

# NUTRITION ET ALIMENTATION



Une alimentation saine joue un rôle important dans les soins et la qualité de vie au Centre Bayview.

Les diététistes, en collaboration avec le service alimentaire, établissent des menus équilibrés, appétissants et saisonniers pour garantir une alimentation et une hydratation optimales.



## LE MENU

Votre menu saisonnier a un cycle de 3 semaines. Les sélections d'été sont offertes dès le mois de mai. Les sélections d'automne/hiver sont offertes à compter de l'Action de Grâce. Le menu du Centre peut être consulté sur notre site internet. Le menu du jour est affiché sur l'unité de soins.

Le repas le plus gros est servi au dîner, et un repas plus léger avec soupe est servi au souper. Par exemple :

**Déjeuner:** Céréales chaudes ou froides, rôties, œufs, fromage ou yogourt, jus de fruit, lait, fruits et café / thé.

**Dîner:** Un choix de protéine avec un féculent, un légume et un dessert. Par exemple: Coq au vin, purée de pommes de terre aux herbes, chou-fleur rôti, pouding au chocolat et boissons de votre choix.

**Souper:** Une soupe, un choix de protéine avec un féculent, un légume et un dessert. Par exemple: potage d'hiver, casserole au jambon, fromage et pommes de terre, brocoli, pommes à la cannelle et boissons de votre choix.

- Des sandwichs et des spéciaux de la semaine sont aussi disponibles selon vos préférences alimentaires.
- Des salades fraîches et des soupes au dîner sont disponibles sur demande.
- Des collations thérapeutiques sont disponibles en après-midi et en soirée. La diététiste évaluera vos besoins de collation.

## SÉLECTION DE VOS REPAS

Tous les repas seront envoyés à votre unité de soins par la cuisine. Lors de votre admission, une diététiste vous rencontrera pour personnaliser votre plan alimentaire en fonction de vos préférences et de vos besoins. En l'absence de la diététiste, veuillez faire part de vos souhaits à votre infirmière qui transmettra vos demandes à la cuisine et la diététiste. Une diététiste examinera également vos choix de menu lorsque le menu saisonnier changera ou au besoin.

## ENDROIT DE VOS REPAS

La plupart des résidents déjeune dans leur chambre, et prene le dîner et souper dans la salle à manger de l'unité de soins. D'autres dispositions peuvent être prises.



## ASSISTANCE AUX REPAS

Si vous avez besoin d'aide pour préparer votre plateau ou pour vous nourrir, un soignant vous assistera.

## DISTRIBUTION DES REPAS

Les heures varient légèrement d'un étage à l'autre, mais les repas sont généralement servis dans les unités de soins aux heures suivantes:

Déjeuner 7h30 – 8h00    Dîner 11h30 – 12h00    Souper 16h30 – 17h00

## DIÈTES SPÉCIALES

Votre régime alimentaire devra peut-être être modifié pour des raisons médicales. La diététiste travaillera avec vous pour évaluer vos besoins. À Bayview, nous offrons:

- ❖ **Textures modifiées:** Texture régulière-molle, hachée et purée, si nécessaire.
- ❖ **Liquides épaissis:** Consistance miel et pouding, si nécessaire.
- ❖ **Diètes thérapeutiques:** Diabétique, faible en résidus, faible en sodium, sans lactose, etc.
- ❖ **Suppléments nutritionnels:** Vos besoins seront évalués par la diététiste.

## OÙ ACHETER DES ALIMENTS SUPPLÉMENTAIRES

### 1. La cafétéria au premier étage

Sert des repas chauds et froids:

Déjeuner: 8h30 – 9h30

Dîner: 12h00 – 13h30

Souper: 17h15 – 18h15

Sert des breuvages et collations:

9h30 – 11h00

13h30 – 16h00

### 2. Machine distributrice dans la cafétéria: collations et boissons disponibles

## LES VISITEURS PEUVENT-ILS APPORTER DES ALIMENTS DE L'EXTÉRIEUR?

Vos proches peuvent vous apporter des aliments de l'extérieur (maison ou restaurant). Nous vous recommandons de vérifier avec l'infirmière ou la diététiste afin de s'assurer que les aliments apportés ne présentent aucun danger pour vous, selon vos besoins et capacités. Vos proches **ne doivent jamais offrir de nourriture à d'autres résidents** pour des raisons de sécurité. Voir la brochure du résident pour plus de détails.

## COMMUNICATION

- ❖ Si vous désirez apporter tout changement à votre plan alimentaire, n'hésitez pas à contacter les diététistes au poste 258 à n'importe quel moment et elle vous rendra visite le plus tôt possible.
- ❖ Si vous avez des difficultés à vous nourrir, à mastiquer, à avaler ou à digérer, veuillez en informer immédiatement l'infirmière. Elle communiquera avec la diététiste pour une évaluation.

