

# Portage de repas



## Qu'est-ce que le portage de repas ?

**Le service du portage de repas à domicile du CIAS (Centre Intercommunal d'Action Sociale) met en place une veille sociale quotidienne auprès des personnes de plus de 60 ans, malades ou dépendantes.**

En partenariat avec **un prestataire pour la confection**, le service propose un choix de **menus élaborés** à partir de produits frais et de saison sous la houlette d'une diététicienne garantissant une alimentation équilibrée et adaptée aux seniors.

- \* [Téléchargez ici la plaquette du portage de repas.](#)

**Chaque repas, validé par une diététicienne, est composé de 6 éléments :**


- \* Un potage
- \* Un hors-d'œuvre
- \* Une viande ou un poisson
- \* Un légume d'accompagnement
- \* Un fromage ou un produit laitier
- \* Un dessert ou un fruit
- \* Un pain

Des menus sans sucre ajoutés , sans sel ajoutés ainsi que sans sucre et sans sel ajoutés sont également proposés

## Comment commander mes repas la première fois ?

Après signature d'une convention, la mise en place des repas intervient dans un délai de 7 jours maximum :

- \* Retrait de(s) imprimé(s) au pôle de proximité de Caraman – 7 avenue du 8 mai 1945
- \* Demande de(s) imprimé(s) par mail : [portage.repas@terres-du-lauragais.fr](mailto:portage.repas@terres-du-lauragais.fr)



Afin de **répondre aux situations d'urgence** (*retour d'hospitalisation par exemple*), la mise en place des repas peut se faire sans délais.

Les **grilles des menus** sont ensuite distribuées aux bénéficiaires par les livreurs.

### Comment modifier ma commande ?

Les modifications peuvent être **enregistrées 48 heures avant la date de livraison** (hors weekend) prévue du repas.

Sans annulation ainsi notifiée par écrit, les repas seront facturés.