



Fourchette verte, une alimentation équilibrée et durable pour toutes et tous.



Fourchette verte et Fourchette verte Ama Terra des tout-petits

crèches, garderies, centres de vie enfantine (1 à 4 ans)

Fourchette verte et Fourchette verte Ama Terra junior

restaurants scolaires, unités d'accueil, institutions pour enfants et adolescents (dès 4 ans)

Fourchette verte et Fourchette verte Ama Terra adulte

cafés-restaurants, self-services, restaurants de collectivité, institutions, hôpitaux

Fourchette verte senior

institutions pour personnes âgées, livraisons de repas à domicile,
centres d'accueil de jour

Le label est décerné par les associations Fourchette verte cantonales, vous trouverez les
adresses sur le site www.fourchetteverte.ch

©Fourchette verte Suisse, 2023

Avec le soutien de



Kanton Basel-Stadt

Kanton Basel-Landschaft

Kanton Bern



JURA.ch

Kanton Luzern

ine.ch



Kanton Solothurn



Thurgau



Kanton Zug



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



Das Label der ausgewogenen Ernährung
Le label de l'alimentation équilibrée
Il marchio dell'alimentazione equilibrata



Fourchette verte
senior@home



Pourquoi des menus équilibrés pour les seniors ?

En prenant de l'âge, plusieurs facteurs peuvent amener certaines personnes à ne plus pouvoir ou vouloir se préparer des repas équilibrés. Les personnes concernées risquent alors de manger moins ou de façon déséquilibrée, ce qui peut péjorer leur état de santé.

Avec l'âge, les besoins énergétiques diminuent, mais les besoins en vitamines, en sels minéraux et en protéines restent inchangés, voire augmentent.

Une alimentation déséquilibrée, ou ne couvrant pas l'ensemble de ces besoins, nuit à la santé des personnes âgées. Elles seront plus vite affaiblies, ce qui conduira à une diminution de leur autonomie.

Qu'est-ce que Fourchette verte ?

Fourchette verte est un label de qualité suisse, délivré aux restaurateurs proposant des repas variés et équilibrés. Basés sur les recommandations de la pyramide alimentaire suisse, les critères ont été adaptés à tous les âges, des tout-petits jusqu'aux seniors.

Fondé en 1993, le label compte aujourd'hui plus de 1600 établissements labellisés dans toute la Suisse. Fourchette verte est soutenue par Promotion Santé Suisse, par 17 cantons, ainsi que par La Société Suisse de Nutrition SSN pour l'aspect métier.

Le label Fourchette verte senior@home

L'objectif du label Fourchette verte senior@home est de donner la possibilité aux personnes âgées vivant chez elles de bénéficier de repas équilibrés livrés à domicile.

A cette fin, des critères adaptés aux besoins des seniors ont été définis pour les repas de midi. Les services à domicile labellisés appliquent ces critères sur leurs créations de menus.

Tout service à domicile, préparant des menus complets pour des personnes de plus de 65 ans, peut soumettre une demande de labellisation.

Quels sont les avantages d'une labellisation Fourchette verte pour un service à domicile ?



Fourchette verte est un label qui souligne le travail de qualité des restaurateurs.



Les clients savent que les menus proposés sont équilibrés et respectent les critères du label.



Un-e diététicien-ne accompagne le service à domicile et se tient à disposition pour des conseils nutritionnels.



En affichant le label, ainsi que la certification annuelle, le service à domicile montre qu'il est accompagné par une organisation neutre et externe.

Pour obtenir de plus amples informations sur **Fourchette verte senior@home**, vous pouvez vous adresser aux sections cantonales. Vous trouverez leurs contacts sous : www.fourchetteverte.ch.

