



PUBLIC CIBLE

Enfants de 7 à 16 ans en situation d'obésité

MODALITES D'INCLUSION

Aucune

LIEUX DE MISE EN ŒUVRE

- CHAUMONT
- (en attente pour Saint Dizier)

ATELIERS

- 1 bilan individuel initial,
- 1 atelier de présentation,
- 1 entretien diététique individuel,
- 12 séances d'activités physiques adaptées d'1h30,
- 6 ateliers d'éducation nutritionnelle d'1h30,
- 1 bilan collectif final

MODALITES PRATIQUES

- Les séances sont mises en place le mercredi après-midi de 15h à 16h30 à la Maison des Associations.
- PROGRAMME GRATUIT

INTERVENANTS

- Enseignant d'activités physiques adaptées,
- Diététicienne

INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

Site internet :

www.cmes-chaumont52.fr

CONTACT

Caroline THEVENY-CHEVALIER, coordinatrice du programme : 03.25.30.71.34

Mon poids, mes choix !

Pour bouger, comprendre son
corps et se sentir mieux.



Si tu es :

Un jeune de 7 à 16 ans,
En surpoids*,
Et que ton médecin
traitant t'oriente vers
ce programme.

* IMC > au 97^{ème} percentile
sur la courbe de poids

Tu peux bénéficier GRATUITEMENT de :

- 1 bilan individuel initial
- 1 atelier de présentation
- 6 ateliers d'éducation nutritionnelle
- 1 entretien diététique individuel
- 12 séances d'activité physique adaptée
- 1 bilan collectif final

Rejoins notre programme gratuit d'éducation thérapeutique !

Tout au long de l'année et près de chez toi, le CMES te propose un programme **GRATUIT** d'Éducation Thérapeutique du Patient (ETP) conçu pour les jeunes en surpoids, afin de mieux comprendre son corps et reprendre confiance en soi.

En partenariat avec :

Découvre le programme :

J'apprends à
mieux manger,
mieux bouger
et à mieux me
comprendre !

CHAUMONT

Maison des
associations
24 rue des platanes
52000 Chaumont

mecredi après-midi

SAINT DIZIER

Centre socio-
culturel
9 rue Marcel Thil
52100 Saint Dizier

jour à définir



Retrouve le programme au
complet sur notre site web !



Ne pas jeter sur la voie publique. Création & Impression Olive Studio.

Information et inscriptions :



Caroline Theveny-Chevalier
coordinatrice ETP



03 25 30 71 34



chevalier.cmes52@gmail.com

Les intervenants :

Thomas Bernard
Enseignant APA-S

Magali Leroux
Diététicienne-Nutritionniste