

# Plus d'infos

Lancé par l'association GROUPE SOS Seniors et soutenu par la Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie des personnes Agées de la Haute-Savoie, le programme national Silver Fourchette a pour objectif de sensibiliser le grand public aux enjeux de l'alimentation après 60 ans. Quand Plaisir & Santé riment avec Mieux Vieillir : n'hésitez pas à participer aux actions et à en parler autour de vous pour associer toutes les générations et les acteurs du territoire.

## Votre contact

Julie Moinard  
Chef de Projet Silver Fourchette Haute-Savoie  
julie.moinard@silverfourchette.org  
06.43.39.09.06

[www.silverfourchette.org/haute-savoie](http://www.silverfourchette.org/haute-savoie)



Avec le soutien de la Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie des personnes âgées de la Haute-Savoie



silver  
**fourchette**  
▶ HAUTE-SAVOIE

# PROGRAMME

Silver Fourchette Haute-Savoie

FESTIVAL D'ANIMATIONS CULINAIRES GRATUIT  
POUR LES SENIORS

Septembre - Octobre 2019

## JEUDI 5 SEPTEMBRE - EVIAN-LES-BAINS

### ATELIER DE CUISINE « Légumes d'été : des alliés pour ma santé ! »

Suivi d'un atelier numérique sur l'utilisation du web au service de son alimentation et sa santé, ainsi qu'une dégustation gourmande. Deux créneaux au choix : 9h - 12h30 ou 14h - 17h30

Rdv au Palais des festivités, place Peintre Charles Cottet à Evian

Inscription obligatoire auprès du CCAS : [ccas-seniorshandicap@ville-evian.fr](mailto:ccas-seniorshandicap@ville-evian.fr) / 04 50 74 32 60

## VENDREDI 6 SEPTEMBRE - THONES

### CONCOURS DE CONFITURES à l'occasion du Palais Gourmand.

Ainsi qu'un quiz nutrition « Question pour un champignon ». Venez tenter votre chance !

De nombreux lots sont à gagner. L'après-midi se clôturera par un goûter gourmand.

RDV sous le Chapiteau Place Avet à Thônes (en face de la Salle des Fêtes)

14h15 : Dépôt des confitures des participants / 15h00 : Quiz « Question pour un champignon »

15h45 : Dégustation par le jury / 17h00 : Remise des prix / 17h30 : Goûter gourmand

Renseignements et inscription obligatoire auprès de Office de Tourisme de Thônes Cœur des Vallées : [infos@thonescoeurdesvallees.com](mailto:infos@thonescoeurdesvallees.com) / 04 50 02 00 26

## MARDI 17 SEPTEMBRE - CHAMONIX / DOMANCY

### VISITE DE FERME « Découverte du Maraichage Bio à La Ferme pour tous à Domancy »

Suivie d'une intervention diététique sur l'alimentation après 60 ans et d'un goûter gourmand

14h30 à 18h00 sur place. Un bus sera mis à disposition par la Communauté de Communes.

Départ de la Gare d'Argentière : 13h15. Arrêt Place Mont-Blanc : 13h30, Arrêt Salle de convivialité

Marie Paradis : 13h45. Arrêt Office de tourisme Les Houches : 14h00.

Inscription obligatoire auprès du CCAS : [ccas.accueil@chamonix.fr](mailto:ccas.accueil@chamonix.fr) / 04 50 53 92 16

## LUNDI 23 SEPTEMBRE - PAYS D'ALBY

### VISITE DE FERME « Découverte du Maraichage Bio au Potager du Balmontin »

Suivie d'une intervention diététique sur l'alimentation après 60 ans et d'un goûter gourmand

14h00 à 17h30 sur place. RDV 67 Route de l'Eglise, à Balmont

Inscription obligatoire auprès de Julie Moinard, Cheffe de projets Silver Fourchette :

[haute-savoie@silverfourchette.org](mailto:haute-savoie@silverfourchette.org) / 06 43 39 09 06

## VENDREDI 4 OCTOBRE - FAVERGES-SEYTHENEX

### ATELIER DE CUISINE « Apéritif dinatoire : cuisinons le plaisir de recevoir ! »

Suivi d'un atelier numérique sur l'utilisation du web au service de son alimentation et sa santé ainsi qu'une dégustation gourmande.

