



Conférence-débat

« Bien manger c'est la santé : les plaisirs et les bienfaits
d'une bonne alimentation après 60 ans »

*Quatrième conférence du Silver Fourchette Tour Haute-Savoie
Festival sur l'alimentation des seniors*

12 OCTOBRE 2018

Salle de l'Ellipse
140 Rue Villa Mary
74580 VIRY
De 9h00 à 11h30

Thématiques abordées :

- 9h00 - 9h30 : Pot d'accueil
- 9h45 : Bien manger après 60 ans : pourquoi est-ce important ?
- 10h05 : Quels aliments privilégier pour une alimentation alliant plaisir et santé ?
- 10h40 : Les produits du terroir, une richesse nutritionnelle
- 10h55 : Solutions douces pour continuer à faire de l'activité en toute simplicité
- 11h30 : fin de la conférence

Intervenants :

- Dr Vidal, Médecin Gériatre du Département
- Séverine Brulhart, Diététicienne nutritionniste
- AMAP - Producteur local
- Francis Perrozziolo, Coach APA, Ateliers « Equilibre »

Comment s'inscrire ?

Réservation conseillée auprès de la Communauté de Commune du Genevois

- Tel : 04 50 95 92 60
- Mail : info@cc-genevois.fr

A PROPOS DE SILVER FOURCHETTE TOUR HAUTE-SAVOIE

Silver Fourchette est un programme national de sensibilisation visant à promouvoir une alimentation Santé&Plaisir pour tous les seniors, soutenu par le Département de la Haute-Savoie.

Retrouver tout notre programme sur www.silverfourchette.org