



La démarche Maison Gourmande et Responsable accompagne les EHPAD partout en France sur les principaux enjeux liés au moment repas. Votre établissement est engagé dans cette démarche.



## À LA UNE : LES TEXTURES MODIFIÉES



Avec l'âge, il peut devenir plus difficile de mâcher ou d'avaler certains aliments. Les textures modifiées permettent de continuer à manger en toute sécurité, sans renoncer au plaisir.

### Pourquoi adapter la texture des aliments ?

Limitier les  
fausses routes



Manger plus  
sereinement

Préserver le  
plaisir du repas



### Quelles sont les différentes textures modifiées ?



#### Le coupé fin

La texture « coupé fin » est obtenue en coupant très finement les viandes, ou tout autre aliment qui le nécessite.



#### Le mouliné/haché

La texture moulinée ou hachée est obtenue en passant les aliment rapidement au blender ou mixeur. Elle aide à la mastication des aliments fermes.



#### Le mixé

La texture mixée est réalisée avec un liquide de dilution (lait, crème, fromage frais etc.) afin d'obtenir une texture lisse ou fluide. Elle aide à la déglutition des aliments pour limiter les fausses routes.





## À VOUS DE JOUER !

Vrai ou faux ? Cochez la bonne réponse

1. Tous les aliments peuvent être transformés en texture modifiée  
☐ VRAI ☐ FAUX
2. Les textures modifiées contribuent à prévenir le risque de dénutrition  
☐ VRAI ☐ FAUX
3. La texture d'une boisson peut aussi être modifiée  
☐ VRAI ☐ FAUX
4. Une tablette de chocolat croquant ne peut pas être en texture modifiée  
☐ VRAI ☐ FAUX

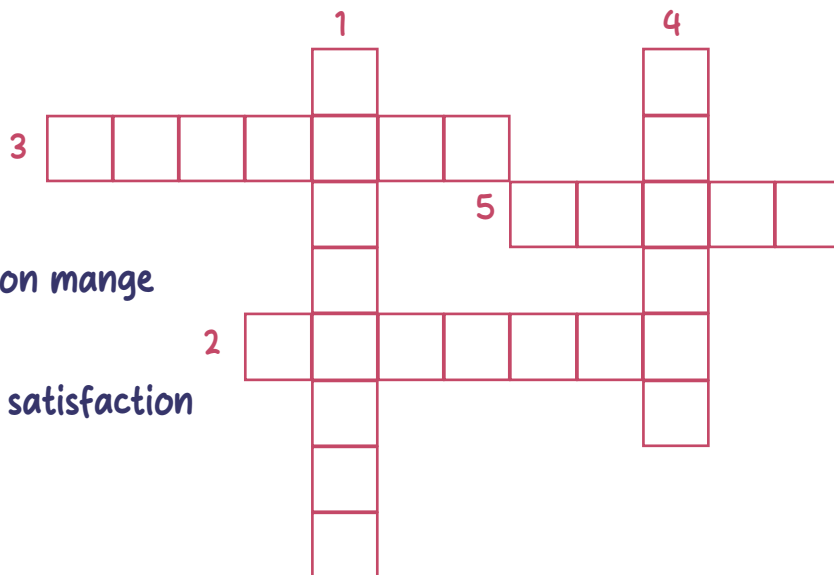
Réponses : 1. faux / 2. vrai / 3. vrai / 4. faux



## Mots-croisée : retrouvez les mots suivant la définition

Définitions :

1. Pièce de vaisselle dans laquelle on mange
2. Consistance des aliments
3. Sensation, émotion agréable de satisfaction
4. Se nourrir, s'alimenter
5. Repas du soir



Réponses : 1. assiette / 2. texture / 3. plaisir / 4. manger / 5. dîner

