

PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE ET ACTIVITÉ PHYSIQUE



OBJECTIFS

- > S'approprier les notions d'équilibre alimentaire en y intégrant la notion de plaisir
- > Identifier les risques d'un syndrome métabolique et devenir acteur de sa santé
- > Définir et comprendre l'importance d'une activité physique et l'adopter
- > Mettre à disposition des outils adaptés

POUR QUI ?

Programme adressé aux patients recevant un traitement psychotrope avec risque de surpoids et de syndrome métabolique

COMMENT ?

L'adressage se fait via un courrier médical

CONTACT

- > Tél : 01 30 09 65 00
- > plateforme.rehab78nord@th-rousseau.fr

LIEU

Centre de réhabilitation psychosociale
10, rue Jean Jaurès
78360 MONTESSON

DÉROULEMENT DU PROGRAMME

- > Bilan Éducatif Partagé
- > 9 séances de 2 heures en groupe, les lundis après-midi
- > Équipe pluridisciplinaire : médecin psychiatre, infirmière, psychomotricienne, diététiciennes et coach sportif
- > Évaluation et suivi post-programme



Si vous souhaitez plus d'informations,
scannez le QR code ci-contre
ou allez sur www.th-rousseau.fr/plateforme-rehab78nord

