

Sensibilisation à l'eau pour les résidents du home Libert



Lors de cette après-midi conviviale, les seniors étaient invités à reconnaître 5 types d'eaux goûtées à l'aveugle. Malgré quelques erreurs dans l'ensemble, certains résidents sont arrivés à faire un sans faute !



Après cette première activité, la Cellule Santé/Viasano a préparé une macédoine de fruits frais aux aînés.

Les fruits contiennent une quantité importante d'eau. Manger plusieurs portions de fruits par jour, en plus de la quantité d'eau recommandée, permet donc d'apporter à l'organisme une hydratation optimale.

« Avoir envie de quelque chose rien qu'en entendant la présentation »



La deuxième animation consistait à trouver des expressions en rapport avec l'eau.

« En avoir l'eau à la bouche »



A la fin des activités, Madame Piheyns, Echevine de la Santé et de l'Environnement, a distribué à chaque participant, un marque-pages illustrant l'importance de boire de l'eau régulièrement.

