

## L'éducation thérapeutique

### Qu'est-ce que c'est ?

Ce sont des ateliers collectifs dans le but d'aider les patients à acquérir de nouvelles connaissances et compétences sur leur maladie, afin d'améliorer le quotidien, la qualité de vie.

Ces ateliers et séances sont animés par différents professionnels tous formés à l'éducation thérapeutique.

### L'équipe MyPOP

Pédiatre

Puéricultrices

Diététiciennes

Psychologues

Enseignants en Activité Physique  
Adaptée

Infirmières

Internes



### Contact

Secrétariat de pédiatrie :

02 41 35 56 55



Centre Hospitalier Universitaire d'Angers

4 rue Larrey - 49933 Angers Cedex 9

[www.chu-angers.fr](http://www.chu-angers.fr)



Direction de la communication CHU Angers - © Freepik et Canva - Novembre 2024

## Programme d'Éducation Thérapeutique

MyPOP  
Mon Parcours Obésité  
Pédiatrique

## Le programme

Pour les enfants en situation d'obésité entre 7 ans 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 !

Les ateliers collectifs sont proposés le mercredi après-midi au rythme qui vous convient au CHU et aux Capucins.

## Le déroulement

### 1. Une première rencontre avec une infirmière

Pour faire connaissance, définir vos besoins, lors d'une hospitalisation de jour

### 2. Un premier atelier collectif de présentation du parcours

### 3. Un suivi avec l'infirmière référente et la diététicienne lors de séances individuelles régulièrement dans le parcours

### 4. Un bilan à 2 ans avec le pédiatre endocrinologue

## Les ateliers proposés

### Des séances collectives



- ✓ **L'équilibre alimentaire :** laitages, viande, dessert sucrés, fruits... Mais quand ?



- ✓ **A table :** Venez cuisiner avec nous



- ✓ **Un pas en avant :** L'enseignant APA vous attend



- ✓ **Bulle de soi 1 :** La confiance en soi ça se gagne



- ✓ **Bulle de Soi 2 :** L'image de soi, on en parle ?



- ✓ **Atelier parents :** « qu'est-ce qu'on mange ce soir ? » Revisiter les repas du soir



- ✓ **En toutes circonstances :** Pique-nique, apéro, anniversaire...Quels comportements adopter ?



- ✓ **Les écrans et nous :** quelles stratégies pour les limiter ?

### Des séances individuelles

Pour travailler sur le thème du grignotage, avec une infirmière puéricultrice

