



altriane

repérer  
**POUR MIEUX  
MANGER**

>> GRATUIT

Réservé aux personnes de plus de 60 ans



**altriane**

Le réseau de services  
et de soins de la



**MUTUALITÉ  
FRANÇAISE  
AVEYRON**

# REPÉRER POUR MIEUX MANGER

Une **perte d'appétit ou des difficultés à manger** peuvent entraîner une perte de poids. La perte de poids favorise la fatigue, la perte de force musculaire et la baisse de l'immunité.

Nous vous proposons de vous auto évaluer en 2 min et de **participer à un atelier convivial et gratuit «Bien manger pour rester en forme après 60 ans» animé par une diététicienne nutritionniste.**

Mardi 4 novembre 2025  
de 14h00 à 16h00

Centre de santé infirmier Altriane  
20 avenue d'Albi,  
12380 Saint-Sernin-sur-Rance

2025



POIDS - APPÉTIT - REPAS - ALIMENTATION - SANTÉ

## INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS

Altriane | Saint-Sernin-sur-Rance : 07 56 18 00 83

*Projet mené dans le cadre de la Conférence des Financeurs*

