

L'équipe

Pédiatres

Educateurs en Activité Physique Adaptée

Puéricultrices

Infirmière en Pratiques Avancées

Diététiciennes

Psychologue

Infirmières

Internes



Contact

Secrétariat de Pédiatrie du CHU :

02 41 35 56 55

- Un premier rendez-vous de consultation sera programmé par la secrétaire.
- Puis, une date de première rencontre de groupe vous sera proposée.

Centre Hospitalier Universitaire d'Angers
4 rue Larrey - 49933 Angers Cedex 9
www.chu-angers.fr



Programme d'Éducation Thérapeutique

Programme MYPOP :
Mon Parcours Obésité
Pédiatrique

Direction de la communication CHU Angers - © freepik.com - Juin 2023



L'éducation thérapeutique, qu'est-ce que c'est ?

L'éducation thérapeutique permet aux patients d'acquérir une meilleure connaissance de leur maladie, ainsi que les compétences nécessaires pour vivre au mieux avec leur maladie chronique.

Le programme MyPop

Pour qui?

Les enfants en situation d'obésité entre 7 et 16 ans et leur famille.

Pour modifier durablement le comportement alimentaire et le mode de vie, pratiquer une activité physique en prenant du plaisir, retrouver l'estime de soi et le tout en famille!

Pourquoi?

Quand?

Le mercredi après-midi, au rythme qui vous convient.

Participation minimum de 3 ateliers sur 2 ans.

A la fin des 2 années, le suivi est confié au réseau de ville.

Quel contenu ?

1. Une première rencontre :

« Check-Point » pour l'explication de tout le parcours.

2. Des ateliers thématiques de groupe :



• « L'équilibre alimentaire »

Laitages, viande, desserts sucrés, fruits... Mais quand ?



• « A Table »

Venez cuisiner avec nous !



• « Un pas en avant »

L'éducateur sportif vous attend !!



• « Super Moi ! »

La confiance en soi, ça se gagne !!



• « Super-look » (Jeunes)

L'image de soi, on en parle ?



• « Qu'est-ce qu'on mange ce soir ? » (Parents)

Revisitez les repas du soir avec notre diététicienne



• « En toutes circonstances »

Pique-nique, apéro, anniversaire... Adoptez de bons comportements dans votre vie de tous les jours !!



• « Les écrans et mon activité »

Utilisation des écrans
Quelles stratégies pour les limiter ?

• **Des ateliers individuels** pour travailler sur le grignotage, animés par une IDE/Puer.

• **Des consultations individuelles** avec un médecin, une Infirmière en Pratique Avancée, une diététicienne plusieurs fois pendant le parcours.