9h à 12h30. Rdv au Lycée La Fontaine, Chemin des Prés d'Enfer à Faverges

Inscription obligatoire auprès du CCAS : [ccas@faverges.fr](mailto:ccas@faverges.fr) / 04 50 32 57 62

## LUNDI 7 OCTOBRE - MARNAZ

### ATELIER DE CUISINE « Légumes d'automne : des recettes qui détonnent ! »

Suivi d'un atelier numérique sur l'utilisation du web au service de son alimentation et sa santé ainsi qu'une dégustation gourmande.

Deux créneaux au choix : 9h - 12h30 ou 14h - 17h30

Rdv Salle Pralon Bouvier (Club de l'Amitié), 409 av du Mont-Blanc à Marnaz

Inscriptions via : [p.chiavaro@mairiedemarnaz.fr](mailto:p.chiavaro@mairiedemarnaz.fr) / 06 22 06 40 85

## JEUDI 10 OCTOBRE - ANNECY

### CONCOURS DE CONFITURES à l'occasion du Forum Senior d'Annecy

Ainsi qu'un quiz nutrition « Question pour un champignon ». Venez tenter votre chance !

De nombreux lots sont à gagner.

RDV à la Salle Le Météore, 27 Route de Frangy à Meythet

9h30 - 10h : Dépôt des confitures / 10h15 - 11h15 : Dégustation des confitures par un jury pro

10h15 - 11h15 : Election de la meilleure confiture par le public / 11h : « Question pour un champignon »

11h40 : Remise des prix

Inscription obligatoire auprès de Julie Moinard, Cheffe de projets Silver Fourchette :

[haute-savoie@silverfourchette.org](mailto:haute-savoie@silverfourchette.org) / 06 43 39 09 06

## JEUDI 17 OCTOBRE - PERRIGNIER

### THEATRE-FORUM. Mises en scène autour du repas après 60 ans pour en comprendre ses enjeux.

Suivi de l'intervention du Dr Vidal, Médecin gériatre.

De 14h00 à 17h30. RDV à la Salle des Fêtes, 449 route de Thonon à Perrignier

Inscription obligatoire auprès du CIAS des Communes de Thonon Agglo :

[cias-accueil@thononagglo.fr](mailto:cias-accueil@thononagglo.fr) / 04 50 31 25 00

## DIMANCHE 20 OCTOBRE - CHATEAU DE CLERMONT

### CONCOURS DE CONFITURES à l'occasion du Fascinant Week-end

Ainsi qu'un quiz nutrition « Question pour un champignon ». Venez tenter votre chance !

De nombreux lots sont à gagner. L'après-midi se clôturera par un goûter gourmand.

A partir de 10h00. Rdv au Château : voie communale du Chef-Lieu à la Route Nationale 510.

Renseignements et inscription via Haut Rhône Tourisme de Seyssel : 04 50 59 26 56 ou le Bureau

d'information touristique de Frangy : 04 50 32 26 40. Mail : [contact@hautrhone-tourisme.fr](mailto:contact@hautrhone-tourisme.fr)

## MARDI 29 OCTOBRE - ANNEMASSE

### ATELIER DE CUISINE « Légumes d'automne : des recettes qui détonnent ! »

Suivi d'un atelier numérique sur l'utilisation du web au service de son alimentation et sa santé, ainsi qu'une dégustation gourmande.

De 14h à 17h30. Rdv à l'Espace Colette Belleville, 14bis rue des Amoureux, à Annemasse.

Inscription obligatoire via l'Espace C. Belleville : [animatrices.colette-belleville@annemasse.fr](mailto:animatrices.colette-belleville@annemasse.fr) /

04 50 84 23 06 / ou France Alzheimer 74 : [association@alzheimer74.org](mailto:association@alzheimer74.org) / 04 50 51 49 14

TOUS NOS EVENEMENTS SONT GRATUITS !

A BIENTOT !