

## CONSTAT INITIAL

De nombreux patients s'alimentent mal. Plats préparés, sandwiches, conserves, pizzas : peu respectent les « 5 fruits et légumes par jour ». Et la liste des conséquences est longue : prise ou perte de poids, troubles métaboliques et digestifs, hyperglycémie... mais aussi des problèmes d'hygiène, lié à un mauvais stockage des denrées. Pour y remédier, l'HDJ d'Aubenas propose un atelier cuisine chaque mardi. Problème : une fois chez eux, les patients ont du mal à mettre en œuvre ce qu'ils ont appris.

## SOLUTION PROPOSÉE

Les patients étant presque tous équipés d'un smartphone, un blog de cuisine, consultable à domicile, a été mis en place. Sa première mouture rappelle les ingrédients et les différentes étapes des recettes, chacune étant accompagnée d'une photo. Dans un second temps, un forum doit être développé pour faciliter les échanges entre les patients et créer une émulation collective. En portant les idées de cuisine à leur domicile, les patients réapprennent à s'organiser et redeviennent acteurs de leur alimentation

### PORTEURS DU PROJET

**Magalie COURTIER**  
HDJ Aubenas  
CHSM Privas

*L'équipe de l'hôpital  
de jour d'Aubenas*