



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** animé 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 mardis de 11h à 12h : ergothérapeute
Les mercredis de 11h à 12h : diététicien

à partir de septembre 2025

à la Résidence de Vieuzac
16 rue du Dr Bergugnat
65400 ARGELES-GAZOST

C'est gratuit ! Action financée par



CALENDRIER DES ATELIERS D'AUTOMNE

Ateliers de Julien, diététicien

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



de 11h à 12h

Mercredi 10 septembre
Mercredi 17 septembre
Mercredi 1er octobre
Mercredi 22 octobre
Mercredi 29 octobre
Mercredi 05 novembre
Mercredi 26 novembre

Ateliers de Simone, ergothérapeute

Simone propose un atelier au tour de l'autonomie dans votre environnement à domicile (cuisine, salle de bain, salle à manger etc.)



de 11h à 12h

Mardi 9 septembre
Mardi 16 septembre
Mardi 30 septembre
Mardi 21 octobre
Mardi 28 octobre
Mardi 4 novembre
Mardi 25 novembre

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

Lundi 13 octobre
Lundi 17 novembre

Bonus : A toute lère venue,
le repas est offert au Foyer Resto !!!

INSCRIPTION

par téléphone du lundi au vendredi
au 06 07 27 02 77 ou 06 23 25 87 77