

AIDANTS FAMILIAUX

Vous accompagnez
un proche âgé
pour l'aider
à bien vieillir
à son domicile



L'ALIMENTATION est un sujet de préoccupation à juste titre. Les déséquilibres nutritionnels, chez la personne âgée, peuvent mener à la **dénutrition** avec une **baisse de la qualité de vie**, une **aggravation des maladies chroniques** et des **hospitalisations**.



en petit groupe
sur une
demi-journée



animé par une
diététicienne
nutritionniste

Nous avons conçu
pour vous, cet

ATELIER

GRATUIT

"Alimentation de
la personne âgée
Prévention de la
dénutrition"

Participez à un atelier près de chez vous:

à **CAUSSADE, LAUZERTE** ou **MOLIERES**

(dans le respect des directives **COVID**) ou en

VISIOCONFERENCE

2 dates à Lauzerte:

- Lundi 4 oct 2021
- Mardi 19 oct 2021

PROGRAMME, INFO
& RESERVATIONS:

Voir au dos





LES CONSÉQUENCES DE LA DÉNUTRITION



BAISSE IMMUNITAIRE



**ALTÉRATION DES
FONCTIONS PRINCIPALES**



RISQUE DE CHUTE



**FONTE
MUSCULAIRE**



**IMPACT PSYCHIQUE
& RELATIONNEL**



**FATIGUE
HOSPITALISATION**

PROGRAMME DE L'ATELIER



Durée 3h30

PARTIE 1

Besoins spécifiques de la personne âgée, facteurs de risques et signaux d'alerte de la dénutrition

PARTIE 2

En pratique, compléter la liste de courses pour adapter les menus et équilibrer les repas

PARTIE 3

Échanges de pratiques et d'expériences entre les participants et la diététicienne

à LAUZERTE

-Atelier du 04/10/21
-Atelier du 19/10/21
Horaires : 9h-12h30

Lieu: Salle de l'éveillé
82110 Lauzerte

PASS SANITAIRE OBLIGATOIRE

INFO & RÉSERVATIONS

Tél: 06.29.68.32.27

ateliers.essentielnutrition@gmail.com



... ou en visio

Classes virtuelles
(lien envoyé par email)

-le 19/10/2021

-le 20/10/2021

Horaires: 14h-17h30

en direct avec la
diététicienne