



## Des locaux adaptés

*Située dans l'enceinte du Département de Soins de Suite et Soins de Longue Durée, la structure est spécialement construite et entièrement dédiée à ce programme d'éducation thérapeutique.*

### Espaces thérapeutiques

- une salle d'éducation thérapeutique
- une cuisine pour les ateliers diététiques
- un parcours santé avec ateliers extérieurs
- une salle d'activité physique
- une piscine de balnéothérapie

### Espaces de détente et de vie quotidienne

- une salle de repos équipée de fauteuils adaptés
- des sanitaires avec douches
- des salons à disposition des accompagnants



Direction de la communication - Crédits photos : C. Rouger-Jouannet, CHU Angers - septembre 2016

# Comprendre ma maladie, modifier mes habitudes



## Programme d'éducation thérapeutique pour patient atteint d'obésité

Centre Hospitalier Universitaire d'Angers

Département endocrinologie-diabétologie-nutrition

4, rue Larrey - 49933 Angers Cedex 9  
02 41 35 34 31

Hôpital de jour - DSSSLD

43, rue des Claveries - 49124 St-Barthélémy-d'Anjou  
02 41 35 63 86

[www.chu-angers.fr](http://www.chu-angers.fr)

Rubrique : offre de soins

> département d'endocrinologie-diabétologie-nutrition

> département de soins de suite et soins de longue durée

Département de Soins de Suite et Soins de Longue Durée  
Site de Saint-Barthélémy-d'Anjou  
Hôpital de jour

**CHU**  
**ANGERS**  
CENTRE HOSPITALIER  
UNIVERSITAIRE



## Devenir autonome dans la prise en charge de son obésité

L'unité dédiée au suivi des patients atteints d'obésité propose une prise en charge innovante fondée sur les principes d'éducation thérapeutique.

Une équipe médico-soignante du CHU accompagne les patients vers une modification de leur comportement tant sur le plan de l'activité physique, que sur ceux de l'alimentation ou des aspects psychologiques. Le suivi repose sur une personnalisation du programme et les bienfaits d'un travail collectif.

### Pour qui ? .....



Les personnes adultes

- ayant un IMC supérieur à 35,
- ayant ou non le projet d'intégrer un programme de chirurgie bariatrique
- ou en échec après une chirurgie.

### Avec qui ? .....



Vous êtes accompagnés par une équipe pluridisciplinaire comportant : médecin, diététicienne, psychologue, infirmière, enseignant d'activité physique adaptée, masseur kinésithérapeute, art thérapeute, socio-esthéticienne et cadre de santé.

Outre l'animation d'ateliers collectifs, ils effectuent des entretiens individuels et vous accompagnent dans votre démarche personnelle.

### Un programme personnalisé .



Ce programme de 5 semaines repose sur un suivi individuel enrichi des bienfaits du travail collectif. Il comporte :

- Des ateliers permettant de mieux comprendre et d'échanger autour de l'obésité (causes, conséquences, vécu...)
- Des ateliers autour de l'alimentation
- Des séances d'activités physiques personnalisées

Les patients sont accueillis par groupe de 8, un jour sur deux.

« Cette alternance permet d'éviter une rupture complète avec l'environnement proche. »

rappelle le Docteur Hélène Leiber en charge de l'unité.



## 5 semaines pour être acteur de sa santé

Un premier contact avec le patient est effectué en vue d'identifier ses besoins.

### SEMAINE 1

#### > Les prémices du changement

Entretiens individuels avec la psychologue, la diététicienne, une infirmière, l'enseignant d'activité physique adaptée et le médecin, pour évaluer les besoins de la personne.

### SEMAINES 2 à 4

#### > Une démarche en 4 approches

##### L'approche physique

Réapprendre des gestes simples et découvrir le plaisir de s'investir physiquement : ateliers d'activité physique, kinésithérapie.

##### L'approche alimentaire et comportementale

Se confronter aux situations relatives à l'alimentation : ateliers diététiques et lecture des étiquettes, ateliers sensoriels autour du goût et des sensations alimentaires.

##### L'approche psychologique

Changer la façon de vivre son obésité : art thérapie, séances de discussions thématiques (estime de soi, relation au corps, relation au regard de l'autre, les émotions...).

##### L'approche esthétique

Prendre soin de soi et se réconcilier avec l'image de soi.

### SEMAINE 5

#### > Le temps des projets concrets

Mise en place de projets concrets pour la sortie : programmation d'hospitalisations de jour plusieurs semaines après le programme initial pour évaluation, organisation d'un suivi à long terme (faire le point et se fixer des objectifs pour maintenir ses efforts...).