

4 SEMAINES POUR ETRE ACTEUR DE SA SANTE !

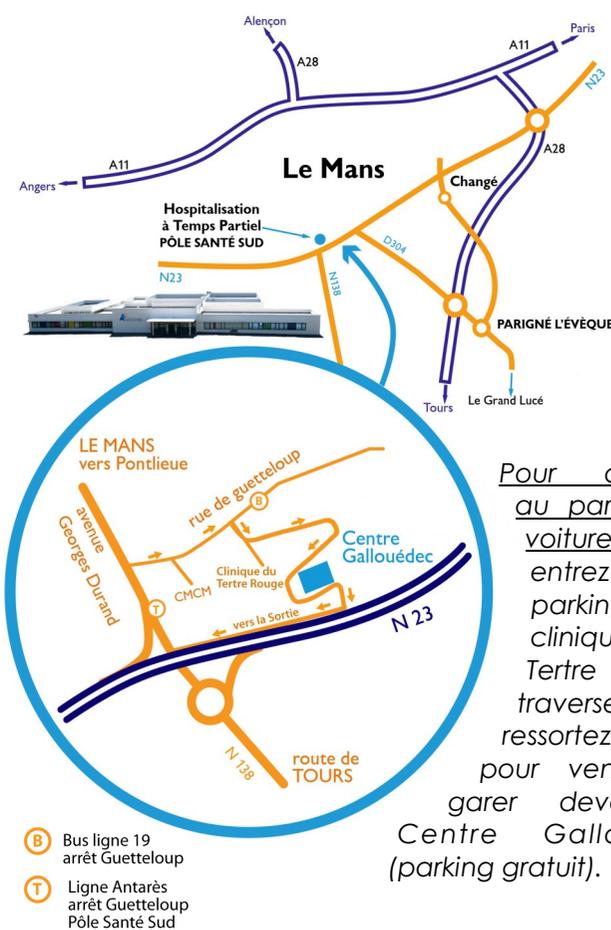
Véritable alternative à l'hospitalisation complète, ce service vous propose **une approche innovante** de prise en charge de votre obésité encadrée par une équipe pluridisciplinaire.

Cette prise en charge globale se déroule sur **4 semaines consécutives, à raison de 4 demi-journées par semaine, par groupe de 6 patients.**

Modalités d'admission :

Cette prise en charge est accessible à toute **personne de plus de 16 ans souffrant d'une surcharge pondérale (IMC>30)**, motivée ou en demande d'une prise en charge comportementale globale.

Si vous êtes intéressé(e) pour intégrer ce programme, contactez le secrétariat du service qui vous donnera la procédure à suivre. Pour le joindre appelez l'accueil au **02 44 71 86 86.**



Pour accéder au parking en voiture :
entrez par le parking de la clinique du Tertre Rouge, traversez-le et ressortez aussitôt pour venir vous garer devant le Centre Gallouédec (parking gratuit).



Prise en charge de l'obésité

Pour adultes et grands adolescents

CENTRE F. GALLOUÉDEC

Hospitalisation de jour

Site du Pôle Santé Sud - rue de Guetteloup
72100 LE MANS
Tel. : 02.44.71.86.86

www.centre-gallouedec.com

Établissement géré par
l'Association d'Hygiène Sociale de la Sarthe

www.ahs-sarthe.asso.fr



Hospitalisation de jour
Site du Mans - Pôle Santé Sud

L'objectif est de vous accompagner vers la restauration d'un comportement alimentaire régulé au travers d'activités individuelles et collectives.

Cette prise en charge en journée évite la rupture avec votre environnement et vous permet de mettre directement en pratique au domicile, les conseils donnés par l'équipe.

Une équipe pluridisciplinaire

- Médecin nutritionniste,
- Diététicien(ne)
- Enseignant(e) Activités Physiques Adaptées (APA)
- Kinésithérapeute
- Psychologue



4 semaines, 4 axes de travail pour vous rendre autonome dans la prise en charge de votre obésité.

Dans un objectif de prise en charge globale, le programme s'organise en 4 axes :

◆ Une prise en charge médicale

Élaboration d'un projet de soins individualisé, cohérent et raisonnable.

◆ Un accompagnement psychologique

Repérage des dysfonctionnements dans la relation à la nourriture, ceci afin d'apprendre à les gérer en participant à des :

- entretiens individuels,
- ateliers de groupe (gestion des émotions, relation au corps et affirmation de soi).

◆ Des conseils et expériences diététiques

L'objectif est de restaurer une relation saine à l'alimentation en apprenant à écouter ses sensations alimentaires à travers :

- des séances de dégustation et des repas thérapeutiques,
- des expériences de faim et de rassasiement.

◆ Des activités physiques et psychomotrices

Restauration du schéma corporel et réadaptation progressive à l'effort par le biais de :

- séances d'activités physiques en piscine,
- séances de marche en extérieur,
- séances de relaxation.