

DEVENEZ ACTEUR DE VOTRE SANTE !

Vous vivez en situation d'obésité ?

GRATUIT

- Des **programmes d'accompagnement** avec des professionnels de santé
 - Des **ateliers pratiques** pour avancer à votre rythme

Inscrivez vous dès maintenant



04 42 64 26 42



prevention@groupement-psc.fr

Planning des ateliers – Saint Cannat

Maison des projets, Résidence le Budéou, 84 Rue Gustave Eiffel

Obésité

<u>24/09/26</u>		Comprendre l'obésité <i>Médecin</i>
<u>01/10/26</u>		Les clés d'une alimentation santé <i>Diététicienne</i>
<u>08/10/26</u>	18h	Connaitre mes émotions pour mieux les gérer <i>Psychologue</i>
<u>03/11/26</u>		Pratiquer une activité physique régulière <i>Educatrice sportive</i>
<u>12/11/26</u>		Adapter mon alimentation au quotidien <i>Diététicienne</i>



Alimentation



Activité physique



Conseils
personnalisés



Échanges