



ATELIER CUISINE TOC-TOQUE A DOMICILE

A destination des + de 60 ans à domicile

Larajasse et Coise
Jeudi 10 décembre 2020

Silver Fourchette, programme de sensibilisation pour les plus de 60 ans, a le plaisir de vous convier le 10 décembre 2020, à son atelier cuisine « Toc-toque », réalisable à domicile, en partenariat avec l'association de lutte contre l'isolement P'Oser !



Participez à un moment culinaire gourmand à travers un kit culinaire complet à recevoir chez soi, concocté en partenariat avec le chef cuisinier de Recette et Cabas, et la diététicienne Bénédicte Noblet.

Cette action est proposée dans le cadre de actions de prévention soutenues par la Conférence des Financeurs de Rhône, présidée par le Président du Département.

Au programme : un atelier de cuisine à réaliser chez soi permettant d'aborder les bienfaits d'une alimentation équilibrée et plus particulièrement comment adapter son alimentation à son âge. L'occasion de partager un moment de convivialité, en toute sécurité, en famille ou en solo autour de la préparation d'un repas gourmand tout en découvrant des conseils et astuces à mettre en pratique au quotidien.

Le déroulement de l'atelier est simple :

Toute personne de + de 60 ans résidant sur Larajasse, Coise et proches peut s'inscrire.

Une fois inscrits, les seniors recevront un kit culinaire complet livré à domicile : des produits locaux nécessaires à la réalisation des recettes, des fiches recettes, de livrets de recettes Silver Fourchette ainsi que d'un tablier de cuisine !

Les participants sont ensuite invités à réaliser les recettes et nous renvoyer des photos de leurs réalisations.

Lieu : Livraison des kits à domicile par l'association P'Oser / réception à la Salle du Soleil Couchant Place de la Mairie, 69590 Larajasse

Date & heure : Jeudi 10 décembre, au fil de la journée.

Inscriptions : événement réservé aux + de 60 ans. Inscription gratuite mais obligatoire au 06 58 01 43 27





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 et leurs aidants.

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](#)

A propos de la Conférence des financeurs du Rhône

La Conférence des Financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées a été instituée par la loi relative à l'adaptation de la société au vieillissement du 28 décembre 2015. Présidée par le Président du Département, elle a pour objectifs de mobiliser et réunir les acteurs de la prévention de la perte d'autonomie, coordonner les actions de prévention sur le territoire départemental et développer de nouvelles actions de prévention et couvrir les zones blanches.

Les membres de la Conférence des Financeurs du Rhône :

Avec le concours de la Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie du Rhône



Pour la mise en œuvre du plan d'action, le Département bénéficie de concours financiers de la CNSA (Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie).

Contact
 Marie BONNE
 Chef de projets Silver Fourchette Rhône
 rhône@silverfourchette.org
 Tél. : 06 07 01 02 91

