



*Bénéficiez
de conseils sur
l'alimentation d'un
proche*
fragilisé
par l'âge et/ou
la maladie que
vous aidez.*

FRONTON

À partir du
Mercredi 1^{er} décembre 2021



COUP D'FOURCHETTE POUR LES AIDANTS

SÉANCES

- 1 Mercredi 1^{er} décembre 2021 – de 9h à 12h**
COMPOSER UN REPAS COMPLET EN RESPECTANT LES
REGLES DE L'EQUILIBRE ALIMENTAIRE
- 2 Mercredi 8 décembre 2021 – de 9h à 12h**
L'IMPACT DE L'AGE SUR L'ALIMENTATION ET LES
RECOMMANDATIONS NUTRITIONNELLES POUR LES SENIORS
- 3 Mercredi 15 décembre 2021 – de 9h à 12h**
PRÉVENIR LA DÉNUTRITION EN ADAPTANT L'ALIMENTATION
AUX BESOINS NUTRITIONNELS
- 4 Mercredi 12 janvier 2022 – de 9h à 12h**
SAVOIR S'ADAPTER AUX CONTRAINTES ALIMENTAIRES –
(Textures des repas – Risque de fausse route...)
- 5 Mercredi 19 janvier 2022 – de 9h à 12h**
FAVORISER LE MAINTIEN DE L'AUTONOMIE ALIMENTAIRE
D'UNE PERSONNE EN PERTE DE CAPACITÉ
- 6 Mercredi 26 janvier 2022 – de 9h à 12h**
GESTION DE L'ALIMENTATION EN CAS DE TROUBLES
COGNITIFS

Renseignements et Inscriptions auprès du CCAS :
05 62 79 92 14 ccas@mairie-fronton.fr

*Le programme est entièrement gratuit et réservé
aux aidants des personnes de plus de 60 ans

A la salle des Aînés
Esplanade Marcorelle
(entre la mairie et l'église)

31620 FRONTON

Organisé et animé par



www.nutrimania.fr

Action financée par

