

CREST

SAILLANS

Un atelier cuisine pour les aidants et seniors aidés avec le Forum



◀ *En s'inscrivant gratuitement à cet atelier, vous obtiendrez un kit complet d'atelier cuisine (produits frais et locaux, fiches recettes, toque et tablier...) pour réaliser à domicile 3 recettes sur le thème "manger main en textures modifiées". Photo Silver Fourchette*

Le Forum, espace numérique et social de Saillans, a tissé des liens avec un nouveau partenaire local : Silver Fourchette. Il s'agit d'un programme de sensibilisation à destination des plus de 60 ans, qui promeut une alimentation gourmande, durable, adaptée et équilibrée pour agir sur sa santé. Les objectifs étant de partager l'envie de "bien manger" via des actions concrètes, conviviales et par l'implication de tous ceux qui cuisinent pour les seniors et les accompagnent.

Dans ce cadre, un "Atelier toc-toque - Découverte du manger main et des textures adaptées" est organisé le jeudi 3 juin avec le Forum. Cet atelier gratuit est réservé

aux proches aidants accompagnant une personne âgée en perte d'autonomie et qui habitent à Saillans ou dans son secteur. Pour y participer, il faut s'inscrire au Forum, où vous pourrez ensuite récupérer un kit complet d'atelier cuisine (panier de produits frais et locaux, fiches recettes, toque et tablier...) à réaliser à domicile. Une vidéo de démonstration pourra vous aider à préparer ces trois recettes sur le thème "manger main en textures modifiées".

Pour aller plus loin (facultatif), vous pourrez envoyer au Forum une photo de votre réalisation et les trois meilleures qui seront sélectionnées recevront un panier gourmand.

Renseignements et inscriptions : 04 75 22 31 71.