



## « Le manger main »



*Privilégier le « manger main » pour les personnes qui ne restent pas longtemps à table, qui ont des difficultés à manger avec des couverts, qui ont des troubles de l'attention.*

*Il permet de redonner de l'autonomie à la personne dépendante et d'accroître le plaisir gustatif.*

### Quelques idées d'aliments ou plats :

- Sandwiches maison
- Batônnets de légumes crus
- Tranches de saucisson
- Roulé de jambon
- Batônnets de surimi
- Tranches de pain mie avec du pâté
- Tranches de pain mie avec du fromage frais
- Morceau de fromage
- Quiches
- Pizzas
- Batônnets de plats cuisinés avec de l'agar-agar
- Yaourts à boire
- Compote à boire
- Biscuits secs
- Crêpes, madeleines, gâteaux, tartes
- Fruits (bananes, pommes, poires, abricots, raisin...)



*Proposer de l'eau à chaque passage de la personne*

## Bon appétit !