

« Apprendre à cuisiner en bonne santé »

- ❖ Porteur : CIAS Aire sur l'Adour
- ❖ Bénéficiaires de l'action : personnes âgées à domicile
- ❖ Thématique : nutrition
- ❖ Objectif principal : connaître l'évolution de l'alimentation avec l'âge, adapter son alimentation à ses besoins, apprendre à manger sainement.
- ❖ Contenu de l'action : séances proposées autour :
 - de l'évolution de l'alimentation avec l'âge ;
 - des 5 sens pour déguster ;
 - de la gestion des produits sucrés et des graisses ;
 - de conseils pratiques.Séances animées par une diététicienne diplômée.
- ❖ Sensibilisation Icope : oui
- ❖ Nombre d'ateliers : 1
- ❖ Nombre séances par atelier : 6
- ❖ Durée séance : 2h
- ❖ Nombre total de séances : 6
- ❖ Nombre de bénéficiaires prévisionnel par atelier : 10
- ❖ Nombre total de bénéficiaires sur le projet : 10
- ❖ Lieu de l'action par EPCI : Aire sur l'Adour
- ❖ Lieu de l'action par communes : Vergoignan
- ❖ Calendrier : à partir de février 2025
- ❖ Mobilité : transport à la demande
- ❖ Inscription : Mme Séverine ESPERON : 06.69.15.22.95 / severine.esperon@cdcaire.org