



**Les**  
**INSATIABLES**  
GroupesOS



*ATELIER DE CUISINE*

# ”Aidants-aidés”

Novembre 2024

**VOUS AIDEZ AU QUOTIDIEN UN PROCHE DE PLUS DE 60 ANS ?**

**Aides techniques, réflexes à adopter, astuces et bases de l'équilibre alimentaire...**

Venez assister à l'atelier de cuisine animé au Puy en Velay par une diététicienne pour vous aider à cuisiner dans votre quotidien !

# AU MENU :

## Ateliers de cuisine :

- Thème “**Déglutition et textures modifiées / manger-mains et dignité**” :

Mardi 12 novembre, 14h - 17h

Adresse : Plateforme de répit 43 - EHPAD Nazareth :

60 avenue Maréchal Foch,  
43 000 Le Puy en Velay



## INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES :

Après de la plateforme de répit 43 - EHPAD Nazareth :

[repit43.nazareth@habitat-humanisme.org](mailto:repit43.nazareth@habitat-humanisme.org) ou

04 71 06 64 50

Du bon.  
Du beau.  
Durable.



Nous sommes tous inégaux face à l'alimentation.

Que nous soyons âgés de moins de 25 ans ou de plus de 60 ans, en pleine santé ou touchés par la maladie...

L'association Les Insatiables propose des actions pour que nous soyons tous **acteurs** d'une alimentation bonne pour notre santé, **bonne pour la planète**, et surtout bonne tout court !

Pour en savoir plus [www.lesinsatiables.org](http://www.lesinsatiables.org)



Action soutenue par la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie de la Haute-Loire