

LA DIGNITÉ ET L'AUTONOMIE AU BOUT DES DOIGTS – JUIN 2026

FAITS SAILLANTS

Depuis 2022, Santé Québec Chaudière-Appalaches déploie progressivement une offre alimentaire innovante de type *Manger main* dans ses milieux d'hébergement afin de soutenir les personnes en perte d'autonomie lors des repas. Au-delà de l'adaptation des repas, cette pratique se démarque par les retombées et les innovations suivantes :

- **Redonner le pouvoir de manger aux personnes en perte d'autonomie** grâce à une offre alimentaire adaptée à leurs capacités fonctionnelles
- **Transformer les repas, collations, desserts et fruits en bouchées faciles à saisir, sécuritaires et visuellement attrayantes** afin de favoriser l'autonomie lors des repas
- **Préserver le plaisir de manger malgré les limitations fonctionnelles** grâce à des techniques permettant de conserver l'apparence et le goût des mets réguliers
- **Assurer une qualité constante et sécuritaire** grâce à une production centralisée, à la standardisation des recettes et à des procédés
- **Favoriser l'autonomie, la dignité et une meilleure prise alimentaire des résidents** tout en contribuant à une expérience de repas plus positive et significative
- **Considérer l'alimentation comme un soin à part entière**, contribuant au plaisir, à la dignité et à l'autonomie des personnes hébergées

OBJECTIFS

Objectif général :

- Favoriser l'autonomie, la dignité et le plaisir de manger chez les personnes en perte d'autonomie qui éprouvent des difficultés à utiliser des ustensiles en raison de troubles cognitifs, moteurs ou sensoriels.

Objectifs spécifiques :

- Maintenir ou restaurer l'autonomie alimentaire
- Améliorer la prise alimentaire et réduire les risques de dénutrition
- Offrir des repas sécuritaires et adaptés aux capacités fonctionnelles des usagers
- Réduire la stigmatisation associée aux textures modifiées
- Favoriser une expérience positive et conviviale
- Diminuer les besoins de soutien lors des repas

CLIENTÈLE

Admissibilité	▪ Personnes âgées présentant une perte d'autonomie limitant l'utilisation des ustensiles (troubles cognitifs, limitations motrices, limitations sensorielles, difficultés liées à l'alimentation autonome)
Volumétrie	▪ L'approche <i>Manger-main</i> répond aux besoins d'environ 30 % de la clientèle hébergée. Bien que la satisfaction soit influencée par plusieurs facteurs propres à chaque personne, notamment les préférences alimentaires individuelles, l'offre est généralement bien appréciée par les usagers.
Problématiques fréquentes	▪ Difficulté ou incapacité à utiliser des ustensiles ▪ Troubles cognitifs affectant l'alimentation ▪ Limitations motrices ou sensorielles affectant la capacité à s'alimenter
Principales caractéristiques du territoire visé	▪ Le projet <i>Manger-main</i> est déployé à l'échelle d'un vaste territoire d'environ 15 000 km² regroupant plusieurs milieux d'hébergement. Cette réalité comporte des défis liés à la production, à la conservation et à la distribution d'une offre alimentaire adaptée répondant aux besoins des personnes en perte d'autonomie.

	- Le développement du projet s'est appuyé sur une approche collaborative réunissant les équipes de recherche et développement en alimentation, la nutrition clinique, les équipes de cuisine et les milieux de soins. Cette collaboration a permis de concevoir, tester et ajuster les recettes afin d'offrir des aliments adaptés, sécuritaires et attrayants pour la clientèle visée. - Le choix d'une production centralisée a permis de soutenir le déploiement de l'approche à travers le territoire. De nombreux essais ont été réalisés afin d'adapter les textures, le conditionnement, les méthodes de service et la présentation des produits, tout en préservant leur qualité après le conditionnement sous vide, la congélation et la décongélation. Levier de mise en œuvre : - Une démarche collaborative réunissant la recherche et développement en alimentation, la nutrition clinique, les équipes de cuisine et les milieux de soins, soutenue par des essais pilotes, une amélioration continue des recettes et une production centralisée permettant le déploiement à l'échelle du territoire.
--	--

PROCESSUS ET ACTIVITÉS

Principales activités réalisées

- Développement et adaptation de recettes en format manger-main;
- Réalisation d'essais et d'activités pilotes auprès des résidents;
- Ajustement des textures, des formes et de la présentation des aliments;
- Intégration progressive des produits au menu des milieux d'hébergement;
- Développement continu de nouvelles recettes et de nouveaux produits adaptés;
- Collecte des commentaires des usagers et amélioration continue de l'offre alimentaire.

Produits et services offerts

- Repas adaptés en format manger-main;
- Desserts texturés;
- Collations adaptées;
- Fruits en format petites bouchées à saisir avec les mains;
- Offre alimentaire adaptée aux besoins des personnes présentant des limitations fonctionnelles.

RESSOURCES

Ressources humaines

Le développement et le déploiement de la pratique reposent sur une collaboration étroite entre les équipes de recherche et développement en alimentation, la nutrition clinique, les équipes de cuisine, les gestionnaires et les milieux de soins.

L'une des forces du projet réside également dans l'expertise développée à l'interne en matière d'alimentation adaptée.

