

Coup de fourchette pour les aidants : des ateliers nutrition gratuits à Blaye

Le programme “Coup de fourchette pour les aidants” est une initiative gratuite organisée par Nutrimania et le Centre intercommunal d’action sociale (CIAS) de la Communauté de communes de Blaye. Ces ateliers, animés par une diététicienne-nutritionniste, s’adressent aux aidants de personnes de plus de 60 ans et visent à les accompagner dans les défis liés à l’alimentation des seniors.

Les aidants jouent un rôle essentiel dans le maintien de la santé et de l’autonomie des personnes âgées et sont souvent confrontés à des difficultés spécifiques. Ce programme propose des solutions concrètes pour répondre à ces enjeux, tout en offrant un espace d’échange et de partage entre aidants.

Les ateliers se déroulent les mardis après-midi, de 14h30 à 17h30, à la Maison de la Santé de Blaye (1 rue Nicole Girard-Mangin, 33390 Blaye) :

- **31 mars** : les problématiques rencontrées par les aidants sur le plan de l’alimentation
- **7 avril** : savoir composer un repas complet en respectant les règles de l’équilibre alimentaire
- **21 avril** : l’impact de l’âge sur l’alimentation et les recommandations nutritionnelles pour les seniors
- **28 avril** : prévenir et lutter contre la dénutrition en adaptant l’alimentation aux besoins nutritionnels
- **5 mai** : savoir s’adapter aux contraintes alimentaires liées à l’âge ou à la pathologie
- **12 mai** : maintenir l’autonomie alimentaire d’une personne en perte de capacité
- **19 mai** : les comportements alimentaires des personnes atteintes de troubles cognitifs

Ce programme est entièrement gratuit et réservé aux aidants de personnes de plus de 60 ans. Que vous soyez un proche, un membre de la famille ou un aidant professionnel, ces ateliers vous fourniront des outils pratiques pour améliorer le quotidien alimentaire des seniors. Ce programme est soutenu par le Département de la Gironde, la Caisse Nationale de Solidarité pour l’Autonomie (CNSA), et placé sous l’égide de la Commission des Financeurs.

Comment s’inscrire ?

Les inscriptions se font directement par téléphone auprès du CIAS de Blaye : 05 57 42 75 20

Plus d’infos sur www.ccb-blaye.com

CONTACTS PRESSE

Océane Mazeau

Directrice de la communication

06 69 21 62 53 – o.mazeau@ccb-blaye.com

Lucie Vigouroux

Chargée de communication

07 52 67 19 68 – l.vigouroux@ccb-blaye.com



www.ccb-blaye.com