



Ateliers cuisine

Vous accompagnez un **proche à domicile** ?
Vous souhaitez avoir des conseils pour adapter au mieux son
alimentation et **prévenir les risques de dénutrition** ?



Inscrivez-vous à notre
cycle d'ateliers !





Ateliers cuisine

Les ateliers se déroulent au **Lycée St Joseph**,
situé **15 rue du Couvent, 25 210 Les Fontenelles**.



Lundi 18 mars 10h à 12h

Les enjeux de
l'alimentation pour la
personne en situation de
perte d'autonomie.
Discussion avec Estelle
Montrichard, diététicienne
suivie d'un atelier cuisine.



Jeudi 28 mars 14h à 16h30

Comment s'adapter pour
préserver l'autonomie de la
personne?
Discussion avec Pauline
Cerutti-Lambert,
ergothérapeute suivie d'un
atelier cuisine.



Mardi 2 avril 10h à 12h

Comment enrichir
l'alimentation avec des
ingrédients simples ?
Discussion avec Estelle
Montrichard, diététicienne
suivie d'un atelier cuisine.



Jeudi 11 avril 14h à 16h30

Comment prendre en compte
les troubles de la déglutition
et les prévenir ?
Discussion avec Estelle
Montrichard, diététicienne
suivie d'un atelier cuisine.

Inscription obligatoire avant le lundi 11 mars (12 participants maximum)

Le cycle d'ateliers est entièrement gratuit !

info@parcdoubshorloger.fr / 03 81 68 53 32

