



Programme d'activités pratiques et ludiques sous forme d'ateliers collectifs et d'entretiens individuels pour accompagner l'enfant et sa famille vers un mieux-être alimentaire et physique

Dr Marion DEFER, médecin coordonateur du Pôle de Prévention
Centre Hospitalier Simone-Veil de Beauvais

Informations et contacts
Tél. : 03 44 11 23 97
poledeprevention@ch-beauvais.fr
www.ch-beauvais.fr

« Avec ma famille, je mange équilibré, je bouge et je me sens mieux avec mon surpoids »

Quoi ?

Un programme éducatif sur mesure, un accompagnement personnalisé et gratuit

PAR QUI ?

Une diététicienne, une infirmière, un médecin, une psychologue, une secrétaire, et des éducateurs sportifs



Au Pôle de Prévention du Centre Hospitalier Simone Veil
Avenue Léon Blum
Pavillon Magnier • 1^{er} étage
60 000 BEAUVAIS

Pour qui ?

Pour les enfants et les adolescents de 9 à 16 ans et leurs parents

Comment ?

- Des ateliers d'activités ludiques
- Des entretiens individuels
- Des bilans réguliers

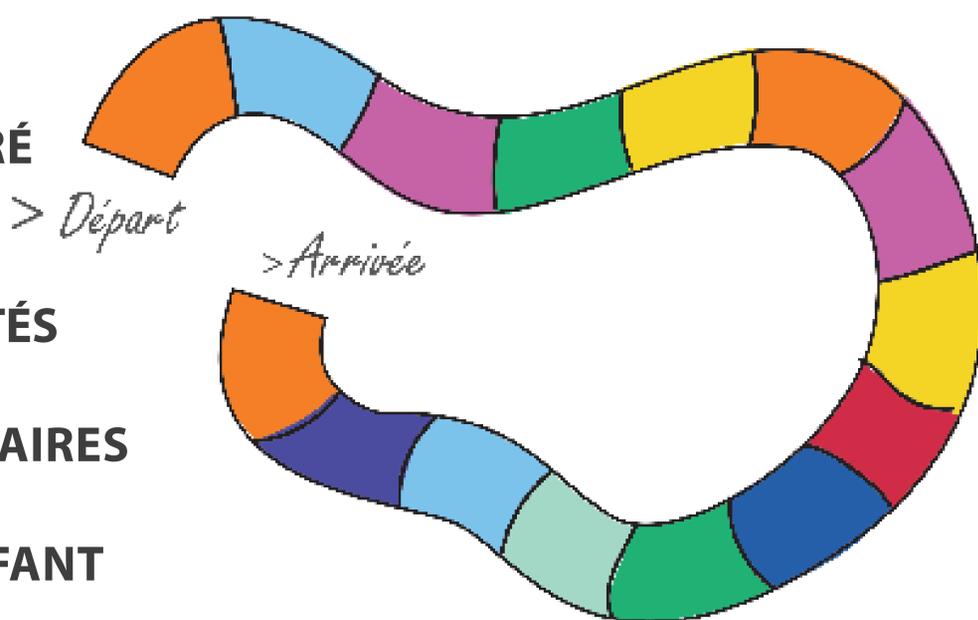
Pour quoi ?

- Être bien dans sa tête
- Aimer son corps
- Apprendre à bouger plus
- Découvrir de nouveaux goûts alimentaires
- Faire des choix pour soi-même et se faire plaisir
- Apprendre à équilibrer les repas
- Parents : partager son vécu autour du surpoids de votre enfant

LES ATELIERS

- CUISINE
- AUTOUR DES 5 SENS
- BIEN-ÊTRE ET DÉTENTE
- APPRENDRE À MANGER ÉQUILIBRÉ
- CUISINER EN FAMILLE
- BOUGER EN FAMILLE
- PARTAGER AUTOUR DE SES FACILITÉS ET DE SES DIFFICULTÉS
- CHOISIR DES PRODUITS ALIMENTAIRES EN MAGASIN
- MOI ET LE SURPOIDS DE MON ENFANT (POUR LES PARENTS)

Mon parcours



Témoignages

« Nous avons apprécié faire la balade en famille »
(enfant, parent)

« Vous m'aidez à retrouver la forme. Merci »
(enfant)

« Je me suis sentie soutenue et non jugée par les soignants »
(parent)

« Les professionnelles sont très chaleureuses, accueillantes et surtout rassurantes »
(parent)

« J'ai apprécié les discussions et les échanges avec d'autres parents »
(parent)

« J'ai aimé cuisiner avec ma mère »
(enfant)