



CONFERENCE

« Cuisiner pour un proche : Comprendre les spécificités de l'alimentation du binôme Aidant-Aidés »

Allinges / 30 octobre 2020

Le quotidien des personnes atteintes de maladie neurodégénérative (ou associée) et de leurs proches-aidants est souvent chargé. La charge mentale relative aux courses et à l'élaboration des repas devient de plus en plus lourde à porter par les proches-aidants et l'alimentation finit souvent relayée au second plan des priorités. Dans d'autres cas, la cuisine est une nouveauté pour les aidants qui n'avaient jusqu'alors que peu cuisiné et doivent au jour d'hui en assurer la responsabilité au quotidien.

Silver Fourchette propose un parcours gratuit d'information et de sensibilisation des proches aidants et des aidés à travers des conférences participatives, suivies de cycles de 3 ateliers de cuisine. Initié en 2019 et co-construit en Haute-Savoie avec la plateforme de répit de Sallanches, le parcours est maintenant déployé dans toute la France.

Aux côtés de partenaires locaux et de professionnels de la santé, des informations théoriques et pratiques sont partagées dans un cadre de confiance, convivial et ludique, au travers d'astuces et informations conçues pour améliorer l'alimentation, la construction, la prise des repas, tout en donnant des idées de recettes et conseils de qualité aux pairs aidants.

Silver Fourchette, programme de sensibilisation pour les plus de 60 ans, a le plaisir de vous convier Vendredi 30 Octobre 2020 à sa conférence « Cuisiner pour un proche : comprendre les spécificités de l'alimentation du binôme Aidant-Aidés ».



Partagez un moment convivial en présence de plusieurs professionnels de santé afin d'étayer vos connaissances sur l'alimentation après 60 ans. Testez vos connaissances et faites face aux idées reçues !

Au programme de ce moment, nous parlerons de **déglutition et de textures modifiées** avec un médecin gériatre, **du manger-main et des questions de dignités** avec la psychologue Sylvie Pate, de la **dénutrition, de l'enrichissement et de l'environnement du repas** avec la diététicienne Céline Leclerc, et finalement de **l'organisation en cuisine**, avec Dr Anne Fayseler, ergothérapeute.

L'occasion de partager un moment de convivialité tout en découvrant des conseils et astuces à mettre en pratique au quotidien





Lieu : Salle de l'aérospatiale, 203 route de Commelinges 74200 ALLINGES

Date & heure : Le 30/10/2020, de 14h à 17h

Inscriptions : Événement réservé aux personnes de plus de 60 ans.

Inscription gratuite mais obligatoire auprès de Clara Lafforgue au 07 87 17 63 95 ou par mail à haute-savoie@silverfourchette.org

Transport : une navette sera mise à disposition par la Mairie d'Allinges

Information COVID19 : Le port du masque sera obligatoire durant l'intégralité de la conférence. Du gel hydro-alcoolique sera mis à disposition et les normes de distanciation sociale seront respectées.

La mission de SILVER FOURCHETTE ?

A l'initiative de l'association GROUPE SOS Seniors depuis 2014, le programme national *Silver Fourchette* promeut une alimentation **Santé & Plaisir** pour les seniors.

Silver Fourchette est présent sur une trentaine de départements français, afin de porter de manière pédagogique et ludique le sujet de la **prévention de la dénutrition des seniors**. Il est plus que jamais nécessaire de porter ce sujet à la connaissance du plus grand nombre, de fédérer autour de la question du plaisir de manger, et de valoriser l'ensemble des projets portant sur l'alimentation et les seniors dans les différents départements partenaires.

A l'affiche des programmations départementales : des actions d'information et sensibilisation (conférences-débats, ateliers 2.0...) des moments de partage et d'expérience (projets pédagogiques, loto gourmands, Olympiade...) et des apprentissages concrets (ateliers de cuisines).

Plus d'informations : <http://www.silverfourchette.org> / [Twitter](#) / [Facebook](#)

Contact

Julie Sourdois

Cheffe de projets Silver Fourchette Haute-Savoie

Haute-savoie@silverfourchette.org

Tél : 06 45 20 67 26

