

# HOME AND COMMUNITY CARE SUPPORT SERVICES

## North East

### DIETARY SERVICES



#### HOW WE CAN HELP

For a lot of people, eating right can be challenging at the best of times – it can be even harder when you're sick. Proper nutrition is very important to getting well and feeling better, and a Dietitian can help make sure you are eating the right food in the right amounts to give you the best chance to regain your strength and enjoying better health.

#### WHAT YOU CAN EXPECT

If your Home and Community Care Support Services North East Care Coordinator has suggested that you could benefit from nutritional counselling, a Dietitian will contact you to assess your needs. They will work with you to develop a personalized nutrition plan that complements your health goals, and monitor and assess your progress.



You will learn more about Canada's Food Guide, the importance of eating a balanced diet, and how protein helps maintain strength and promote healing. Your Dietitian will explain how good nutrition affects your specific health condition or disease, and will teach family members and caregivers about how they can support you at home if you are having trouble eating enough, or the right foods. Your Dietitian can also identify other resources and support services available in your community.

#### AM I ELIGIBLE?

You must be a resident of Ontario with a valid Ontario Health Card.



#### HOW TO REACH US

Simply call 310-2222 or 1-888-533-2222.  
Visit us at [healthcareathome.ca/northeast](http://healthcareathome.ca/northeast)

## SERVICES DIÉTÉTIQUES



### COMMENT NOUS POUVONS VOUS AIDER

Plusieurs personnes ont de la difficulté à s'alimenter sainement même quand leur santé va bien, donc pour une personne malade, le défi peut être plus grand encore. La bonne alimentation est très importante pour vous aider à vous rétablir et à vous sentir mieux. Une ou un diététiste peut vous aider à vous assurer que vous mangez les bons aliments en bonne quantité, de manière à vous donner la meilleure chance de reprendre vos forces et d'être en meilleure santé.

### À QUOI VOUS ATTENDRE

Si votre coordonnatrice ou coordonnateur de soins de Services de soutien à domicile et en milieu communautaire Nord-Est a suggéré que vous pourriez bénéficier de conseils en matière d'alimentation, un ou une diététiste communiquera avec vous pour évaluer vos besoins. Il ou elle travaillera avec vous pour développer un plan d'alimentation personnalisé qui correspond à vos buts en matière de santé et s'occupera de surveiller et d'évaluer votre progrès.



Vous vous familiariserez aussi avec le Guide alimentaire canadien, l'importance d'une alimentation équilibrée et l'importance des protéines pour vous aider à conserver vos forces et favoriser votre guérison. Votre diététiste vous expliquera comment une bonne alimentation influencera spécifiquement votre état de santé ou votre maladie et apprendra aux membres de votre famille et à vos aidants comment vous aider à domicile si vous avez de la difficulté à manger suffisamment ou à manger les bons aliments. Votre diététiste peut aussi repérer d'autres ressources et services de soutien qui sont disponibles dans votre communauté.

### SUIS-JE ADMISSIBLE?

Vous devez avoir le statut de résident de l'Ontario et une carte Santé ontarienne valide.



### POUR NOUS JOINDRE

Il suffit de téléphoner au 310-2222 ou 1 888 533-2222.  
Visitez-nous au [healthcareathome.ca/northeast](http://healthcareathome.ca/northeast)