
Programme d'éducation thérapeutique du patient en surpoids ou obésité

La Maison de santé l'étoile, en partenariat avec le Réseaux de santé ROMDES, a le plaisir de vous proposer des ateliers d'éducation thérapeutique autour du surpoids et de l'obésité.

Cette démarche, financée par l'Agence Régionale de Santé, est entièrement gratuite.

Un programme d'éducation thérapeutique, **pour quoi faire ?**

- Echanger avec d'autres patients.
- Répondre aux questions du quotidien.
- Renforcer vos connaissances.
- Rencontrer notre équipe de soignants formés à l'éducation thérapeutique.

Adresse des ateliers : Maison des 3 arches ; 32 avenue Fernand Lefèbvre 78300 POISSY

Inscription auprès de Corinne Ravel (doctolib ou 01.30.74.00.07 touche 6).

Atelier 1 « Surpoids / obésité, une maladie ? »

Améliorer les connaissances sur l'obésité en tant que maladie chronique.

Atelier 2 « Alimentation, sensations et comportements alimentaires »

Avoir des connaissances et des outils de base pour être à l'écoute de ses sensations alimentaires.

Atelier 3 « Sédentarité et activité physique adaptée »

Comment limiter la sédentarité et favoriser la pratique d'une activité physique adaptée régulière.

Atelier 4 « Synthèse et objectif pour la suite »

Évaluer et consolider les acquis des 3 précédents ateliers. Se projeter pour la suite

Ces ateliers d'1h30 à 2h regroupant 6 à 10 patients sont pris en charge mais une inscription par un professionnel de santé est obligatoire. En vous inscrivant, vous vous engagez à être disponible pour les 4 ateliers.