

## LE PARCOURS PROCHE 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 : **Vendredi 17 juin de 14h à 16h30**

Lieu : Salle de la Sablière - rue des Étangs  
Dammarie-les-Lys



## Atelier 1

Atelier "Découverte des textures modifiées"

Date : **Vendredi 24 juin de 14h à 16h**

Lieu : Halte de répit - 380 chemin du clocher  
Dammarie-les-Lys



## Atelier 2

Atelier "Bien s'organiser en cuisine"

Date : **Mercredi 29 juin de 14h à 16h**

Lieu : Centre Social et Culturel - 4 Rue de l'Orme au Charron  
Pontault-Combault



## Atelier 3

Atelier "Découverte du manger-mains"

Date : **Jedi 7 juillet de 14h à 16h**

Lieu : Halte de répit - 380 chemin du clocher  
Dammarie-les-Lys



## Atelier 4

Atelier "Enrichissement des plats"

Date : **Mercredi 13 juillet de 14h à 16h**

Lieu : Centre Social et Culturel - 4 Rue de l'Orme au Charron  
Pontault-Combault



## Atelier 5

Atelier "Bien s'organiser en cuisine"

Date : **Mardi 19 juillet de 14h à 16h**

Lieu : MDS Nemours – Annexe « DPR » - 15 rue Foljuif  
Saint-Pierre-lès-Nemours

## Vous souhaitez participer ou avoir des renseignements ?

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

Contactez France Alzheimer 77 par téléphone : 06 38 45 49 83 ou 01 64 10 87 48

ou par mail : france-alzheimer77@orange.fr