

Comment être admis à la Clinique ?

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 à 7 personnes).
- Thématiques qui s'appuient sur l'adaptation des habitudes de vie contribuant à la perte de poids.
- Ateliers de mise en pratique.
- sur 10 semaines à raison de 2 à 3 fois par semaine.

Lors de votre arrivée en HTP (Hospitalisation à 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.

Plan d'accès

Hospitalisation à Temps Partiel

Accès par l'accueil de l'établissement

Au 1^{er} étage suivre les marquages au sol



CLINIQUE SAINT VINCENT

☎ 03 81 48 68 83

📍 40 chemin des Tilleroyes 25044 Besançon Cedex

🌐 elsan.care/fr/clinique-saint-vincent



CLINIQUE SAINT VINCENT

Hospitalisation à Temps Partiel Obésité

Activité Physique adaptée



Hospitalisation à Temps Partiel – Obésité

☎ 03 81 48 68 83



virginie.barnabe@elsan.care



ACCUEIL

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

IDE coordinatrice

ACTIVITÉ PHYSIQUE

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

Ergothérapeute Enseignant en Activité Physique Adaptée
Kinésithérapeute



Ateliers APA et Kiné

- Réentrainement à l'effort.
- Renforcement musculaire.
- Marche nordique.

Ateliers Ergothérapeute

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

PSYCHOLOGIE

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

Ateliers Psychologue

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

Ateliers Image

- Reprendre confiance en soi.
- Découvrir la boîte à outils pour se mettre en valeur.

Ateliers Ergothérapie

- Etre à l'écoute des sensations par le mouvement.

Psychologue
Conseillère en image
Ergothérapeute

NUTRITION

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

Ateliers

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

Diététicienne



Hospitalisation à Temps Partiel - Obésité



03 81 48 62 87



cvi.hdjaccueil@elsan.care