

Comment être admis à la clinique Saint Vincent ?

Notre objectif est de sensibiliser les personnes en obésité, à une modification de leurs habitudes de vie (hygiène de vie saine, alimentation équilibrée, activité physique régulière ...).

Pour toute information concernant le programme ou la démarche à suivre pour une prise en charge, veuillez contacter le secrétariat ou l'infirmière coordinatrice.

Une fois votre dossier validé, la clinique organise avec vous votre parcours (date et condition d'accueil).

Lors de votre arrivée à l'hôpital de jour, un bilan pluridisciplinaire est réalisé.

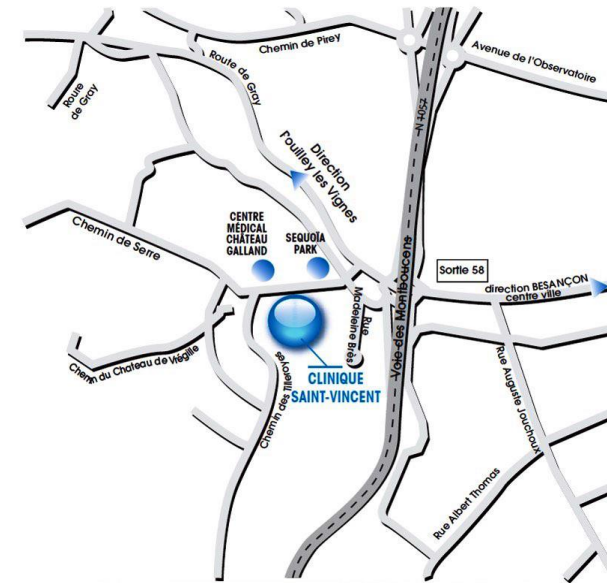
L'équipe pluridisciplinaire fixera, en accord avec vous, vos objectifs .

Le but est de parvenir à des résultats et des habitudes durables dans le temps.

Clinique St-Vincent

40 chemin des Tilleroyes
25044 Besançon Cedex

www.clinique-saint-vincent.capio.fr



Hôpital de Jour— 1er étage

Dr GRANDMOTTET CAMBEFORT Catherine
Endocrinologue - Diabétologue - Nutritionniste

Dr FARRET Jean
Médecin coordonnateur

BARNABÉ Virginie
Infirmière coordinatrice
vbarnabe@capio.fr

Secrétariat :
Tel: 03 81 48 26 40 — Fax: 03 81 48 26 11
Mail: svb-hdj-accueil@capio.fr

Clinique St-Vincent

Hôpital de Jour

Soins de suite et réadaptation



Obésité

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE



Prendre en charge l'obésité sur 3 pôles complémentaires

ACCUEIL

- S'informer sur le déroulé du programme
- Transmettre ses informations administratives et médicales



Secrétaire
Infirmière

Ateliers d'activité physique dispensés par le prof APA et le kinésithérapeute :

- **Réentraînement à l'effort**
 - **Renforcement musculaire**
 - **Aquagym**
 - **Marche Nordique**
- Atelier en ergonomie :
- **Adopter les bons gestes au quotidien pour prévenir les lombalgies**



ACTIVITÉ PHYSIQUE

- Prendre goût à l'activité
- Prendre connaissance de ses capacités
- Être en mesure de se fixer des objectifs adaptés

Ergothérapeute
Professeur APA
Kinésithérapeute

Psychologue
Conseillère en image
Ergothérapeute



NUTRITION

- Observer ses comportements alimentaires
- Être à l'écoute de ses sensations
- Mieux appréhender la nourriture, les quantités, tout en y trouvant du plaisir



Diététicienne
Médecin

PSYCHOLOGIE

- Être à l'écoute de soi
- Identifier ses émotions
- Renouer avec son corps
- Observer et comprendre l'origine des comportements de grignotage

Ateliers dispensés par la psychologue :

- **Identifier ses priorités et ses ressources**
- **Observer ses comportements**
- **Accueillir ses émotions et comprendre ses besoins**
- **Engager des actions pour un mieux être**

Ateliers dispensés par la conseillère en image :

- **Prendre confiance en soi**
- **Découvrir la boîte à outil pour se mettre en valeur**

Atelier dispensé par l'ergothérapeute :

- **Canaliser les émotions par l'activité manuelle**

Ateliers dispensés par la diététicienne :

- **Les étiquettes alimentaires**
- **Atelier cuisine et mythes alimentaires**
- **Composition des menus et grammage**
- **Equilibre alimentaire**
- **Grignotages**
- **Manger en pleine conscience**

Atelier dispensé par le médecin :

- **Prévenir les complications de l'obésité**