

# PROGRAMME ETP

## JOURNÉES SANTÉ POUR LES ADOLESCENTS : JOS ADO

### Intervenants

L'équipe pluridisciplinaire de coordination RéPPOP

### Pour qui?

Collégiens et/ou lycéens

### Condition

Avoir engagé un suivi individuel au sein du RéPPOP

### PARCOURS :

L'éducation thérapeutique du patient (ETP) est un outil indispensable pour la prise en charge du surpoids de l'adolescent et de sa famille. Nous proposons un programme d'ETP de groupe pour aider le jeune dans le cadre de son suivi.

Cela se présente sous forme d'ateliers collectifs où une dizaine d'adolescents sont réunis pour avancer ensemble autour des difficultés du quotidien vis à vis du poids. La présence d'au moins un des parents ou proche est indispensable pour encourager la démarche de changement. Des séances seront consacrées aux parents.

### OBJECTIFS :

Le but pour chacun, est de trouver ses propres clés pour s'engager dans un changement d'habitudes et devenir progressivement autonome avec l'aide de son entourage.

L'équipe du RéPPOP va aider le jeune :

- En travaillant sur l'estime de soi
- En rendant le jeune responsable et autonome dans ses choix diététiques par la mise en situation, la réflexion et le partage d'expérience
- En sensibilisant le jeune à l'intérêt d'une activité physique et sportive pour l'amener à une pratique régulière et en retrouvant plaisir à faire une activité
- En soutenant sa motivation et celle de son entourage

### THÈMES ABORDÉS:

- L'alimentation
- L'activité physique
- La sédentarité
- Les écrans
- Les aspects psychologiques
- Les questions médicales
- La motivation
- La parentalité...

Les thèmes des séances seront déclinés selon les besoins et difficultés des participants et selon leurs priorités. Ceux-ci seront impliqués dans la démarche et la réalisation du programme.

### LE DÉROULÉ :

Pour 6 à 10 adolescents, nous proposons 3 jours pendant les vacances de février de 10h à 17h30.

La prise en charge est gratuite.

Le repas du midi est pris en charge par le RéPPOP.

Les parents sont mis à contribution lors de la première journée et l'après midi de la 3ème.

Une évaluation sera proposée en fin de programme et à distance de celui-ci.

L'engagement est pour la totalité du programme.

Un courrier est envoyé au médecin traitant