



# Fourchette verte

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

Avec le soutien de • Mit der Unterstützung von • Con il sostegno di:



Fourchette verte Suisse - Fourchette verte Schweiz - Fourchette verte Svizzera




## Congrès de la SSN Innovative Konzepte «Essen im Alter» Goodpractice : Fourchette verte

5 septembre 2013

Contact:  
Stéphane Montangero, secrétaire général  
sg@fourchetteverte.ch

Fourchette verte Suisse - Fourchette verte Schweiz - Fourchette verte Svizzera  
Avec le soutien des cantons et de Promotion Santé Suisse - Mit der Unterstützung der Kantone und Gesundheitsförderung Schweiz - Con il sostegno dei Cantoni e di Promozione Salute Svizzera



## Statut juridique

- La Fédération Fourchette verte Suisse est une association au sens des articles 60ssq du CCS.
- À sa tête un président, ministre de la santé (actuellement le Conseiller d'état jurassien Michel Thentz) et un comité composé de 3 représentants des départements de santé cantonaux et de 3 représentants des sections cantonales.
- Une assemblée générale élit ces organes pour des mandats de deux ans.
- La conférence de coordination regroupe les coordinatrices de chaque section pour garantir les échanges de bonnes pratiques et l'uniformisation des procédures.


Fourchette verte Suisse - Fourchette verte Schweiz - Fourchette verte Svizzera




## Bref historique

- 1993 **Naissance à Genève du label**
- 1996 / 97 **Adhésion des cantons du Tessin et de Vaud**
- 1999 **Création de la Fédération Fourchette verte Suisse (2.12.1999)**
- 2001 **Adhésion des cantons de Fribourg et de Neuchâtel**
- 2003 **Adhésion des cantons du Valais et du Jura (tous les cantons latins ont une section Fourchette verte)**
- 2004 **Ouverture sur la Suisse alémanique (via Fribourg et Valais)**
- 2007 **Adhésion du Jura bernois (rattachement à la section jurassienne)**
- 2008 / 10 **Prospection en Suisse alémanique (Berne, Soleure, St Gall, Zurich)**
- 2011 **Adhésion des cantons de Soleure et Berne**
- 2012 **Adhésion du canton d'Argovie**

Fourchette verte Suisse - Fourchette verte Schweiz - Fourchette verte Svizzera



## Répartition géographique



Fourchette verte Suisse - Fourchette verte Schweiz - Fourchette verte Svizzera



## Les 7 déclinaisons

- **Fourchette verte (adultes)** : pour les cafés-restaurants, les self-services et les restaurants de collectivité
- **Fourchette verte des tout-petits (moins de 4 ans)** : pour les crèches, les garderies, les espaces de vie enfantine
- **Fourchette verte junior (4 à 15 ans)** : pour les restaurants scolaires et unités d'accueil pour écoliers
- **Affiliation Fourchette verte junior (4 à 15 ans)** : pour les institutions accueillant des enfants et servant tous les repas de la journée
- **Affiliation Fourchette verte (adultes)** : pour les institutions servant tous les repas de la journée
- **Affiliation Fourchette verte senior** : pour les institutions accueillant des personnes âgées et servant tous les repas de la journée
- **D-ii vert** : pour les menus à l'emporter (fastfood & Take away) et les manifestations

Fourchette verte Suisse - Fourchette verte Schweiz - Fourchette verte Svizzera

## Affiliation Fourchette verte senior

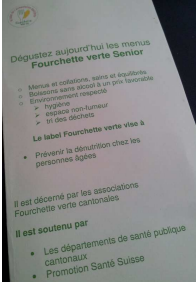
### Pourquoi FV aussi pour nos aînés ?

Et pourquoi pas ?

**Mais pour 3 motifs principaux :**

- Limiter les escarres
- Améliorer les défenses immunitaires
- Diminuer les médicaments

Avec un but principal :  
« On ne prolonge pas la vie des gens en EMS, mais on améliore leur qualité de vie ! »



Fourchette verte Suisse - Fourchette verte Schweiz - Fourchette verte Svizzera

## Affiliation Fourchette verte senior

### Développement – points saillants

Projet pilote dans le canton de Vaud en 2004, avec 3 établissements médico-sociaux (EMS) labellisés, puis élargi et repris par d'autres.

Au 30 juin 2013, 77 établissements labellisés.



