

Sept - Oct 2026

Accueillir, accompagner, soutenir



EHPAD
LES BALCONS
DU HAUTACAM

ATELIERS NUTRITION & ERGOTHÉRAPIE

"DE LA FOURCHETTE À L'ASSIETTE"

Vous avez 60 ans et plus, l'EHPAD **Les Balcons du Hautacam** vous invite à participer aux **ateliers prévention santé** animés par l'ergothérapeute et le diététicien.

Une action collective où vous serez sensibilisés et informés, dans la bonne humeur, aux moyens de préserver votre autonomie à domicile.

Les mercredis ou jeudis de 14h à 15h : diététicien
Les vendredis de 10h30 à 11h30: ergothérapeute

DATES & RÉSERVATIONS AU DOS



Villa des Aidants (Alicot)
Parc de la Tour de Vieuzac
16 rue du Dr Bergugnat
65400 ARGELES-GAZOST

C'est gratuit ! Action financée par



CALENDRIER DES ATELIERS D'AUTOMNE

RDV A LA VILLA DES AIDANTS

Ateliers de Julien, diététicien

Julien aborde avec vous la notion du plaisir de manger de façon adaptée à vos besoins



de 14h à 15h

Jeudi 3 septembre
Jeudi 10 septembre
Mercredi 16 septembre
Mercredi 23 septembre

Jeudi 1 octobre
Jeudi 8 octobre
Mercredi 14 octobre

Jeudi 5 novembre
Jeudi 12 novembre
Jeudi 26 novembre

Jeudi 3 décembre
Jeudi 10 décembre
Jeudi 31 décembre

Ateliers de Simone, ergothérapeute

Simone propose un atelier autour de l'équilibre



de 10h30 à 11h30

Vendredi 4 septembre
Vendredi 11 septembre
Vendredi 18 septembre
Vendredi 25 septembre

Vendredi 2 octobre
Vendredi 9 octobre
Vendredi 30 octobre

Vendredi 6 novembre
Vendredi 13 novembre
Vendredi 20 novembre
Vendredi 27 novembre

Vendredi 4 décembre
Vendredi 11 décembre

Ateliers de Simone & Julien

Double expertise pour 1 heure de conseils : mise en pratique dans un cadre convivial avec préparation d'une recette suivie de sa dégustation

Vendredi 16 octobre de 9h30 à midi

Vendredi 18 décembre 9h30 à midi

Bonus : A toute l'ère venue,
le repas est offert au Foyer Resto !!!

INSCRIPTION

par téléphone du lundi au vendredi
au 06 07 27 02 77 (Simone)
ou 06 23 25 87 77 (Julien)