L'expérience de Christophe Capy, chef de service logistique et hôtellerie, acquise en France où l'approche *Manger-main* est implantée depuis plusieurs années, a contribué au transfert de connaissances et au développement de cette pratique au sein de l'organisation.

Ressources informationnelles

Le déploiement de l'approche *Manger-main* s'appuie sur différents outils permettant de soutenir le développement, l'implantation et l'amélioration continue de la pratique. La documentation produite au fil des essais contribue à la standardisation des méthodes et à la transmission des connaissances entre les équipes.

Principaux outils informationnels :

- Recettes standardisées et fiches techniques de production;
- Documentation des essais, ajustements et apprentissages réalisés dans le cadre du développement des produits;
- Procédures de production et de conditionnement;
- Guides et outils de soutien à l'implantation dans les milieux d'hébergement;
- Outils de formation et de transfert des connaissances destinés aux équipes concernées.

Ressources financières

Les ressources mobilisées dans le cadre du projet sont principalement de nature matérielle. Le développement et l'implantation de l'approche *Manger-main* reposent essentiellement sur l'utilisation des infrastructures, équipements et ressources déjà disponibles au sein de l'organisation. Le projet s'appuie avant tout sur l'optimisation des ressources existantes et l'expertise interne des équipes, plutôt que sur des investissements financiers majeurs ou l'acquisition d'infrastructures spécialisées.

Les principales ressources utilisées comprennent :

- Équipements de production alimentaire;
- Moules servant au façonnage et à la standardisation des portions;
- Équipements de conditionnement sous vide;
- Équipements de congélation et d'entreposage;
- Équipements nécessaires à la distribution des produits dans les différents milieux d'hébergement.

EFFETS PERÇUS

Organisation	▪ Développement d'une expertise en alimentation en textures modifiées ▪ Optimisation des méthodes de production ▪ Standardisation de l'offre alimentaire ▪ Renforcement de la collaboration interdisciplinaire
Intervenants	▪ Participation à une démarche d'amélioration continue ▪ Développement d'une expertise spécialisée en alimentation adaptée ▪ Renforcement de l'expertise des équipes
Clientèle	▪ Maintien ou amélioration de l'autonomie lors des repas ▪ Préservation du plaisir de manger ▪ Meilleure acceptabilité des aliments en texture modifiée ▪ Meilleur apport nutritionnel ▪ Expérience alimentaire positive et valorisante

FACILITATEURS

- Orientations ministérielles favorisant l'amélioration de l'expérience alimentaire, le maintien de l'autonomie et la prévention de la dénutrition chez les personnes présentant des difficultés à s'alimenter de façon autonome;
- Soutien organisationnel et engagement des directions;
- Collaboration entre les équipes de recherche et développement en alimentation, la nutrition clinique, les équipes de cuisine et les milieux de soins;
- Réalisation d'essais pilotes permettant de tester et d'ajuster les produits avant leur intégration à l'offre alimentaire;
- Expertise développée en alimentation adaptée et en transformation des textures alimentaires;
- Production centralisée facilitant la standardisation des recettes et la distribution des produits;
- Démarche d'amélioration continue soutenant l'évolution de l'offre alimentaire.

OBSTACLES

- Courbe d'apprentissage associée au développement et à la maîtrise des techniques de transformation des textures alimentaires;
- Nombreux essais requis pour obtenir des produits à la fois sécuritaires, stables, attrayants et adaptés aux besoins de la clientèle;
- Complexité liée au maintien de la forme, de la texture et de la qualité des aliments après le conditionnement sous vide, la congélation et la décongélation;
- Temps nécessaire au développement, à l'ajustement et à la standardisation des recettes et des procédés de production;

- Besoin continu d'adapter les produits afin de répondre aux exigences nutritionnelles, aux normes de sécurité alimentaire et aux préférences de la clientèle.

DÉVELOPPEMENTS ANTICIPÉS

- Développement en continu de nouvelles recettes
- Exploration de nouveaux agents texturants
- Diversification des textures et des formats
- Extension potentielle à d'autres secteurs (résidences privées pour aînés, réadaptation, clientèle jeunesse présentant des troubles de développement, services de repas à domicile)
- La pratique pourrait être adaptée à d'autres organisations souhaitant soutenir l'autonomie alimentaire de leur clientèle car il s'appuie sur des principes simples, transférables et adaptables à divers contextes

POUR EN SAVOIR PLUS

PERSONNE-RESSOURCE

Monsieur Christophe Capy
Chef de service logistique et hôtellerie
Qualité et conformité – Volet services alimentaires

AUTRES RENSEIGNEMENTS

- Reportage : [Des aînés mangent sans ustensiles dans un CHSLD | TVA Nouvelles](#)
- [Le CISSS de Chaudières-Appalaches innove pour permettre aux aînés de manger mieux | CIQ](#)

VALIDATION DE LA SYNTHÈSE DE PRATIQUE

Monsieur Christophe Capy

Chef de service logistique et hôtellerie

LE 15 SEPTEMBRE 2026

Ce produit de courtage de connaissances a été réalisé
grâce à la contribution de la Fondation Mirella et Lino Saputo

