



## Repas à domicile

---

### Bénéficiaires

La population de la commune de Vuisternens-dt-Romont

- au bénéfice de l'AVS
- sur présentation d'un certificat médical, toute personne en incapacité temporaire de confectionner son repas et n'ayant pas d'autre personne apte à le faire dans le ménage. La durée est fixée à un mois. La situation peut être évaluée sur demande du bénéficiaire.

### Commande – Modification - Réclamation

Nous vous prions de joindre l'administration communal par téléphone du lundi au jeudi de 07h30 à 17h00 et le vendredi de 07h30 à 11h00 au 026 655 92 92 ou par mail à [impots@vuisternens.ch](mailto:impots@vuisternens.ch) Si vous n'arrivez pas à contacter notre administration, veuillez téléphoner au 079 581 36 62

### Repas

Menu ordinaire	1 potage ou 1 salade, 1 féculent avec 1 viande et 1 dessert (pas de modification possible)
Menu haché ou mixé	Idem que « ordinaire » mais haché ou mixé
Menu « sans poisson »	Sur demande
Menu léger	Convient aux « diabétiques » « sans graisse » « cardiaque » mais pas à une personne qui suit un régime strict Sur ordonnance médicale uniquement
Menu régime	Sur ordonnance médicale uniquement

**Coût** Fr. 14.00 par repas

**Facturation** Mensuelle par la commune

Tout repas décommandé, le jour même ou la veille après 17h00, sera facturé.

### Livraison

Les repas sont livrés froids dans une barquette. C'est pour cela qu'il est conseillé d'avoir un micro-ondes.

Les repas du lundi au vendredi sont livrés le jour même entre 11h15 et 12h00 et ceux du samedi et dimanche sont livrés avec ceux du vendredi.

La livraison se fait par des bénévoles de la Commune de Vuisternens-dt-Romont

./.

## Conseils pratiques

---

### Plat principal

- ☞ Perforer plusieurs fois le film protecteur de la barquette à l'aide d'un petit couteau pointu.
- ☞ Placer la barquette dans le four micro-ondes 2 à 3 minutes sur 600 ou 700 watts
- ⚠ Ne pas enlever le film protecteur avant de mettre la barquette dans le four micro-ondes ; cela pourrait dessécher ou détériorer la qualité des ingrédients.

### Potage

- ☞ Afin d'éviter de vous brûler, transvaser le potage dans un grand bol et l'introduire dans le four à micro-ondes 2 à 3 minutes sur 600 ou 700 watts
- ou
- ☞ Mettre le potage dans une petite casserole.
  - ⚠ Cuire à feu doux tout en remuant bien la soupe-

### Attention

- ⚠ Les aliments se détériorent très vite à température ambiante. Il faut obligatoirement stocker les barquettes dans le réfrigérateur.
- ⚠ Vous pouvez conserver vos repas durant 4 jours au maximum.