Fourchette verte Suisse - Fourchette verte Schweiz - Fourchette verte Svizzera

## Qu'est-ce que

### L'Affiliation Fourchette verte senior ?

Il s'agit de l'adaptation du label Fourchette verte à des établissements médico-sociaux (EMS) accueillant des personnes âgées pour de longs séjours. C'est pourquoi l'équilibre alimentaire est recherché sur l'ensemble de la journée puis sur la semaine, et non seulement sur un repas.

Le label de qualité Fourchette verte vise à promouvoir une alimentation équilibrée consommée dans un environnement sain. Il donne une image positive de la restauration.

Fourchette verte Suisse - Fourchette verte Schweiz - Fourchette verte Svizzera

## Affiliation Fourchette verte senior

### Critères exigés pour l'Affiliation FV Senior

Fréquences quotidiennes du petit déjeuner au repas du soir	
Viande, poisson, œufs, tofu, légumineuses, fromage	1 à 2, de sources différentes
Légumes et fruits	4, dont au moins 2 sous forme crue
Féculeux <sup>1</sup>	3, dont au moins 1 sous forme complète
Produits laitiers <sup>1</sup>	3
Mets gras et préparations grasses <sup>1</sup>	0 à 1

Fourchette verte Suisse - Fourchette verte Schweiz - Fourchette verte Svizzera

## Affiliation Fourchette verte senior

### Critères exigés pour l'Affiliation FV Senior

Complément spécifique à l'affiliation Fourchette verte senior aux critères généraux du label Fourchette verte (voir chapitre 2 de la partie générale):

- Des collations variées sous forme de fruits ou de produits laitiers sont proposées.
- Le menu Fourchette verte est désigné par le logo Fourchette verte (sur la carte et/ou sur une pancarte).
- De l'eau du robinet, éventuellement accompagnée d'une rondelle de citron, est systématiquement proposée.
- A la cafétéria, au moins trois boissons sans alcool (telles que jus de fruits, eau minérale, boisson lactée) sont proposées à un prix inférieur à la boisson alcoolisée la moins chère. Cette promotion de boissons sans alcool est mise en évidence sur la carte ou sur une pancarte.
- Le dessert est le plus souvent un fruit cru ou cuit ou un produit laitier.
- Les menus à base de poisson sont proposés au moins une fois par semaine.
- Les céréales complètes sont à privilégier.

Fourchette verte Suisse - Fourchette verte Schweiz - Fourchette verte Svizzera

## Affiliation Fourchette verte senior

### Critères exigés pour l'Affiliation FV Senior

Tout au long de la journée, il convient de boire régulièrement.

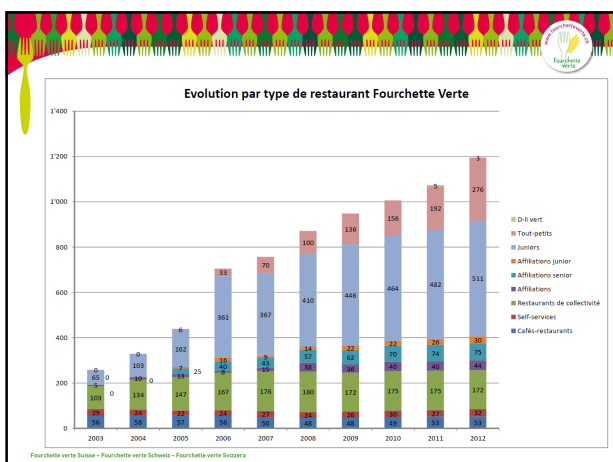
Boisson - Eau en priorité	1 à 2 litres par jour
---------------------------	-----------------------

Lors de l'élaboration de menus végétariens, varier les sources de protéines : fromages, œufs, tofu, légumineuses (lentilles, pois chiches, etc.).

**Recommandations :**

- Les salières ou autres condiments, tels que l'Aromat, le ketchup, etc, n'ont leur place sur les tables que sur demande des clients.

Fourchette verte Suisse - Fourchette verte Schweiz - Fourchette verte Svizzera



## Affiliation Fourchette verte senior

Conclusions – vision future

### Améliorer la qualité de vie

### Réduire / contenir les coûts de la santé

Fourchette verte Suisse - Fourchette verte Schweiz - Fourchette verte Svizzera

## Affiliation Fourchette verte senior

Conclusions – vision future

### Développer Fourchette verte à domicile ?

Fourchette verte Suisse - Fourchette verte Schweiz - Fourchette verte Svizzera