

LE PARCOURS PROCHEs AIDANTS

"Alimentation du binôme aidant-aidé"

Vous aidez régulièrement un proche ?

Silver Fourchette, programme de prévention à destination des plus de 60ans, vous partage au travers d'actions ludiques et conviviales des conseils et astuces pour comprendre et mettre en pratique l'alimentation plaisir et santé adaptée à son âge.

Bien manger est souvent synonyme de plaisir, de moment de partage et d'échanges. Mais, c'est bien plus encore!

Le Parcours Proches-Aidants a pour objectif d'informer et sensibiliser les aidants et leurs proches sur l'alimentation du binôme aidant-aidé. Il apporte des connaissances et techniques pour une cuisine santé simple à mettre en oeuvre.



A vos agendas !

Les inscriptions aux ateliers sont **gratuites**. Les participants peuvent suivre selon leur choix **un ou plusieurs ateliers**.

Conférence

Conférence autour de l'alimentation

Date : **Jeudi 2 juin de 14h à 16h**

Lieu : Lycée Franz STOCK - 2 rue des Fleurs
Mignières

Atelier 1

Atelier "Bien s'organiser en cuisine"

Date : **Jeudi 16 juin de 14h à 16h**

Lieu : L'atelier Gourmand - 2 rue Montescot
Chartres

Atelier 2

Atelier "Enrichissement des plats"

Date : **Jeudi 23 juin de 14h à 16h**

Lieu : Lycée Franz STOCK - 2 rue des Fleurs
Mignières

Atelier 3

Atelier "Découverte des textures modifiées"

Date : **Jeudi 30 juin de 14h à 16h**

Lieu : Lycée Franz STOCK - 2 rue des Fleurs
Mignières

Atelier 4

Atelier "Découverte du manger-mains"

Date : **Lundi 4 juillet de 14h à 16h**

Lieu : Lycée Franz STOCK - 2 rue des Fleurs
Mignières



Vous souhaitez participer ou avoir des renseignements ?

L'inscription est **gratuite** mais **obligatoire**.

Contactez Mathilde COTTEN - Cheffe de Projet Silver Fourchette

06 47 44 15 64 - mathilde.cotten@groupe-sos.org