

JOURNÉE PEP'S

Poursuivre Ensemble le Programme le samedi

Le programme : prendre soin de...

*Le
Principe :*

*Une journée
pour
continuer à
progresser
dans votre
parcours
santé avec
l'aide des
professionnel
s de la
clinique de
Villecresnes*

...SON MORAL

DE 11h à 12h

Pour commencer,
un groupe de
parole animé par
une psychologue



Le but :

*Se rencontrer,
s'écouter et
s'accorder dans
une réflexion
collective riche
d'échanges, de
partages et
d'authenticité*

...SON PALAIS

de 12h à 13h

Pour continuer, un
repas équilibré en
compagnie d'un(e)
diététicien(ne)



Le but :

*Revoir les notions
d'équilibre
alimentaire et
discuter de
l'organisation des
repas depuis la
sortie de la
clinique*

...SON CORPS

De 14h à 15h

Pour finir, une
séance d'aquagym
proposée par le
professeur
d'activités physiques



Le but :

*Réaliser une
activité physique
efficace sans
souffrance,
privilégier le
plaisir et la
convivialité*

Informations pratiques :

Groupe de 8 patients maximum (journée garantie à partir de 4 inscrits)

Modalités d'inscription

Avoir été hospitalisé dans la clinique en soins de suite et de réadaptation
Et être toujours suivi par un médecin nutritionniste rattaché à la clinique

Tarif : 40€ la journée (repas compris)

Réservation : 01.45.95.57.57.

Réservation validée à réception du règlement et du coupon d'inscription (disponibilité auprès du secrétariat)