

Comment être admis à la Clinique Saint Vincent ?

Parlez-en à votre médecin traitant qui pourra nous adresser une demande par courrier médical.

Notre objectif est de sensibiliser les personnes en obésité (IMC>30), à une modification de leurs habitudes de vie (hygiène de vie saine, alimentation équilibrée, activité physique régulière, ...).

Le parcours de soins se déroule :

- Séances collectives (6 personnes)
- Thématiques qui s'appuient sur l'adaptation des habitudes de vie contribuant à la perte de poids
- Ateliers de mise en pratique
- Se déroule sur 8 semaines à raison de 2 à 3 fois par semaines

Lors de votre arrivée en http hospitalisation temps partiel, un bilan pluridisciplinaire est réalisé et l'équipe vous aidera à fixer vos objectifs.

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

Clinique Saint Vincent
40 chemin des Tilleroyes
25044 Besançon Cedex

[HTP : Hospitalisation à Temps Partiel](#)
1er étage - ligne grise au sol

SECRÉTARIAT

Tel: 03 81 48 62 87

Fax: 03 81 48 26 11

cvi.hdj-accueil@elsan.care

Dr SIMON Ophélie

Médecin généraliste

dr.simon2@elsan.care

BARNABÉ Virginie

Infirmière coordinatrice

virginie.barnabe@elsan.care



HTP : Hospitalisation à Temps Partiel

Soins Médicaux 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**

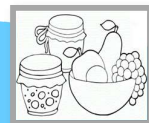
ACTIVITÉ PHYSIQUE



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

**Ergothérapeute
Professeur APA
Kinésithérapeute**

NUTRITION



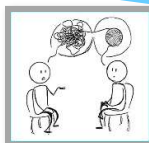
- Observer ses comportements alimentaires
- Être à l'écoute de ses sensations
- Mieux appréhender la nourriture, les quantités, tout en y trouvant du plaisir

Diététicienne

PSYCHOLOGIE

- Apprendre à s'observer
- Observer et comprendre l'origine des comportements alimentaires inadaptés
- Identifier et suivre ses valeurs pour initier des changements

**Psychologue
Conseillère
en image**



Ateliers dispensés par la diététicienne :

- La balance énergétique
- L'équilibre alimentaire
- Le rythme des repas et leur composition
- Les sensations alimentaires
- Les grignotages

Ateliers d'activité physique dispensés par l'Enseignant en APA et le kinésithérapeute :

- Réentraînement à l'effort
- Renforcement musculaire
- Marche Nordique

Atelier en ergothérapie :

- Apprendre à ressentir le corps en mouvement
- Améliorer la mobilité dans les gestes du quotidien
- Améliorer sa capacité à se réguler par le mouvement.

Ateliers dispensés par la psychologue :

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

Ateliers dispensés par la conseillère en image :

- Reprendre confiance en soi
 - Découvrir la boîte à outil pour se mettre en valeur
- Atelier dispensé par l'ergothérapeute :*
- Être à l'écoute des sensations par le mouvement