

Et après ?

Vous pourrez conserver un contact :

➔ par messagerie électronique avec l'équipe pluridisciplinaire pour tout renseignement complémentaire ou un conseil sur la poursuite des actions initiées durant le programme.

A l'issue du programme, et pour assurer votre suivi, vous pourrez bénéficier :

➔ d'un accompagnement diététique et / ou psychologique en consultation au centre hospitalier.



Nous contacter.

Vous êtes intéressé(e), vous vous posez des questions ?

Vous pouvez joindre l'équipe pluridisciplinaire, du lundi au vendredi de 09:00 à 17:00

➤ ☎ 05.46.59.50.26

➤ etp.chirurgie@ch-angely.fr

Accéder au Centre Hospitalier de St Jean d'Angély.

18 avenue du Port
17415 Saint Jean d'Angély



Journée d'ateliers en groupe

Pour vous aider à perdre du poids

(Adultes avec un IMC ≥30)



Centre Hospitalier de St Jean d'Angely
18 avenue du port
17415 Saint Jean d'Angély cedex



Dans quel but ?

Vous ne pouvez pas bénéficier d'une chirurgie de l'obésité ou vous ne souhaitez pas recourir à la chirurgie :

Ce programme a été conçu pour vous accompagner dans votre projet de mieux-être et de perte de poids par le biais d'ateliers et d'échanges.



Cette journée vous permettra :

- d'échanger avec des personnes qui connaissent les mêmes difficultés que vous,
- de développer ou approfondir vos connaissances sur l'alimentation,
- d'apprendre à lire les étiquettes alimentaires,
- de trouver des astuces pour mettre en place une activité physique adaptée à vos possibilités et à vos besoins.

Comment ?

- ┆ Un entretien de préparation pour recueillir vos attentes et vos besoins.
- ┆ Groupe de 4 à 8 personnes.
- ┆ Sur une journée : le mardi de 9:00 à 17:00.
- ┆ Possibilité de prendre le déjeuner sur place.
- ┆ Des ateliers interactifs et ludiques



Avec qui ?

Une équipe pluridisciplinaire pour vous accompagner :

- une diététicienne,
"L'alimentation : le carburant de mon corps."
"Ça roule pour mes achats."
- une psychologue,
"Je mange donc je suis."
- un éducateur sportif :
"Astuces pour augmenter mon activité physique journalière."

