

AMPER : PARTENAIRE DE LA COMMUNE EN LIVRAISON DE REPAS À DOMICILE

AMPER



Similiez-vous
le quotidien

**Bien vivre chez soi,
cela ne s'improvise pas**

**Aujourd'hui, en France, près de
90 % des personnes de plus de
60 ans vivent à leur domicile.
C'est la première solution
envisagée par les familles pour
leurs aînés.**

Malgré tous les avantages que cela comporte, force est de constater que la plupart des personnes âgées ont une alimentation qui n'est pas adaptée à leurs besoins (Etude Denizart 2004), à tel point que 30 à 50 % d'entre elles souffrent de malnutrition !

L'entourage peut être attentif (en observant de mauvaises habitudes alimentaires par exemple) et faire prendre conscience à la personne que sa mauvaise alimentation pourra engendrer des difficultés pouvant remettre en cause son maintien à domicile.

Tarifs

Formule midi

10,70 € le repas pour 1 personne seule
ou **9,70 €** le repas pour 2 repas commandés.

Formule midi + soir

16,55 € les 2 repas pour 1 personne seule
ou **15,45 €** les 2 repas pour 2 formules commandées.

- ▶ Des aides financières peuvent être obtenues auprès de votre caisse de retraite, mutuelle ou du Conseil Départemental.
- ▶ Vous avez aussi la possibilité d'obtenir un crédit d'impôt ou réduction d'impôt sur la part livraison.

**AMPER, c'est plus de 115 000 repas livrés en 2015
c'est aussi toute une gamme de services à domicile dans le Morbihan**
ménage, jardinage, garde d'enfant, accompagnement, courses...

Votre contact : Tiphaine GERGAUD au 02 97 46 53 14

www.amper.asso.fr

amper.prad@msa-services.fr

msa
SERVICES



Le portage de repas : une solution adaptée midi et soir



La livraison régulière de repas constitue une réponse à une mauvaise alimentation chez soi. C'est en effet la garantie d'une prise de repas régulière et équilibrée. Mais la perte de la capacité à cuisiner étant difficile à vivre, la personne s'efforce d'accepter l'idée d'un portage de repas chez elle.

C'est une solution complémentaire aux services d'aide à domicile. Une fois mis en place, ce service joue, au-delà de sa vocation nutritionnelle, un vrai rôle social en instituant des visites et veilles régulières, offrant ainsi une forme d'ouverture sur l'extérieur pour des personnes souvent isolées.

Des menus personnalisables

Basés sur des plats traditionnels, les menus sont copieux. Ils se composent de six éléments sélectionnés par une diététicienne. Vous avez le choix midi et soir avec possibilité de réponse personnalisée pour les personnes ayant une prescription de régimes spécifiques : pauvre en sucre, pauvre en graisse, pauvre en résidu.



Pour les personnes ayant des troubles bucco-dentaires et/ou de déglutition ou ayant des difficultés à utiliser la fourchette et le couteau, un menu à texture modifiée leur est spécialement réservé. Seuls les viandes et les légumes sont concernés. Ils sont moulinés et présentés séparément sans surcoût. Ils conservent ainsi leur saveur et leur goût d'origine.

