

Le Manger main

Les personnes âgées sont souvent atteintes de problèmes de praxie, qui entraîne l'apraxie, une incapacité à réaliser des mouvements.

L'apraxie provoque des problèmes moteurs qui rendent difficiles plusieurs actes tels que :

- Couper les aliments
- Manier les couverts
- Porter un couvert à la bouche...

Pour les personnes touchées par ces difficultés, des techniques de préparation des repas sont adaptées. Dans l'objectif de renforcer et préserver l'autonomie des personnes, venez découvrir des recettes simples permettant de manger avec les doigts.



Lycée d'enseignement agricole LEAP d'Ennezat
1 route de Riom
63 720 Ennezat



Pour s'inscrire contacter :

CLIC Riom Limagne Combrailles

73 rue Lafayette
63200 Riom

Téléphone : 04 73 33 17 64

Télécopie : 04 73 33 17 62

Messagerie : secretariat@clic-riom.fr



CLIC Riom Limagne Combrailles

Atelier culinaire Manger Main

Le 5 janvier 2017 : 14h-17h



**A destination des aidants
professionnels ou non.**

☰ Recettes proposées

Entrées



Petite quiche lorraine

Simple et rapidement préparée, elle fera une délicieuse entrée. Les produits laitiers présents dans la quiche apportent du calcium : le calcium est important pour les os.



Samoussa chèvre épinard

De forme triangulaire, le samoussa est simple à réaliser et se prend facilement en main. La présence d'épinards répond au besoin de notre organisme en apport de vitamines, de fibres et de minéraux.

Plats



Mousse de légumes

Les légumes sont riches en vitamines, en minéraux et en fibres. Ils ont un rôle protecteur dans la prévention des maladies et enfin et surtout, ils offrent une incroyable variété de saveurs.



Galette de riz

La galette de riz, à base de féculents, fournit une énergie que le corps est capable d'utiliser progressivement.

Desserts



Petits cakes aux fruits

Les cakes aux fruits sont délicieusement bons et apportent la petite touche gourmande au repas. Cette forme de petits cakes est facile à manipuler. De plus les fruits présents à l'intérieur sont hydratants et sources de vitamines nécessaires au bon fonctionnement de l'organisme.