



Proches aidants, la Plateforme d'Accompagnement et de Répit Oise Est et l'équipe AlimAidants d'UniLaSalle Beauvais vous invitent à participer à des **ateliers de prévention en alimentation et santé**

Programme Ateliers AlimAidants Automne 2023 • Secteur Oise Est

MALADIES NEURODÉGÉNÉRATIVES

Conseils pratiques pour des repas adaptés et apaisés

A travers un **atelier ludique**, découvrez les **besoins nutritionnels spécifiques** des personnes souffrant de maladies neurodégénératives. Nos **experts** vous donneront les clés pour préparer des **repas adaptés aux besoins de votre proche**.

10/10/23 • 13h30-16h30

Salle Charpentier
Allée Lucie et Raymond Aubrac
60180 Nogent-sur-Oise

12/10/23 • 13h30-16h30

Centre Social de Noyon
297 Bd Robert Schumann
60400 Noyon

NUTRITION ET EMOTIONS

Comment l'alimentation influence-t-elle la santé mentale ?

A travers cet atelier, découvrez comment une **alimentation adaptée** peut avoir un impact positif sur votre **humeur**, vos **émotions** et votre **santé mentale**. Nos **experts** vous donneront des **conseils pratiques** pour favoriser votre **bien-être physique et émotionnel**.

17/10/23 • 13h30-16h30

Salle Charpentier
Allée Lucie et Raymond Aubrac
60180 Nogent-sur-Oise

19/10/23 • 13h30-16h30

Centre Social de Noyon
297 Bd Robert Schumann
60400 Noyon

PARTICIPATION GRATUITE SUR INSCRIPTION :

pfriancourt@ehpad-liancourt.fr

Nombre de places limité à 8 personnes par atelier