

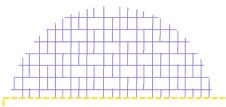


## SILVER FOURCHETTE

# ACTIONS AUTOUR DE L'ALIMENTATION POUR LES PLUS DE 60 AN S

## **INFORMATIONS**

- Où ? Dans tous les territoires de la Seine-et-Marne
- Pour qui? Toute personne de plus de 60 ans
- Quand? Entre juin et décembre 2021



## LES ENJEUX

- Sensibiliser les seniors aux enjeux d'une alimentation adaptée
- Donner l'envie aux participants de se faire plaisir lors des repas
- Améliorer des connaissances et des compétences alimentaires
- Favoriser le lien social entre ainés d'une même commune
- Mettre en relation les seniors avec l'offre locale

## LES ACTIONS

- Ateliers de cuisine : sur différentes thématiques
- **Disco soupes** : atelier de cuisine festif, convivial et original autour de l'anti gaspi
- Randonnées gourmandes : randonnées et récoltes de plantes sauvages, Sensibiliser les seniors aux enjeux d'une alimentation adaptée
- Ateliers « cuisine au Château » : atelier de cuisine dans l'EHPAD le château du Poitou à Villevaudé
- Ateliers « cuisinons les produits de la ferme »: une visite de ferme et un atelier de cuisine en partenariat avec

## RENSEIGNEMENTS

## **Mathilde COTTEN**

Cheffe de projets Silver Fourchette Seine-et-marne@silverfourchette.org 06.47.44.15.64

