

Les ateliers de

bob

Education thérapeutique dédiée à
l'obésité de l'enfant et de l'adolescent



**Vous rencontrez des difficultés au quotidien,
concernant l'excès de poids de vos enfants,**

**vous avez des questions,
vous voulez des informations,**

vous êtes les bienvenus !



NOUS VOUS PROPOSONS UN PROGRAMME ADAPTÉ

- pour mieux comprendre l'obésité de l'enfant,
- pour mettre en avant et favoriser vos capacités,
- pour avoir les moyens d'être autonome et d'agir,
- pour exprimer et partager votre vécu avec d'autres patients et familles.

EN PRATIQUE, COMMENT ÇA SE PASSE ?

Bilan éducatif partagé

Apprendre à vous connaître, à cerner vos habitudes, vos besoins et connaître vos objectifs. Le bilan est fait lors d'une hospitalisation de jour en pédiatrie (1^{er} étage Hôpital Arnaud de Villeneuve).

L'organisation

Les ateliers s'organisent en demi-journées les jeudis après-midi. Chaque demi-journée comprend un atelier thérapeutique diététique, un atelier santé et une initiation à l'activité physique en famille.

Programmation de votre parcours

L'équipe soignante vous inscrit aux demi-journées en fonction des résultats du bilan éducatif partagé.

PROGRAMME DES DEMI-JOURNÉES

1 Santé et équilibre alimentaire

Comprendre l'obésité

Bouger en famille

2 Choisir ses aliments et lire les étiquettes alimentaires

Développer son activité physique quotidienne

Bouger en famille

3 Les règles d'or du repas

Les écrans

Bouger en famille

4 Sensations alimentaires

Le sommeil

Bouger en famille

5 Repas à l'extérieur et plaisirs

Prendre soin de soi, Hygiène

Atelier de mise en beauté en famille



COMMENT SE RENSEIGNER ?

Contactez le secrétariat des consultations du CSO

au : 04 67 33 65 06

Mail : csopediatrie@chu-montpellier.fr

COMMENT S'INSCRIRE ?

Après du médecin du CSO en consultation.

Où et quand se déroulent les demi-journées ?

A l'Hôpital Arnaud de Villeneuve
Consultations de pédiatrie au 1^{er} étage
Les jeudis après-midi de 13h30 à 17h00

L'EQUIPE

Dr Claire JEANDEL, Pédiatre

Dr Jeanne MCGUINNESS, Endocrinologue

Dr Fabienne DALLA-VALE, Pédiatre

Sabine AGUILAY, Infirmière

Laura JLIDAT, Auxiliaire de puériculture

Alexandra L'HOSTETTE, Diététicienne

Catherine SCHIESSER, Diététicienne

Sylvie JUSSERAND, Cadre de santé

Helga SCOTTO, Secrétaire

