avec différents mandats	
3. Rendre accessible l'information sur la valeur nutritive des mets, des boissons et des aliments offerts. Indiquer la présence d'allergènes.	En cours	Comité nutrition actif.  Kiosque sur la nutrition.  Suivis de l'activité repas auprès de la clientèle.	

<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.	En vigueur	Sondage sur le menu auprès des résidents.  Belle variété de mets multi ethniques.  Recherche de recettes pour satisfaire et innover.	Ex : Poisson à l'indienne, soupe poulet Majorka, soupe créole, porc à la grecque.

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

<b>OBJET</b>	<b>ÉTAT DE SITUATION</b>	<b>RÉALISATIONS</b>	<b>COMMENTAIRES</b>
<b>Assurer le développement des compétences du personnel</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.	En vigueur	Formations du MAPAQ pour les nouveaux employés.  Formations approche optimale.  Formations mesures d'urgence.	
2. Former le personnel conformément à la Loi sur les produits alimentaires.	En vigueur	Formations MAPAQ	La grande majorité des PSA possède l'attestation du MAPAQ (au-delà du 10% exigé en vertu du règlement.

<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.	En continu	Respect des contrats d'achats  Respect des demandes nutritionnelles	
<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.	En continu	Fiches SIMDUT à jour.  Contrat de savons.  Orientation des employés et fiches d'utilisation des savons.	
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.	En continu	Contrôle des températures et qualité des aliments par les techniciennes en diététiques	
3. S'assurer qu'un temps suffisant soit alloué à l'alimentation.	En continu	Audits sur l'activité repas aux étages.  Stagiaire avec mandat sur l'activité repas.	
4. Mettre en place des mesures de satisfaction de la clientèle et en faire le suivi.	Régulièrement	Visites des résidents portant sur les choix de menus.  Requêtes en nutrition sur l'ajustement des plans alimentaires.  Sondage périodiques auprès des résidents lors des changements de menus.	