

Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie



« Les rendez-vous du goût et de la santé »

- ❖ **Porteur** : Nutrimania
- ❖ **Bénéficiaires de l'action** : personnes âgées à domicile
- ❖ **Thématique** : nutrition
- ❖ **Objectif principal** : rendre accessibles les recommandations relatives à l'alimentation pour aller vers des comportements favorables à un vieillissement en bonne santé.
- ❖ **Contenu de l'action** : séances de 3h : atelier nutrition (1h15), atelier cuisine (1h), exercices sensoriels et dégustation (45mn). Importance d'une alimentation adaptée dans la protection du « Bien vieillir » ; « clés » pour savoir mettre en œuvre les recommandations nutritionnelles en vigueur ; habitudes alimentaires et leur impact sur la préservation de l'autonomie ; conseils sur les différents régimes et contraintes alimentaires liées au vieillissement ; vigilance sur la lecture des étiquettes alimentaires et compréhension des indicateurs nutritionnels.
Animé par une diététicienne.
- ❖ **Nombres d'ateliers** : 11
- ❖ **Nombre séance par atelier** : 8
- ❖ **Durée séance** : 3h
- ❖ **Nombre total de séances** : 88
- ❖ **Nombre de bénéficiaires prévisionnel par atelier** : 15
- ❖ **Nombre total de bénéficiaires sur le projet** : 165
- ❖ **Lieu de l'action par EPCI** : Grand Armagnac, Bas Armagnac, La Ténarèze, Cœur d'Astarac en Gascogne, Lomagne Gersoise, Grand Auch Cœur de Gascogne, Bastides de Lomagne.
- ❖ **Lieu de l'action par communes** : Lannepax, Le Houga, Manciet, Condom, Montesquiou, Miélan, La Romieu, Sainte Radegonde, Urdens, Ordan-Larroque, Mauvezin.
- ❖ **Calendrier** : de mars à décembre
- ❖ **Mobilité** : co-voiturage
- ❖ **Inscription** : Mme MALLEIN Virginie : 06.85.01.68.16 ou virginie.mallein@nutrimania.fr