

DEPUIS 1992 sans interruption

MARAD Marche Auvergne Repas A Domicile

Initié par l'association du Haut-Pays de Marche Auvergne, le service de portage de repas au domicile des personnes âgées ou malade est né en 1992. Géré par une association, MARAD, ce service propose la livraison de repas produits en exclusivité à la cuisine de Les Mars par Laure Guillot et son équipe. Ces repas sont conditionnés dans un atelier agréé, sous contrôle des services d'hygiène et de santé réglementaires.



Cuisinés à partir de produits frais ou congelés, dans le respect du goût et de la tradition, les plats proposés sont livrés en barquette sous film plastique par véhicule réfrigéré tous les deux jours. Ils doivent être conservés au réfrigérateur jusqu'à leur utilisation, avant la date de péremption indiquée : ce sont des produits cuisinés frais. Les plats pourront être réchauffés si cela est nécessaire, notamment les potages et plats de résistance (de façon classique, casserole ou poêle, ou bien au micro-onde).

Comment ça marche ?

Pour bénéficier du service de livraison à domicile des repas proposé par MARAD, deux cas sont possibles :



- vous contactez directement l'association aux numéros de téléphone indiqués sur ce document ;
- Vous vous adressez aux services de votre mairie ou de votre Communauté de communes qui utilisent MARAD pour assurer le service de portage de repas à domicile.

Ensuite vous adhérez à l'association : l'adhésion est unique et définitive, vous ne payez qu'une fois au départ.

Ensuite, vous serez livré selon vos directives, tous les deux jours. Pour les personnes devant suivre un régime, il est nécessaire de préciser les contre-indications médicales (pas de sel, pas de sucre), les allergies alimentaires.

Vous pouvez suspendre ou arrêter les livraisons : les demandes, modifications ou annulations de commandes sont enregistrées impérativement **72 heures avant la date** prévue de la livraison.

La facturation est mensuelle, soit directement ou par l'intermédiaire de votre collectivité. Vous pouvez bénéficier de l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA) pour ce service si vous remplissez les conditions relatives à cette aide.



La composition d'un repas livré par MARAD, c'est :

Un potage
Un dessert
Une entrée



Un plat de résistance avec viande ou poisson et son accompagnement (légumes, pâtes, riz...)

Une part de fromage

Chaque semaine, le menu est distribué à l'avance. Vous pouvez ainsi demander des modifications selon vos goûts ou vos soucis.

Un repas équilibré