



PROJET RESCLAN

2025

Toucher main, Manger bien



EHPAD Fondation Tricoche Maillard
9 Avenue Tricoche Maillard - 10160 - Aix en Othe
Tél : 03 25 46 71 44 Fax : 03 25 46 69 83
Siret : 261 000 186 00013

Présentation de notre structure

1. Présentation Résumé du projet

Le **Manger Main** peut constituer une alternative permettant de respecter les besoins nutritionnels de la personne.

Cette technique offre la possibilité aux personnes âgées, malades ou désorientées de s'alimenter de façon autonome en utilisant leurs doigts.

Les **bouchées faciles** pour **préserver l'autonomie** des résidents fragilisés,
de faire du repas un **moment de plaisir** :

le plaisir **de s'alimenter**,

le plaisir **de manger**

et le plaisir **d'être ensemble**.

2. Objectifs du projet

- Favoriser l'autonomie
- Améliorer le plaisir gustatif
- Lutter contre la dénutrition

3. Méthodologie de projet.

Notre projet s'appuie sur une méthode en trois étapes :

1/ **Adapter les menus** : Proposer des plats adaptés aux textures et aux besoins nutritionnels des résidents.

Etablir des fiches techniques afin **d'harmoniser les pratiques** entre cuisiniers
Ce recueil de fiche technique servira de support à la pratique quotidienne des agents de cuisine.

Livre Boucher enrichies adaptées / le goût de l'autonomie

Melon

Méthode 1

Prix : 1€

76 kcal soit 317 kJ

Temps : 20 min + refroidissement

Difficulté : ★



Ingrédients :

200g de melon, 1,2g d'agar-agar, 1 cl huile de colza.

Explication:

Peler, épépiner le melon et détailler en morceaux. Mixer et débarrasser dans une casserole, puis porter la pulpe de melon à ébullition. Ajouter l'agar-agar, fouetter et maintenir 3min d'ébullition. Garnir les moules préalablement chemisés à l'huile. Refroidir en chambre froide jusqu'à ce que la préparation ait correctement durci (environ 45 minutes). Démouler avec précaution, ajouter une feuille de verveine en décor et servir.

Trompe l'œil de tomates

Méthode 1

Prix : 1€

45 kcal soit 190 kJ

Temps : 20 min + refroidissement

Difficulté : ★



Ingrédients :

150g de tomates, 2cl d'huile d'olive, romarin frais, 1.2g d'agar-agar

Explication:

Mettre une grande casserole d'eau salée à bouillir. Ôter le pédoncule des tomates et marquer d'une croix au couteau sur l'arrière de celles-ci. Plonger ensuite les tomates dans l'eau bouillante pendant 30 secondes afin que la peau se décolle de la tomate, puis les plonger dans une eau glacée. Ôter la peau, puis mixer les tomates, puis débarrasser dans une casserole, porter à ébullition. Ajouter l'agar-agar à 1% du poids de tomate.

Maintenir une ébullition pendant au moins 3 minutes.

Garnir les moules en demi-sphère préalablement chemisés à l'huile d'olive. Refroidir en chambre froide jusqu'à ce que la préparation ait correctement durci (environ 45 minutes). Démouler avec précaution et découper en quartiers. Assaisonner d'une huile d'olive première pression à froid, de fleur de sel de Guérande et de romarin frais.

2/ Former le personnel :

Former les **équipes soignantes** et les **agents de restauration**
aux principes du "manger-mains" et
sensibiliser les résidents et leurs familles

3. Évaluer la pertinence : Mettre en place un suivi régulier pour mesurer l'impact du projet sur l'état nutritionnel, l'autonomie et le bien-être des résidents.

Cette évaluation, à la fois **sociale et médicale** doit nous permettre d'estimer de manière précise, les bienfaits de la mise en place du manger-main au sein de l'établissement.

Médicale : indicateurs de consommation CNO / surveillance poids

Sociale : comportement / plaisir à manger

4. Résultats attendus

- **Augmentation de l'autonomie** : Une plus grande partie de résidents mangeant de manière autonome.
- **Amélioration de l'état nutritionnel** : Une diminution du nombre de résidents dénutris.
- **Augmentation du plaisir ressenti lors des repas** : Des résidents plus satisfaits et impliqués dans la prise de leurs repas.
- **Réduction des troubles du comportement liés à l'alimentation** : Une diminution des agitations, des refus de manger, etc.

5. Planning prévisionnel

Phase 1 : Étude préliminaire et formation du personnel (1 mois)

Avec notre partenaire, intégrer l'achat des œufs et feuilles de gélatine nécessaires

Anticiper les investissements en matériel nécessaire.



Phase 2 : Mise en place progressive des menus adaptés

Sur un trimestre

L'étage pilote avec des résidents majoritairement déambulants

Phase 3 : Évaluation et ajustement (en continue)

Déploiement des menus en manger-mains nous permettant

d'observer les premiers résultats

et d'ajuster notre manière de faire si nécessaire.

Merci de votre attention

