



Presses de
l'Université du Québec

55 ans
de savoir

NUTRITION

Marie Marquis et
Frédéric Lozeau Laplante
Préface de Paule Lebel

L'alimentation en RPA Défis, perspectives et avenir



UQ Presses de
l'Université du Québec

COLLECTION NUTRITION

**Marie Marquis
et Frédéric Lozeau Laplante**
Préface de Paule Lebel

2026 | 192 pages

Collection **Nutrition** sous la direction de Sophie Desroches
et Marie Marquis

978-2-7605-6331-5	35,00 \$	PAPIER
978-2-7605-6332-2	29,99 \$	PDF
978-2-7605-6333-9	29,99 \$	EPUB

L'ALIMENTATION EN RPA

Défis, perspectives et avenir

Quelle est l'offre alimentaire actuelle retrouvée en résidence privée pour aînés (RPA) ? Est-elle suffisamment encadrée par le gouvernement ? Et les directions générales offrent-elles réellement une qualité de nourriture à la hauteur des attentes et des recommandations du Guide alimentaire canadien ?

L'ouvrage présente deux perspectives nuancées et complémentaires, afin d'offrir un regard critique et multidimensionnel de l'offre alimentaire que l'on retrouve en RPA : celle d'une nutritionniste engagée pour un vieillissement en santé, et celle d'un directeur général de RPA, luttant avec des contraintes, des réglementations et des défis au quotidien.

À travers des faits concrets, des récits de vie, des réflexions éthiques et des enjeux réglementaires, ce livre répond aux questions essentielles que se posent aînés, familles, proches aidants, gestionnaires, travailleurs et décideurs publics. Il propose aussi des pistes d'action réalistes, des recommandations innovantes et un aide-mémoire pratique pour guider le choix d'une résidence en fonction de ses attentes face à l'alimentation.

Un livre indispensable pour mieux comprendre, remettre en question et transformer l'alimentation en RPA.

Parce qu'une bonne assiette, ce n'est pas un luxe : c'est un droit, une dignité... et souvent, une clé du mieux-vieillir.

TABLE DES MATIÈRES

RÉDACTION

PRÉFACE Bien manger en compagnie des autres : un gage de vitalité !
Paule Lebel

CHAPITRE 1 Une alimentation saine pour un vieillissement en santé
Marie Marquis

CHAPITRE 2 Les comportements alimentaires attendus
Marie Marquis

CHAPITRE 3 Les freins à l'adoption de choix et de comportements alimentaires pour un vieillissement en santé
Marie Marquis

CHAPITRE 4 L'alimentation en RPA : perspectives d'un gestionnaire
Frédéric Lozeau Laplante

CHAPITRE 5 L'alimentation en RPA : perspective de la personne aînée
Marie Marquis et Frédéric Lozeau Laplante

CHAPITRE 6 Valeurs, droit et engagement
Marie Marquis

CHAPITRE 7 Constats, attentes, recommandations et innovations
Marie Marquis et Frédéric Lozeau Laplante

CONCLUSION

ANNEXE A Options d'hébergement pour les personnes aînées selon leur niveau d'autonomie

ANNEXE B Aide-mémoire abordant l'alimentation en RPA

MARIE MARQUIS, FDt. P., Ph. D., est professeure honoraire du Département de nutrition de la Faculté de médecine de l'Université de Montréal et Fellow de l'Ordre des diététistes-nutritionnistes du Québec. La vulgarisation en nutrition et les comportements alimentaires sont toujours au centre de ses intérêts. En 2022, elle a reçu l'Ordre de l'excellence en éducation du Gouvernement du Québec.

FRÉDÉRICK LOZEAU LAPLANTE, B. A., M. A., est un gestionnaire ayant travaillé longtemps en restauration, dont 15 ans au niveau directionnel, notamment à titre de directeur de la restauration pour une chaîne internationale d'hôtels de luxe. Il a aussi été directeur corporatif des services alimentaires de l'un des plus gros joueurs de l'industrie des RPA au Québec. Il est maintenant directeur général d'une grande RPA.