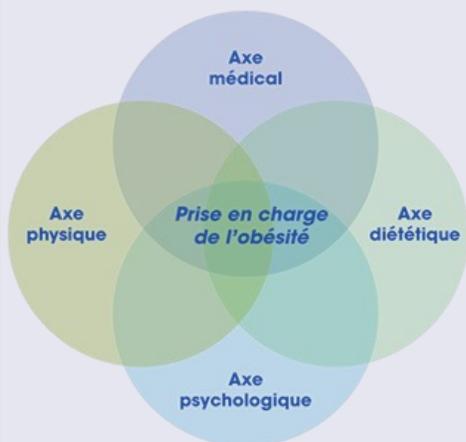


Nous, prestataires, sommes régulièrement confrontés aux difficultés rencontrées par le patient vivant avec un excès de poids. Interpellés par cette problématique, nous avons décidé de nous unir pour vous proposer un projet multidisciplinaire dans la gestion de votre poids et la recherche d'un mieux être.



Pour ce nouveau projet, nous vous proposons une approche suivant différents axes:

Axe diététique

- Cuisine équilibrée,
- cuisine santé, cuisine plaisir,
- Décodage des étiquettes.

Axe physique

- Retrouver des sensations corporelles,
- Redonner à son corps le plaisir de bouger.

Axe médical

Axe psychologique

- La gestion des émotions, du stress,...
- Ecoute de soi et de son corps qui « parle ».

MAIS ENCORE ...

Dans le menu que nous vous proposons, un ingrédient reste néanmoins indispensable:

VOUS!

Vous l'aurez compris, l'aboutissement de ce projet nécessite toute votre motivation. Dans cette optique, un entretien motivationnel sera réalisé au préalable.



ET CONCRÈTEMENT ...

Ce projet vous tente ?

Voici quelques détails pratiques:

QUOI: 10 séances de 2h30 comprenant de la kiné, de la diététique et un coaching psychologique.

QUAND: le samedi de 10h à 12h30 (les dates précises seront fournies lors de la première séance d'informations qui se déroulera prochainement à la Maison Médicale de Bièvre).

COMBIEN: 20 euros/séance avec participation obligatoire à la totalité du module et 25 euros pour l'entretien motivationnel.

QUI:

Diététicien: Amaury Collin

Psychologue : Charlotte Sipura

Kinésithérapeutes: Claude Maldague,

Odile Theret,

Mélanie Massin.

RENSEIGNEMENTS

Ce projet s'adresse aux personnes présentant un **BMI entre 30 et 35** avec présence au moins de deux pathologies associées à l'obésité.

Pour tous renseignements complémentaires ou inscriptions, n'hésitez pas à prendre contact avec le secrétariat de la maison médicale de Bièvre au **061/86.01.36** ou via le site internet:

www.maisonmedicaledebievre.be/projet-obesite/

Le secrétariat est joignable du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 13h à 18h.

* Si vous souhaitez connaître votre BMI :
medicalcul.free.fr/bmi.html



Votre poids, un combat au quotidien ?

Promoteur du projet:

Maison Médicale de Bièvre asbl

Rue de la Wiaule, 7

5555 Bièvre