



OBESITE

Une aide pour mieux
gérer votre surpoids
(IMC supérieur à 30)



Participez à des ateliers en
groupe et/ou en individuel

Bénéficiez d'un
accompagnement pour mieux
vivre avec votre maladie

GRATUIT

Participez aux séances **À ISTRES** :

Maison Régionale de Santé, Centre Tertiaire La Pyramide, Place Champollion

COMPRENDRE L'OBÉSITÉ

Avec une infirmière

12/03/26 à 9H30

LES CLÉS D'UNE ALIMENTATION SANTÉ

Avec une diététicienne

16/03/26 à 14H

ADAPTER MON ALIMENTATION AU QUOTIDIEN

Avec une diététicienne

23/03/26 à 14H

PRATIQUER UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE

Avec un éducateur sportif

31/03/26 à 14H

COMPRENDRE MES ÉMOTIONS POUR MIEUX LES GÉRER

Avec une psychologue

09/04/26 à 14H

Renseignements et inscription
au 04.42.642.642



prevention@groupement-psc.fr



www.groupement-psc.fr

