Education thérapeutique du patient

Obésité de l'adulte

Ce programme peut vous permettre d'acquérir les compétences pour mieux vivre au quotidien avec votre maladie et améliorer votre qualité de vie.

- **Il s'adresse aux personnes présentant un surpoids ou une obésité afin de connaitre et prévenir les complications à long terme et développer des compétences spécifiques pour gérer de manière autonome la problématique de poids au quotidien.**
- **Différents ateliers vous seront proposés par différents professionnels:**
  - *Apprendre à se connaitre*
  - *Equilibre alimentaire et composition des repas*
  - *Mieux manger en gardant une convivialité*
  - *Les étiquettes, les courses, les idées reçues: comment s'y retrouver?*
  - *Une activité physique à ma portée*
  - *Le changement c'est maintenant*
- **Notre équipe peut également vous accompagner avec d'autres programmes:**
  - Diabète de l'adulte
  - Diabète gestationnel
  - L'insulinothérapie fonctionnelle

L'équipe

- Médecin
- Diététicienne
- Psychologue
- Éducateur sportif
- Kinésithérapeute
- Secrétaire

À votre écoute et celle de vos proches pour des séances individuelles, collectives en présentiel.

Contact

Pour en savoir plus, vous pouvez contacter le secrétariat du lundi au vendredi de 8h00 à 16h00

- Tel : 04 92 03 77 20

chu de Nice