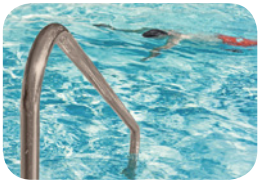
Programme éducatif

pour personnes adultes en situation de surpoids ou d'obésité

Vivre avec un surpoids



Centre de Réadaptation Cardiologique Pneumologique de Franche-Comté
« La Grange-sur-le-Mont » - BP 104
39110 Pont d'Héry
Tél. 03 84 53 16 16
www.fondation-arcenciel.fr

Fondation arc en ciel

Présentation

Le Centre de Réadaptation Cardiologique et Pneumologique de Franche-Comté est spécialisé dans l'accueil de patients atteints d'affections cardiaques et pulmonaires en hospitalisation complète et de jour.

L'établissement est également reconnu dans les domaines de l'accompagnement nutritionnel et du reconditionnement à l'effort, en accueillant des personnes souffrant d'obésité.

Dans ce cadre, le centre propose :

- **une hospitalisation complète** d'une durée de quatre à cinq semaines
- **un accompagnement personnalisé et individualisé**
- **une équipe pluridisciplinaire** à l'écoute des besoins et du projet du patient (médecin, infirmier, aide-soignant, kinésithérapeute, professeur d'activités physiques adaptés, diététicien, ergothérapeute, psychologue, assistant sociale...)
- **un travail en groupe** entre patients

Programme autorisé par l'Agence Régionale de Santé (janvier 2012)

Accompagner les personnes en situation d'obésité dans une nouvelle dynamique...

Se réconcilier avec son corps

Habiter son corps,
apprivoiser le regard des autres

Capacité à se mouvoir
et à s'émouvoir

- **Travail sur le corps**
- **Reprise d'une activité physique adaptée**
- **Image de soi**

Par le biais de séances collectives et de ré-entraînement à l'effort : la marche, le cyclo, la balnéothérapie, les espaces sensations, la relaxation...

... pour une meilleure qualité de vie

Se comprendre...

Être entendu

Se dire et entendre

Approcher ses émotions

- **En suivi individuel**
- **En groupe de parole**

... et oublier les régimes

Vivre un contre courant :

Renouer avec le plaisir de s'alimenter

Comprendre ses sensations

- **Travailler sur le comportement alimentaire en s'aidant des sensations**
- **Retrouver une relation sereine avec les aliments**
- **Se recentrer sur soi, et devenir acteur d'une nouvelle dynamique !**
- **Désapprendre les régimes**

Nos équipes diététiques et de restauration vous accompagnent

Les « mots de passe »

Un passage de relais s'effectue entre chaque groupe de patients par la transmission de phrases d'encouragement...

«Écoutez-vous psychologiquement et physiquement »

« Faites vous confiance »

« Ne baissez pas les bras »

« Avancez sans peurs, ni reproche... à chacun son rythme ! »

Notre équipe de professionnels vous accompagne dans votre projet de retour à domicile...

Nos partenaires

CSO Centre Spécialisé Obésité FC

Elisea

ars Agence Régionale de Santé Franche-Comté

Dossier d'admission

Vous souhaitez inscrire un patient au programme éducatif « Vivre avec un surpoids », voici la démarche à suivre :

Par internet :

- remplissez le dossier d'admission sur le site internet : www.fondation-arcenciel.fr/espace professionnel/Centre de Réadaptation Cardiologique et Pneumologique de Franche-Comté
- et envoyez-le par mail à : admission@crcpfc.fr ou par courrier :

Centre de Réadaptation Cardiologique et Pneumologique de Franche-Comté

« La Grange-sur-le-Mont »
BP 104
39110 Pont d'Héry

Contacts

- **Coordination/informations séjours obésité :** tél. 03 63 40 40 00
- **Secrétariat des admissions :** tel. 03 84 53 16 51

La Fondation Arc-en-Ciel

Nos établissements

- **Personnes Âgées**
  > La Maison Blanche *(Beaucourt)*
  > Arc-en-Ciel Services *(Beaucourt)*
  > Résidence Surleau *(Montbéliard)*

- **Handicap et Insertion**
  > La Mosaïque, maison d'accueil spécialisée *(Lure)*
  > Institut Perdrizet *(Giromagny, Belfort)*
  > Institut Saint-Nicolas *(Rougemont-le-Château, Essert, Belfort)*

- **Soins de Suite et de Réadaptation**
  > Centre de Réadaptation Fonctionnelle Bretegnier *(Héricourt)*
  > Centre de Réadaptation Cardiologique et Pneumologique de Franche-Comté *(Pont d'Héry, Héricourt, Franois)*
  > Clinique Médicale Brugnon Agache *(Beaujeu)*

La Fondation Arc-en-Ciel gère des établissements et services oeuvrant en Franche-Comté dans les champs sanitaire, médico-social et médico-éducatif.

Reconnue d'utilité publique et à but non lucratif, elle accueille tous les ans plus de 5500 personnes fragilisées par la maladie, le grand âge ou le handicap.

Suivez nos actualités sur :

www.fondation-arcenciel.fr

ou sur www.facebook.com/fondation.arcenciel

Création graphique et photos : service communication - Fondation Arc-en-Ciel - janvier 2015