

MANGER, UN PLAISIR ET UN DROIT POUR LES ÂÎNÉS !



Municipalité
amie des aînés

La nourriture est un besoin de base pour rester en vie et garder la forme. Pour vieillir en santé, une alimentation saine et de qualité est particulièrement cruciale. Les municipalités MADA des Pays-d'en-Haut offrent repas communautaires, popote roulante, ateliers de cuisine et autres ressources pour permettre aux aînés de bien s'alimenter tout en tissant un réseau de connaissances et d'entraide. Bon appétit !

Le **BOTTIN DES RESSOURCES EN ALIMENTATION** de la MRC des Pays-d'en-Haut vous renseignera sur tous les services disponibles.



Table des aînés de la MRC des Pays-d'en-Haut

Pour toute information sur les
services dédiés aux aînés,
communiquez avec
l'agente de liaison
de la Table des aînés

450-340-0520