

Début des ateliers : mai 2025

Les rencontres auront lieu sur des temps d'hospitalisation donc il n'y aura pas de frais pour les familles

Inscription sur demande des familles



L'enfant et sa famille en feront la demande par mail auprès du coordinateur :
saimerenfaim@ch-hopitauxduleman.fr

Le volontariat et la motivation de l'enfant sont deux préalables indispensables à l'inclusion dans le programme.

La motivation de l'enfant sera évaluée lors de la première rencontre.



Les Hôpitaux du Léman

3 avenue de la Dame
74200 Thonon-les-Bains

Intégrer le programme :
saimerenfaim@ch-hopitauxduleman.fr

www.hopitauxduleman.fr



S'aimer en faim

**Programme
d'accompagnement des
adolescents en situation de
surpoids ou d'obésité**

Un suivi adapté et sur le long terme

Programme en groupe de 8 à 12 jeunes



1 premier rendez-vous pour évaluer la motivation

10 rencontres (avec ou sans parents en fonction des thématiques)

6 journées d'acquisition à raison d'une fois par mois

3 journées de suivi / bilan à raison d'une fois par semestre

Suivi régulier par téléphone avec l'infirmière coordinatrice



Exemples de thèmes abordés

PRENDRE SOIN DE SOI

ACTIVITÉ PHYSIQUE

IMAGE ET ESTIME DE SOI

POURQUOI JE MANGE ?

L'ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE

LE SOMMEIL

LES ÉMOTIONS

LES ÉCRANS

Les séances seront ciblées pour les adolescents et seront ajustées en fonction des besoins des personnes présentes.

En parallèle les parents seront accueillis avec un autre professionnel.

Une équipe dédiée

Une équipe pluriprofessionnelle dynamique accompagne et soutient les jeunes en situation de surpoids ou d'obésité ainsi que leurs familles durant 2 années :

- 1 Infirmière coordinatrice du projet
- 1 Pédiatre
- 1 Diététicienne
- 1 Maman partenaire et nutrithérapeute
- 1 Psychologue
- 1 Enseignant en Activité Physique Adaptée
- Des intervenants extérieurs (sophrologue, musicothérapeute...)

