

# COUP DE POUCE

## 3 THÉMATIQUES, 3 COUPS DE POUCE



ACTIVITÉ PHYSIQUE



DIÉTÉTIQUE



TABAC

## LA PRISE EN CHARGE



IDENTIFICATION DU BESOIN  
VISITE DE SUIVI DES PRESTATIONS MÉDICALES



RÉCEPTION DE LA DEMANDE



1 APPEL TÉLÉPHONIQUE



ORIENTATION VERS DES RESSOURCES  
LOCALES



COMPTE-RENDU GLOBAL DE LA PEC

# Ateliers bien'vivre



3 THÉMATIQUES

AU CHOIX

Écouter, comprendre et prendre soin de mon corps

À vos plats, prêts, bougez !

Le QUIZ des idées reçues sur l'activité physique et l'alimentation

Des Stress & Vous

(Déstressez-vous)

1 FOIS PAR MOIS



EN VISIO OU EN

PRÉSENTIEL

POUR TOUS LES PATIENTS

Des petits groupes pour plus d'échange

FLYERS ET AFFICHES  
À VOTRE DISPOSITION



UNE ÉQUIPE

EXPERTE

CO-ANIMÉ PAR :

Un EAPA (Enseignant en Activité Physique Adaptée) et un Diététicien

FORMATION

- 40 HEURES ETP
- Formés au maintien de la pédagogie en Visio

# AUTON'HOME

SUR  
3 MOIS



INITIATION



ENTRETIEN  
MOTIVATIONNEL



PLAN D' ACTIONS  
PERSONNALISÉ



ORIENTATION VERS DES  
RESSOURCES LOCALES

À LA CARTE



ÉVALUATION NUTRITIONNELLE  
& CONSEILS DIÉTÉTIQUES

POUR AIDER UN PATIENT À ÉVITER OU COMPENSER  
UNE PERTE DE POIDS

- Conseils d'enrichissement
- Mise en place d'une complémentation orale au besoin

POUR AIDER UN PATIENT A UN REÉQUILIBRAGE  
ALLIMENTAIRE

- Sensibilisation à la pleine conscience
- Formation de l'équipe au sein du GROS (Groupe de réflexion sur l'obésité et le surpoids)

VISITES



Installation & Bilan

SUIVI



Appels  
téléphoniques  
individualisés en  
fonction du besoin