



Programme d'éducation
thérapeutique
soutenu par l'ARS Occitanie



Votre médecin, diététicienne, psychologue, un ami ou un proche vous a parlé d'un programme d'éducation thérapeutique pour les patients obèses, ce document est fait pour vous !

Qu'est-ce que l'éducation thérapeutique ? En quoi peut-elle m'être utile ?

L'éducation thérapeutique a pour but de répondre à vos questions. Elle peut vous aider à acquérir ou à maintenir des compétences pour gérer et comprendre au mieux votre maladie.

Comment se déroule l'éducation thérapeutique des patients atteints d'obésité à l'hôpital de Béziers ?

Il existe **une session par mois** tout au long de l'année. Celle-ci est **composée de 12 ateliers différents** au choix et se déroule sur un mois.

2 à 3 ateliers sont proposés par semaine. Un atelier dure 1h30. Vous devez en choisir 4 au minimum pour participer au programme.

Les ateliers ne sont pas obligatoires, cependant, une fois que vous êtes inscrit vous êtes tenu d'y participer.

Déroulement de ma session :

- 1/ Je bénéficie d'un **entretien individuel initial** avec un professionnel de santé (*médecin, infirmier, diététicien-nutritionniste*) au début du programme (*durée 1h*)
- 2/ Je choisis **les ateliers** auxquels je veux participer (*liste au verso*)
- 3/ Je bénéficie d'un **entretien individuel de synthèse** avec un professionnel de santé (*durée 1h*) une fois que j'ai participé aux ateliers.

LES 12 ATELIERS

VIVRE MIEUX, VIVRE EN FORME

Semaine 1 :

- **Atelier 1** - Comprendre et soigner mon obésité
- **Atelier 2** - Mon alimentation, ma santé
- **Atelier 3** - Pourquoi je mange ?

Semaine 2 :

- **Atelier 4** - Identifier ses sensations alimentaires
- **Atelier 5** - Comprendre et accueillir ses émotions
- **Atelier 6** - Activité physique adaptée

Semaine 3 :

- **Atelier 7** - Le parcours de préparation préopératoire, quel intérêt ?
- **Atelier 8** - Bénéfices et risques d'une chirurgie de l'obésité
- **Atelier 9** - Tout savoir sur l'intervention

Semaine 4 :

- **Atelier 10** - Quelle alimentation après une chirurgie bariatrique ?
- **Atelier 11** - Vivre avec une chirurgie bariatrique
- **Atelier 12** - Je me fais du bien avec mon corps

Contact Educare :

Infirmière : Nadège Bonnevialle

Prise de rendez-vous : **04 67 35 77 65**
(permanence le jeudi de 9h à 17h)

ou par le standard au 04 67 35 70 35

par mail : education.therapeutique@ch-beziers.fr

