



PROGRAMME :

ÉDUCATION EN SANTÉ

Séances collectives : nutrition post-EPS (activité physique et/ou alimentation)

EN PRATIQUE

Objectif : *Donner les moyens aux personnes en surpoids d'adopter des comportements favorables à leur santé dans les domaines de la nutrition (alimentation et/ou activité physique).*

Descriptif : Deux séances indépendantes et au choix du patient :

- **une séance centrée sur l'activité physique (2h30)** : identifier leur niveau de pratique en activité physique, connaître les recommandations, définir des objectifs individualisés.
- **une séance centrée sur l'alimentation (3h)** : identifier leurs habitudes alimentaires, renforcer les connaissances et compétences nutritionnelles, définir des objectifs individualisés.

Pour qui ? Patient à partir de 16 ans présentant un surpoids :

Modalités d'inscription :

- Pas d'accès direct
- **Inclusion lors de l'examen de prévention en santé (EPS)**. Il suffit au patient de prendre RDV pour un EPS par tél au 03 83 44 87 50 ou via le formulaire du site internet : <https://www.uc-cmp.fr/>

Où en bénéficier ? Centre de Médecine Préventive : site de **Vandoeuvre-lès-Nancy**.

Prise en charge : Tous les programmes sont financés à 100%, il n'y a **aucun frais** pour les patients.

Démarches du médecin traitant : Pas de démarche particulière.

Information du médecin traitant : Courrier de participation adressé au médecin traitant après chaque séance.



PROGRAMME :

ÉDUCATION EN SANTÉ

Entretiens individuels de prévention

EN PRATIQUE

Objectif : *Aider et accompagner chaque assuré à trouver et renforcer sa motivation à adopter un comportement favorable à sa santé.*

Descriptif : Entretiens motivationnels sur l'une des thématiques suivantes, en fonction de la demande de l'assuré :

- addictions (tabac...)
- nutrition (alimentation, activité physique)

Pour qui ? Assurés à partir de 16 ans

Modalités d'inscription :

- **Accès direct**
 - sur RDV au 03 83 44 87 42
 - en ligne via le formulaire du site internet : <https://www.uc-cmp.fr/>
- Lors de l'examen de prévention en santé (EPS).

Où en bénéficier ? Centre de Médecine Préventive : site de Vandoeuvre-lès-Nancy, Chaumont, Longwy, Saint-Dié-des-Vosges, Saint-Dizier, Troyes, Verdun.

Prise en charge : Le programme est financé à 100%, il n'y a **aucun frais** pour les assurés.

Démarches du médecin traitant : Pas de démarche particulière.

Information du médecin traitant : Une synthèse de l'entretien individuel de prévention est adressée au médecin traitant.