



**PROGRAMME D'ÉDUCATION
THÉRAPEUTIQUE AU CENTRE
HOSPITALIER LA PALMOSA**

Pour qui ?

- *Toute personne en excès de poids avec ou sans hypertension artérielle*

Pourquoi?

- *Être plus autonome par rapport à sa maladie*
- *Améliorer sa qualité de vie*
- *Eviter les complications*

Renseignements

INSCRIPTION GRATUITE

en appelant le secrétariat médical au
04 93 28 75 50



**PROGRAMME D'ÉDUCATION
THÉRAPEUTIQUE AU CENTRE
HOSPITALIER LA PALMOSA**

**Surpoids et obésité avec
ou sans hypertension
artérielle (HTA)**



Soyez acteur de votre santé

**UNE EQUIPE
PLURIDISCIPLINAIRE A VOTRE
ECOUTE**

Médecin, Pharmaciens, Infirmiers,
Préparateur, Kinésithérapeute,
Enseignant en activités physiques,
Diététiciens, Chef cuisinier,
Psychomotricienne



PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE AU CENTRE HOSPITALIER LA PALMOSA



Le projet d'éducation thérapeutique est réalisé sous forme d'ateliers théoriques et pratiques, de manière collective et individuelle avec:

- Une réadaptation et réentraînement à l'effort en salle et en balnéothérapie sous l'encadrement d'un kinésithérapeute et d'un enseignant en activités physiques.
- Des groupes de paroles et d'expressions corporelles animés par la psychomotricienne.
- Des séances de Tai-Chi animées par l'animateur formé.



PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE AU CENTRE HOSPITALIER LA PALMOSA

- Des ateliers théoriques sur le surpoids et l'obésité avec ou sans HTA.
- Des ateliers pratiques de cuisine permettant de mettre en application les apports théoriques (réalisation de menus sous l'encadrement de diététiciens).



Ce programme d'éducation thérapeutique est autorisé par l'Agence Régionale de Santé.