



KIT PRESSE

Deux terrains : la nutrition des personnes âgées (seniors) et la charge mentale alimentaire des femmes

Aline VICTOR — diététicienne-nutritionniste, formatrice, conférencière
contact@avise-nutrition.fr · 06 84 11 99 55 · avise-nutrition.fr

Vous préparez un sujet sur l'alimentation des personnes âgées, la dénutrition, le grand âge, l'aidance ou la santé des femmes ? Vous êtes au bon endroit. Je réponds volontiers aux sollicitations presse : interview, décryptage, chiffres, mise en relation avec des professionnels de terrain. Je m'engage à revenir vers vous rapidement, et je sais travailler dans l'urgence d'un bouclage.

EN BREF

Nom	Aline VICTOR
Fonction	Diététicienne-nutritionniste, formatrice, conférencière
Marque	AVi'Sé — avise-nutrition.fr
Expérience	15 ans auprès des établissements médico-sociaux, des acteurs du domicile, de l'industrie agroalimentaire et des entreprises
Deux terrains	Expertise médico-sociale (EHPAD, domicile, agroalimentaire) · Expertise santé (santé des femmes, entreprises)
Signes distinctifs	Fondatrice du collectif Les Bienfaisants · autrice de « Je suis née aidante » · enquête menée auprès de 745 résidents d'EHPAD · créatrice du programme Cuisine Bienfaisante®
Zone	Toute la France — basée en région AURA
Réseaux	LinkedIn (AVi'Sé) · Instagram @ma_nutrition_avisee

BIOGRAPHIES

Trois formats, à reprendre tels quels selon la place disponible.

Version courte — 40 mots

Aline Victor est diététicienne-nutritionniste, formatrice et conférencière. Sous la marque AVi'Sé, elle accompagne les EHPAD, les services à domicile et les entreprises sur la question de l'alimentation. Fondatrice du collectif Les Bienfaisants, elle est l'autrice de « Je suis née aidante ».

Version moyenne — 100 mots

Diététicienne-nutritionniste, Aline Victor accompagne depuis quinze ans les établissements médico-sociaux, les services à domicile et les entreprises sur la question de l'alimentation. Formatrice certifiée Qualiopi, elle a conçu le programme **Cuisine Bienfaisante®**, qui transforme les pratiques autour du repas en EHPAD. Elle a mené une enquête auprès de 745 résidents pour donner la parole à ceux que l'on nourrit sans toujours les écouter. Fondatrice du collectif Les Bienfaisants et autrice de « Je suis née aidante », elle défend une approche libérée des injonctions, où manger redevient un choix. Elle intervient partout en France.

Version longue — 200 mots

Diététicienne-nutritionniste, formatrice et conférencière, Aline Victor accompagne depuis quinze ans les établissements médico-sociaux, les acteurs du domicile, l'industrie agroalimentaire et les entreprises. Son travail se déploie sur deux terrains : la nutrition des personnes âgées et la charge mentale alimentaire des femmes.

Côté médico-social, elle a conçu le programme **Cuisine Bienfaisante®**, une méthode en quatre temps — mesurer, former, expérimenter, ancrer — qui transforme concrètement les pratiques autour du repas en établissement. Elle a mené auprès de 745 résidents d'EHPAD une enquête inédite sur ce qui se joue réellement au moment du repas, dont les résultats ont été repris par TF1, Hospimedia et Gerontonews.

Côté santé, elle intervient auprès des entreprises et anime la communauté Rêv'Elles, qui réunit plus de 400 femmes autour d'un même objectif : sortir des injonctions alimentaires et se réconcilier avec son corps.

Fondatrice du collectif Les Bienfaisants et autrice de « Je suis née aidante », elle défend une approche de la santé globale où manger redevient un choix, respectueux des besoins, des envies et des capacités de chacun. Certifiée Qualiopi, elle intervient partout en France.

SUJETS SUR LESQUELS JE PEUX INTERVENIR

- La dénutrition des personnes âgées : un problème de santé publique qu'on continue de traiter comme un problème de cuisine.
- Ce que les résidents d'EHPAD disent vraiment de leurs repas — résultats d'une enquête menée auprès de 745 personnes.
- Textures modifiées, refus alimentaire, plaisir de manger : comment on transforme concrètement un repas en établissement.
- L'auxiliaire de vie, première sentinelle de la dénutrition à domicile.
- Santé des femmes après 40 ans : pourquoi l'alimentation reste le terrain des injonctions.
- Marché senior : ce que l'industrie agroalimentaire a besoin de comprendre du grand âge.
- Aïdance : devenir aidante avant même de savoir ce que le mot recouvre. (*angle personnel, adossé au livre « Je suis née aidante »*)

CHIFFRES ET RÉFÉRENCES UTILES

- **745** résidents d'EHPAD interrogés dans le cadre de l'enquête Les Bienfaisants.
- **400+** membres dans la communauté Rêv'Elles.
- **15 ans** d'exercice, du restaurant collectif à l'agroalimentaire jusqu'au médico-social.
- Livre blanc « *À table, tout se joue* », préfacé par le Professeur Bertrand Fougère.

ILS EN ONT PARLÉ

Média	Sujet	Lien
TF1 — Bonjour ! La Matinale	L'enquête consommateurs menée en EHPAD, jusqu'au plateau de TF1	Accès au replay
Hospimedia	Les Bienfaisants : repenser les stratégies nutritionnelles en EHPAD	Lire l'article
Gerontonews	S'appuyer sur les envies des résidents pour repenser l'alimentation en EHPAD	Lire l'article
Agevillagepro	Une enquête consommateurs géante pour améliorer l'alimentation des résidents en EHPAD	Lire l'article
Géroscopie	AVi'Sé lance le projet « Les Bienfaisants »	Lire l'article
PapyHappy	Portrait : Aline Victor présente AVi'Sé	Lire l'article

DISPONIBLE SUR DEMANDE

- Photos en haute définition
- Logo AVi'Sé (fond clair et fond foncé, formats vectoriels)
- Livre blanc « À table, tout se joue » — synthèse de l'enquête 745 résidents
- Catalogue de formations 2026-2027

CONTACT PRESSE

Aline VICTOR

contact@avise-nutrition.fr · 06 84 11 99 55

avise-nutrition.fr/presse · [LinkedIn](#)