

FONTAIN Autonomie

Des ergothérapeutes conseillent autour d'un repas

Pour préserver son autonomie, un atelier cuisine est proposé par des ergothérapeutes pour les plus de 60 ans. Des solutions et des conseils seront donnés pour acquérir des bons réflexes. Une diététicienne sera présente pour livrer des conseils nutritionnels.

Cette rencontre sur le thème du repas sera animée par des ergothérapeutes qui communiqueront à leur auditoire tous les conseils aidant à préserver son autonomie et à améliorer le confort à domicile.

Au programme, atelier cuisine avec présentation des solutions d'aménagement du local et des possibilités d'acquisition de matériel adapté.

Une diététicienne donnera des conseils nutritionnels avant d'inviter à la dégustation des plats concoctés lors de l'atelier.

Un suivi à domicile

En plus des aides techniques sur le choix de la vaisselle et des ustensiles adaptés, les animateurs du centre médico-social de Saône, de Cap-vital santé et d'Envie autonomie seront présents pour donner aux participants les informations concernant les démarches administratives et financières, les aides techniques sur la collecte et le reconditionnement.

Comme le dit Rosalie Sio-



Des ergothérapeutes donneront des conseils pour garder son autonomie. Photo ER

ly, l'une des ergothérapeutes d'Eliad (Ensemble pour le lien, l'innovation et l'accompagnement à domicile) : « L'objectif de cet après-midi est de sensibiliser les personnes et les inciter à anticiper en se préparant à une éventuelle perte d'autonomie. Nous conseillons et donnons des astuces pour conserver le plaisir de cuisiner et de manger. La simple adaptation d'un ustensile peut permettre à une personne de conserver ses habitudes alimentaires ».

Pour prolonger cette action financée par la Caisse nationale de solidarité pour

l'autonomie (CNSA) et la Conférence des financeurs du Doubs, des suivis à domicile individuels et gratuits pourront être proposés par les ergothérapeutes.

Dans le cadre de ses actions de prévention, Eliad organise un après-midi convivial pour les plus de 60 ans à la salle des fêtes de Fontain mercredi 11 décembre de 14 h à 16 h 30. Gratuit, inscription conseillée, Tél. 03 81 41 67 31.

En partenariat avec la commune de Fontain, le Centre médico-social de Saône, Cap-vital Santé et Envie-autonomie.