



**Polyclinique du Sidobre**  
un établissement du Groupe Vitalia

## L'équipe d'éducation thérapeutique

### **Diabétologues :**

- Dr A. LAFON-CANTIE
- Dr C. BOULANGER-RAYSSAC
- Dr S. CABAUSSEL-JEANROT

### **Secrétaire :**

- Mme S. REY

### **Diététicienne :**

- Mme C. MAURIES

### **Psychologue :**

- Mme J. BAEZ

### **Educateur sportif :**

- M. F. THOMAS

## Accompagnement des enfants et des adolescents en surpoids

Nous proposons un

Programme d'Éducation Thérapeutique

Pour aider votre enfant à améliorer

la prise en charge de son surpoids et mieux agir.

**Polyclinique du Sidobre**  
**Chemin de saint Hippolyte- 81 100 CASTRES**  
**Secrétariat Endocrinologie (consultation n°5)**

**Tél : 05 63 71 88 39**

[www.vitalia-sidobre-castres.com](http://www.vitalia-sidobre-castres.com)

# L'éducation thérapeutique pour les enfants et adolescents en surpoids

## PROGRAMME DE LA PREMIERE JOURNEE :

**9h00** : Accueil et présentation du déroulement de la journée.

**9h30** : Restitution du diagnostic éducatif et négociation des objectifs.

**10h-10h45** : Groupe de parole pour les enfants avec la psychologue.

Séance pour les parents avec le médecin.

### Pause

**10h45-11h45** : Groupe de parole pour les parents avec la psychologue.

**11h00-11h30** : Séance n°1 « Comprendre son surpoids » avec le médecin.

**11h30-12h15** : Séance n°2 « Les groupes d'aliments, l'équilibre du menu »  
Avec la diététicienne.

### Repas des enfants sous forme de buffet.

**14h00** : Séance n°3 « Activité physique »

**16h00-17h00** : Synthèse de la journée, goûter avec les parents et les enfants.

## PROGRAMME DE LA DEUXIEME JOURNEE :

**9h00** : Accueil et retour sur la première journée.

**9h30-10h30** : Groupe de parole pour les enfants avec la psychologue.

Séance éducative « harmoniser les habitudes alimentaires dans la famille » pour les parents avec le médecin et la Diététicienne.

2 possibilités pour la SEANCE 4 en fonction des besoins éducatifs du groupe:

10H30 -11H00 : **pause fruits**

11H00 -12H00: **SEANCE 4** : les grignotages  
(Diététicienne).

11H00 -12H00 : groupe de paroles parents  
(Psychologue)

10H30 -10H45 : **pause fruits**

10H45 -12H00 : **SEANCE 4**  
Consommer des fruits  
et légumes (diététicienne)  
*Séance pour les parents et les  
enfants.*

### Repas des enfants sous forme de buffet.

**14h00** : Séance n°5 « Activité physique »

**16h00-17h00** : Synthèse de la journée, goûter avec les parents et les enfants.