

Pielęgniarstwo 15 Le menu du jour



- Expliquez les repas et les options de régime
- Discuter des préférences et adapter les menus aux besoins spécifiques
- Vocabulaire : repas et boissons en établissement de soins, vocabulaire lié à l'alimentation pour le diabète, nutrition pour maladies chroniques, adaptations de menus

Le petit-déjeuner	<i>(śniadanie)</i>	Le régime alimentaire	<i>(plan żywieniowy)</i>
Le déjeuner	<i>(obiad)</i>	La restriction (alimentaire)	<i>(ograniczenie (dietetyczne))</i>
Le dîner	<i>(kolacja)</i>	Le contrôle de la glycémie	<i>(kontrola poziomu glukozy we krwi)</i>
La collation	<i>(przekąska)</i>	Le menu adapté	<i>(dostosowane menu)</i>
Le goûter	<i>(podwieczorek)</i>	La texture modifiée	<i>(zmodyfikowana konsystencja)</i>
La portion	<i>(porcja)</i>	La purée	<i>(purée (przecier))</i>
La teneur en sel	<i>(zawartość soli)</i>	Présenter des alternatives	<i>(przedstawiać alternatywy)</i>
La teneur en graisses	<i>(zawartość tłuszczu)</i>	Éviter (éviter de)	<i>(unikać (unikać robienia czegoś))</i>
Le faible en sucre	<i>(niskocukrowy)</i>	Adapter (adapter à)	<i>(dostosować (dostosować do))</i>
Le régime pauvre en glucides	<i>(dieta niskowęglowodanowa)</i>	Surveiller (surveiller la consommation)	<i>(monitorować (kontrolować spożycie))</i>

1. Ćwiczenia

1. Dopasuj każde słowo do jego definicji.

- | | |
|--------------------------------|--|
| a. un menu adapté | 1. Une règle qui impose d'éviter certains aliments pour des raisons de santé. |
| b. une restriction alimentaire | 2. Modifier un plat pour qu'il convienne à quelqu'un (je modifie, tu modifies). |
| c. adapter (adapter à) | 3. Contrôler la quantité d'aliments ou de boissons consommés chaque jour. |
| d. éviter de | 4. Ne pas faire ou consommer quelque chose pour réduire un risque, par exemple le sucre. |
| e. surveiller la consommation | 5. Un menu préparé pour répondre aux besoins d'un patient (allergies, diabète). |

a-5 b-1 c-2 d-4 e-3



2. Notatka służbowa – menu i diety szczególne (Audio dostępne w aplikacji)

Wypełnij luki: adapté, alternative, restriction alimentaire, texture modifiée, purée, teneur en sel, faible en sucre, portion, contrôle de la glycémie

À partir du mois prochain, la résidence Les Amandiers met en place une nouvelle organisation du menu quotidien. Chaque repassera affiché la veille sur l'intranet et sur le tableau du service. Les équipes de soins sont invitées à vérifier, avant la distribution, si la _____ et la présentation correspondent aux indications du dossier : texture normale, _____ ou _____. En cas d'indisponibilité d'un plat, merci de proposer une _____ simpleet de l'indiquer.


Pour les personnes avec diabète ou une autre maladie chronique, le menu peut être _____ : choix _____, contrôle de la _____ et limitation des graisses. L'objectif est de faciliter le _____ sans supprimer tous les glucides, tout en surveillant la consommation. Toute _____ doit être signalée au cadre et au diététicien. En cas de doute, n'adaptez pas le repas seul : demandez l'avis du médecin ou du diététicien.

Od następnego miesiąca rezydencja Les Amandiers wprowadza nową organizację codziennego menu. Każdy posiłek (śniadanie, obiad, kolacja) będzie wywieszany dzień wcześniej w intranecie i na tablicy oddziału. Zespoły pielęgnacyjne proszone są o sprawdzenie przed rozdysponowaniem, czy porcja i sposób podania odpowiadają wskazaniom w dokumentacji: konsystencja normalna, przecier lub zmieniona konsystencja. W przypadku braku dania prosimy o zaproponowanie prostej alternatywy (np. warzywa na parze, jogurt naturalny) i jej odnotowanie.

Dla osób z cukrzycą lub inną chorobą przewlekłą menu może być dostosowane: wybór niskocukrowy, kontrola zawartości soli oraz ograniczenie tłuszczów. Celem jest ułatwienie kontroli glikemii bez eliminowania wszystkich węglowodanów, przy jednoczesnym monitorowaniu spożycia (słodzone napoje, pieczywo, desery). Każde ograniczenie żywieniowe (alergia, dieta niskowęglowodanowa, odmowa) należy zgłosić przełożonemu i dietetykowi. W razie wątpliwości nie dostosowujcie posiłku samodzielnie: poproście o opinię lekarza lub dietetyka.

