



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 2 février 2022



# COUP D'FOURCHETTE POUR LES AIDANTS

SÉANCES

- 1 Mercredi 2 février 2022 – de 9h à 12h**  
COMPOSER UN REPAS COMPLET EN RESPECTANT LES  
REGLES DE L'EQUILIBRE ALIMENTAIRE
- 2 Mercredi 9 février 2022 – de 9h à 12h**  
L'IMPACT DE L'AGE SUR L'ALIMENTATION ET LES  
RECOMMANDATIONS NUTRITIONNELLES POUR LES SENIORS
- 3 Mercredi 16 février 2022 – de 9h à 12h**  
PRÉVENIR LA DÉNUTRITION EN ADAPTANT L'ALIMENTATION  
AUX BESOINS NUTRITIONNELS
- 4 Mercredi 23 février 2022 – de 9h à 12h**  
SAVOIR S'ADAPTER AUX CONTRAINTES ALIMENTAIRES –  
(Textures des repas – Risque de fausse route...)
- 5 Mercredi 9 mars 2022 – de 9h à 12h**  
FAVORISER LE MAINTIEN DE L'AUTONOMIE ALIMENTAIRE  
D'UNE PERSONNE EN PERTE DE CAPACITÉ
- 6 Mercredi 16 mars 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



En partenariat avec



Action financée par

