

SEPTEMBRE 2025 N° 107

NOUVEAUTE : Au menu du mois d'OCTOBRE



Boulettes de bœuf sauce à l'estragon
Mardi 14 octobre



Chili Con Carne
Mardi 21 octobre



Tartiflette montagnade
Samedi 01 novembre

LE SAVIEZ-VOUS : MALADIE DE PARKINSON

Où trouver écoute, soutien et aides ?

La ligne d'écoute de France Parkinson est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h30 à 12h30 pour un temps d'écoute et de soutien, ou pour accéder au dispositif d'aides financières, ou un soutien psychologique

Vous pouvez appeler le 01 43 43 43 15 ou écrire à soutien@franceparkinson.fr



**FRANCE
PARKINSON**

Libérons le mouvement

CONSEIL NUTRITIONNEL : LEGUMES DU MOIS DE SEPTEMBRE

Les légumes du mois de septembre sont riches en vitamines, minéraux et fibres, favorisent une bonne digestion, hydratent grâce à leur forte teneur en eau



Blettes



Epinards



Pommes de terre



Raisin



Banane



Prune

ZOOM :



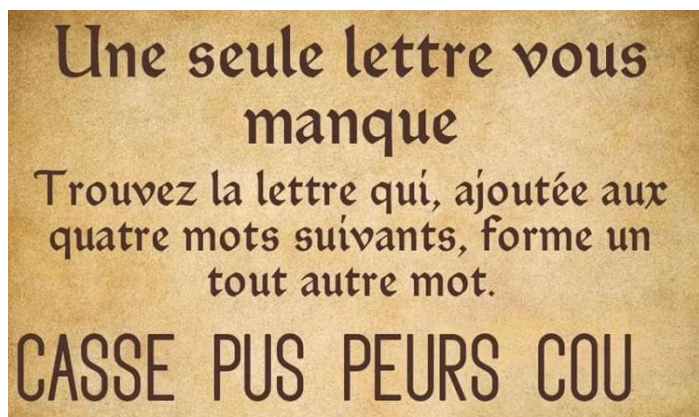
Un grand merci à Patricia ! 🎆

Après 20 années passées à sillonner les routes du Pays de Fayence et du canton de la Dracénie, Patricia prend aujourd'hui une nouvelle route : celle de la retraite !

Toujours souriante, disponible et professionnelle, elle a accompagné nos bénéficiaires avec énergie et bonne humeur tout au long de ces deux décennies.

Toute l'équipe lui souhaite une belle et heureuse retraite, pleine de nouveaux projets, de découvertes... et de repos bien mérité !

MOMENT DE DETENTE :



Réponse : La lettre manquante est le L (classe plus pleurs clou)