1. Que doivent vérifier les équipes de soins avant de distribuer un repas et comment réagir en cas d'indisponibilité ?
-

3. Posłuchaj fragmentu audio i zaznacz, czy poniższe stwierdzenia są prawdziwe czy fałszywe.

- | | Prawda | Falsz | |
|---|--------------------------|--------------------------|--|
| Au petit-déjeuner, elle choisit des options avec peu de sucre. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |  |
| Pour le déjeuner, elle supprime complètement la viande pour tout le monde. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| Elle demande à l'équipe de vérifier ce que mangent deux résidents pendant la collation. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |

4. Odegraj rolę: Uzupełnij dialogi



a. Menu diabétique en EHPAD

Mme Lefèvre (fille du résident): *Bonjour Madame, je suis la fille de M. Lefèvre, chambre 214 ; je voulais parler du régime alimentaire de mon père, il est diabétique et ses glycémies ont été un peu hautes cette semaine.*
(Dzień dobry, jestem córką pana Lefèvre, pokój 214; chciałam porozmawiać o diecie mojego ojca, jest diabetykiem i jego glikemia była trochę podwyższona w tym tygodniu.)

Sophie (diététicienne): 1. _____

Mme Lefèvre (fille du résident): *Surtout le matin : il se plaint souvent qu'on lui donne du pain blanc avec de la confiture. Et au déjeuner il prend parfois une grande portion de purée.*
(Zwłaszcza rano: często narzeka, że podaje się mu biały chleb z dżemem. A na obiad czasami dostaje dużą porcję purée.)

Sophie (diététicienne): 2. _____

Mme Lefèvre (fille du résident): *Il a aussi des difficultés à avaler. On m'a parlé de texture modifiée — je voudrais éviter qu'il s'étouffe ou qu'il se fatigue en mangeant.*
(Ma też trudności z przelknięciem. Mówiono mi o zmodyfikowanej teksturze — chciałabym uniknąć zadławienia się lub zmęczenia przy jedzeniu.)

Sophie (diététicienne): 3. _____

Mme Lefèvre (fille du résident): *C'est rassurant. Et la teneur en sel et en graisses, vous la surveillez aussi ? Mon père a de l'hypertension.*
(To uspokajające. A zawartością soli i tłuszczów też się Państwo zajmują? Mój ojciec ma nadciśnienie.)

Sophie (diététicienne): 4. _____

b. Réunion avec la cantine d'entreprise

Marc (responsable RH): 5. _____

Julie (responsable cantine): *Bonjour Marc, oui je suis consciente du besoin. On peut préparer un menu adapté chaque jour : portions contrôlées, moins de féculents et des légumes en quantité.*

(Dzień dobry Marc, tak, znam to zapotrzebowanie. Możemy codziennie przygotowywać dostosowane menu: kontrolowane porcje, mniej skrobi i większe ilości warzyw.)

Marc (responsable RH): 6. _____

Julie (responsable cantine): *On proposera une compote sans sucre ajouté ou du fromage blanc nature, et pour les plats principaux une option pauvre en glucides, comme du poisson avec une purée légère de légumes.*

(Zaproponujemy mus owocowy bez dodatku cukru lub naturalny twaróg, a do dań głównych opcję ubogą w węglowodany, na przykład rybę z lekkim purée z warzyw.)

Marc (responsable RH): 7. _____

Julie (responsable cantine): *Bonne idée. Nous pouvons aussi présenter des alternatives au moment du service et éviter d'utiliser des sauces riches en sucre pour accompagner les plats.*

(Dobry pomysł. Możemy też prezentować alternatywy podczas serwisu i unikać używania sosów bogatych w cukry do potraw.)

Przykładowe odpowiedzi:

1. *Bonjour, merci de votre appel. Nous surveillons déjà la glycémie, mais on peut revoir son menu adapté — avez-vous remarqué des problèmes au petit-déjeuner, au goûter ou au déjeuner ?* **2.** *D'accord. On peut proposer un pain complet en plus petite portion et un yaourt faible en sucre à la place de la confiture. Pour la purée, on réduit la portion et on augmente les légumes pour un menu pauvre en glucides.* **3.** *Si le médecin donne son accord, nous pouvons adapter la texture : purée très lisse ou plats mixés. Je peux aussi présenter des alternatives pour le dessert, comme une compote sans sucres ajoutés ou du fromage blanc.* **4.** *Oui, nous surveillons la teneur en sel et en graisses des plats préparés. Je note la restriction alimentaire et je mets à jour son menu dès aujourd'hui.* **5.** *Bonjour Julie, merci d'avoir pris rendez-vous ; plusieurs collègues nous ont dit qu'ils aimeraient plus d'options pour les personnes diabétiques.* **6.** *Concrètement, pour le dessert ? Certains préfèrent éviter les sucres ajoutés.* **7.** *Il faudrait aussi informer le personnel : une étiquette avec la teneur en sel et en graisses, et indiquer si c'est une texture modifiée ou non.*

5. Email

Bonjour Madame/Monsieur,

Je vous écris au sujet des menus de la semaine prochaine pour votre père, **M. Leroy**. L'infirmière nous a signalé un **contrôle de la glycémie** plus difficile ces derniers jours. Pouvez-vous confirmer s'il suit un **régime pauvre en glucides** ou s'il a d'autres **restrictions alimentaires** ?

Nous pouvons proposer un **menu adapté** (desserts **faibles en sucre**, portions de féculents réduites). Dites-nous aussi s'il a des préférences au **petit-déjeuner** (pain, yaourt, fruits) et s'il y a des aliments à **éviter**.

Cordialement,

Sonia Martin

Responsable restauration

Napisz odpowiednią odpowiedź: *Je vous confirme que mon père suit... / Serait-il possible d'adapter le menu en... ? / Pour le petit-déjeuner, il préfère... et il vaut mieux éviter...*
