


# De l'épicerie à l'assiette : la sécurité alimentaire chez les aînés

Présentation aux **Matinées biannuelles**  
du CASAL

par Nicole Damestoy, M.D., directrice de santé publique

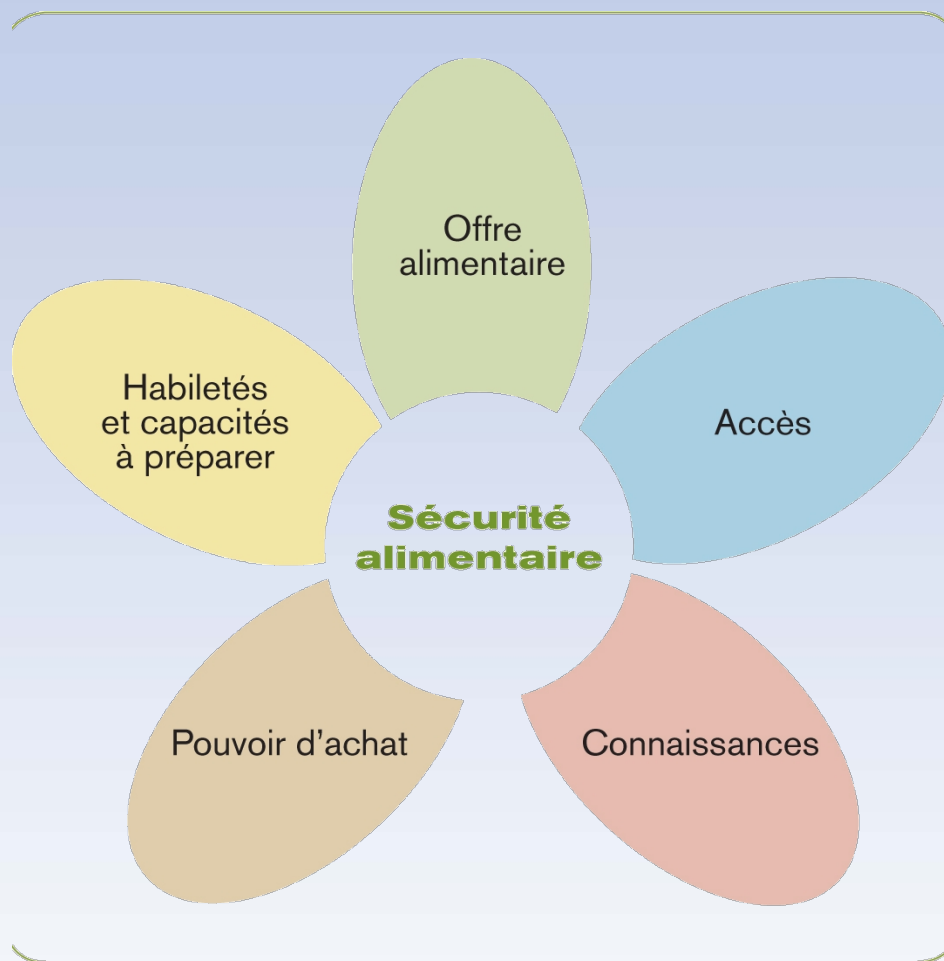
8 novembre 2011

Agence de la santé  
et des services sociaux  
de Laval

Québec 

Direction de santé publique

# La nutrition des personnes âgées



# Disponibilité

## Offre alimentaire :

- Complète
- Stable
- Variée
- De qualité
- À prix abordable

# Mobilité

- Peu d'épiceries à proximité
  - Perte du permis de conduire
  - Difficulté de marche, douleurs chroniques
- 

L'aménagement urbain

Des moyens de transport accessibles et variés

Des aidants ou un réseau social

Des organismes communautaires essentiels

# Des supermarchés adaptés



# Connaissances

- Faire les bons choix alimentaires

**CONSEIL DE CHOLESTÉROL**

Connaissez votre taux.  
Connaissez vos risques.

[Click for details >](#)



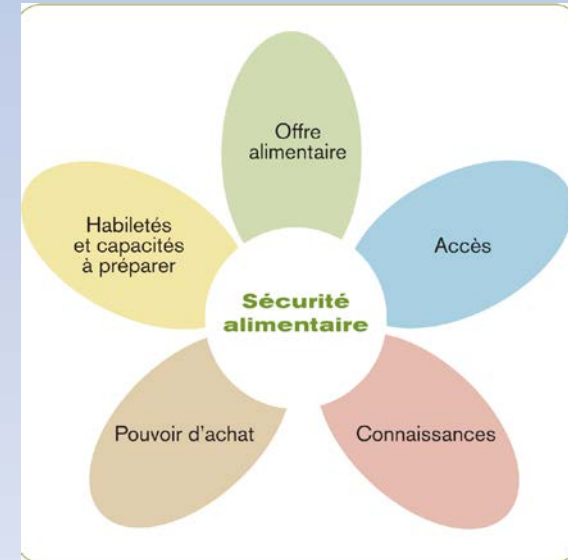
# Pouvoir d'achat

- Amélioration du pouvoir d'achat
  - Mais pauvreté persiste, différences H / F
  - Alimentation = dépense compressible
- 

## Mesures de lutte à la pauvreté

# Habiletés pour préparer

- Adapter les recettes
- Habiletés physiques, dextérité
- Envie de cuisiner
- Solitude



**Les cuisines et les repas collectifs, une option**



# L'appétit et le goût

- Maladies chroniques
- Solitude
- Dépression
- Médication

# Habiletés à manger

- Problèmes de dentition
- Problèmes de déglutition

# Un problème complexe

- On touche aux déterminants du maintien de l'autonomie
- Plusieurs facteurs interagissent
- Un éventail de solutions doivent se compléter pour aborder chaque barrière
- Un ensemble de partenaires sont ciblés, incluant les réseaux privés

# Un défi au quotidien

- Rejoindre les aînés isolés
- Varier les stratégies
- Innover en fonction des visions des baby-boomers

