

gout.ch

pour les humains, les animaux et la planète

Le Magazine de
la Semaine suisse du Goût
N° 14 – 2024

Valposchiavo
Région suisse du Goût
2024

**Gian-Battista
et Johann-Baptista
von Tscharrer**
Parrains suisses du Goût
2024

AOP-IGP
Le signe de qualité



LA SEMAINE DU GOÛT

un événement de



La Clinique de La Source met les grands plats dans les petits

📖 Texte, Isabelle Bratschi © Photos, DR

E ntrée : potage aux herbettes du jardin. Plat principal : pavé de sandre rôti, émulsion d'oseille, riz aux épices, fonds d'artichauts poêlés ou mignonette d'agneau, jus à la sarriette, orechiette, côte de bettes. Dessert : tarte tatin ou compotée de prunes. À la clinique de La Source, les patients sont traités aux petits oignons.

Le temps de lire les intitulés, de choisir son menu, de s'en réjouir et de compter les heures pour le déguster, ils en oublient leur maladie. Le moment se fait gourmand d'autant plus que les repas sont élaborés par un chef renommé, Thomas Neeser qui a officié au Grand Hôtel du Lac à Vevey. Se nourrir correctement pour se soigner plus vite, retrouver le goût à la vie, voilà le beau défi que s'est donné La Source.

« Entre les patients, les collaborateurs, les médecins, les visiteurs, nous servons en

moyenne 500 repas par jour, précise le directeur général Dimitri Djordjèvic. À cela s'ajoutent les spécialités, les intolérances, les allergies, les mets adaptés aux besoins de chacun. Je suis toujours impressionné de l'organisation en cuisine. »

Lutter contre la dénutrition

Ainsi la Clinique de La Source met les grands plats dans les petits pour lutter contre la dénutrition des patients. « Avec le chef de l'époque, nous avons réfléchi à l'enrichissement protéino-énergétique en petits volumes sous forme de verrines car quand on est hospitalisé on n'a pas forcément envie de déguster un papet vaudois ou une énorme fondue, précise la D^{re} Dominique Truchot-Cardot, médecin nutritionniste et professeure HES ordinaire. » Ce à quoi Déborah Moser, diététicienne à la Clinique de La Source, ajoute : « Actuellement en collaboration avec les cuisiniers en diététique, nous élaborons des



les patients tous les jours pour les suivre et adapter les repas à leurs besoins, souligne Déborah Moser. Nous pouvons retexturer les aliments quand il s'agit de repas hachés ou mixés, reconstituer dans l'assiette une cuisse de poulet ou un brocoli. » Dominique Truchot-Cardot ajoute : « Plusieurs études, notamment en psychogériatrie, ont montré que certaines couleurs favorisent la prise alimentaire. Les tons chauds font manger. On a tout intérêt à privilégier un set de table jaune ou orange. Au-delà de cela, il y a une balance entre ce qui est vital, ce qui doit être évité, notamment les allergies, et ce qui doit être goûteux. C'est un équilibre à trouver avec une chaîne de sécurité maximum. »

préparations enrichies en énergie et en protéines. Nous proposons principalement des frappés enrichis en poudre de protéines et travaillons avec le chef de cuisine sur des collations salées, également riche en protéines. »

La recherche se poursuit avec les saveurs, les textures, la présentation, les couleurs même. Autant d'éléments susceptibles de titiller les papilles. « Nous avons la chance d'avoir des assistants-hôteliers qui vont voir

Bien manger, c'est se sentir mieux

L'aspect social joue également un grand rôle. Le fait d'être entouré de ses proches, de pouvoir se lever, sortir de sa chambre et se rendre dans le restaurant de La Source donne un peu de piment au quotidien. Nommé La Véranda, l'endroit est intime, joliment décoré et accueillant. Dans une bonne ambiance, on y croise aussi les médecins.

Bien manger c'est déjà se sentir mieux, prendre le temps de manger, c'est pouvoir s'évader.



« J'avais fait une étude dans les soins aigus que je gérais, se rappelle Dominique Truchot-Cardot. Nous avons demandé aux patients quel était le moment le plus important pour eux, et contre toute attente, c'était le repas. Et ce qui leur donnait goût à la vie, c'était la prise de commande attentionnée/personnalisée du repas. Ce sont des instants qui les font sortir du soin. Ils quittent leur statut de malade un instant. »

Et le directeur Dimitri Djordjèvic de conclure : « Après leur séjour dans notre clinique, les patients remplissent un questionnaire. Je me souviens que l'un d'eux, après avoir subi une intervention très importante, avait juste mentionné que sa soupe manquait un peu de sel. C'est que tout le reste ne s'était pas trop mal passé. »



Dimitri Djordjèvic, Dominique Truchot-Cardot et Déborah Moser.

Toque et Doc

Avec Toque et Doc, le Source Innovation Lab (SILAB) unit ses compétences médicales à l'expertise culinaire d'un chef pour décortiquer les grandes questions de nutrition. « Le principe est d'apporter des données scientifiques en nutrition et de les mettre en pratique avec un chef, explique Dominique Truchot-Cardot, responsable du SILAB. Avec l'équipe de diététique et de cuisine de La Source, il prépare pour la deuxième

partie de la soirée, une collation sur le thème. » Après Toque et Doc sur les maladies inflammatoires, les carences alimentaires, la dénutrition et les troubles de la déglutition, la session du 26 septembre sera consacrée à un problème de santé majeure, la précarité alimentaire des seniors avec le professeur Serge Rezzi et le chef de cuisine du château des Novalles. Ces événements sont ouverts à toutes et tous, sur inscription.

🌐 lasource.ch

NutriSource

En Suisse, un adulte sur six souffre de la crainte de la précarité. Première économie, la nourriture. Les causes de la dénutrition que l'on rencontre principalement à l'hôpital et avec les personnes âgées sont : les problèmes financiers, les troubles bucco-dentaires et de déglutition, certaines maladies, médicaments et traitements qui entraînent une perte d'appétit. La Clinique de La Source tire la sonnette d'alarme. « Depuis le début de l'année, nous avons lancé le projet NutriSource qui permet d'évaluer le degré de dénutrition chez chaque nouvelle ou nouveau patient-e hospitalisé-e explique la diététicienne Déborah Moser. Grâce à un questionnaire et une rapide évaluation clinique, nous sommes alertés et pouvons suivre ceux qui en souffrent, adapter leur alimentation lors de leur séjour et les guider dans la vie quotidienne ».