



Clinique de l'Orangerie- RECOR

Education à la nutrition et aux maladies métaboliques (diabète, obésité, dyslipidémie)

PUBLIC CIBLE

- Patients obèses ou en surpoids
- Patients diabétiques quelque soit l'IMC

MODALITES D'INCLUSION

Le patient obèse ou en surpoids, et/ou diabétique, admis en hôpital de jour à RECOR, est inclus dans le programme lors de ses séances de réadaptation cardiaque.

LIEUX DE MISE EN ŒUVRE

Clinique de l'Orangerie à Strasbourg

-
Service RECOR

ATELIERS

Diététique : Les groupes d'aliments- Les repères de consommation- Composer ses repas- Lecture des étiquettes- Le sel- Les graisses cachées- Mieux choisir ses graisses- Le poids - Les glucides- Qu'est-ce que manger ? - Le poids... des régimes- Stress et alimentation- Cholestérol et thérapeutiques.

Infirmière: Les facteurs de risque cardiovasculaire- L'hypertension artérielle.

Activité physique: Activité physique et sportive au quotidien - Les 10 règles d'or en Activité Physique et Sportive - Le sport après RECOR.

Psychologie : La gestion du stress - Séances de relaxation- Groupes de parole.

MODALITES PRATIQUES

- Participation à des ateliers collectifs par petits groupes de 9 patients maximum (durée 45 minutes), à raison de 2 à 3 par semaine, et s'intégrant dans une séance de réadaptation cardiaque ;
- Consultations individuelles de 45-60 minutes avec la diététicienne du service ;
- +/-consultations individuelles de 45-60 minutes avec l'une des psychologues du service si souhaité par le patient.

INTERVENANTS

2 cardiologues, 4 infirmières, 1 diététicienne, 2 psychologues, 1 enseignant en activités physiques adaptées, 1 kinésithérapeute

CONTACT

Dr Marie LEVY

recor.ora@elsan.care - 03 90 22 21 21