

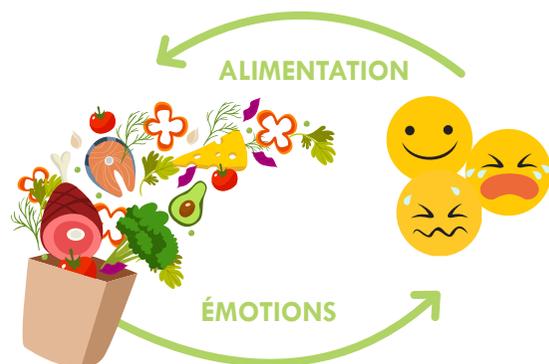


**POURQUOI
MANGE-T-ON ?**

L'alimentation a deux utilités :

1. Nous ne mangeons pas uniquement pour fournir des nutriments à notre corps.
2. **Nous mangeons aussi en réponse à des émotions :**
 - quand on est triste,
 - en colère,
 - joyeux,...

Par conséquent, n'associer le poids qu'à une assiette ou à un plan alimentaire est réducteur. Il est important de considérer le problème dans son entièreté.



Le poids est la partie visible de l'iceberg. Notre approche consiste à identifier les déclencheurs émotionnels qui engendrent les mécanismes de compensation alimentaires.

Les enfants peuvent éprouver des difficultés à exprimer leur ressenti ou à identifier ce qui ne va pas. L'approche cognitivo-comportementale permet de se relier à ses émotions et ses sensations ainsi qu'à soutenir sa motivation dans la poursuite de ses objectifs.

**NOTRE APPROCHE PSYCHO-DIÉTÉTIQUE
SE DÉROULE EN PLUSIEURS PHASES**



Chirec - Site Braine-l'Alleud
Rue Wayez, 35 - 1420 Braine-l'Alleud

Le suivi individuel

Le travail en individuel permet de travailler avec l'enfant sur les axes suivants :



Les ateliers en groupe

Les ateliers collectifs permettent d'appréhender les thématiques liées aux problèmes de poids :

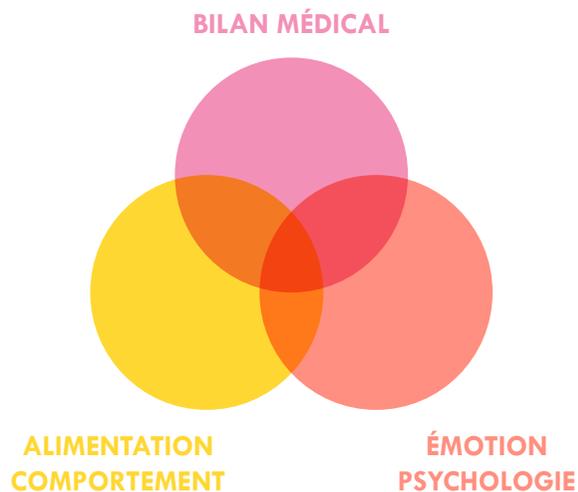
- J'explore mes sensations de faim.
- Je déguste à l'aide de mes 5 sens.
- Je développe ma motivation et la gestion des écrans.
- J'accueille mes émotions et je m'initie à la pleine conscience.
- Je prends soin de moi et je renforce ma confiance en moi.
- Je fais face aux moqueries et au harcèlement.
- Lunch nature et marche en pleine conscience.

Les ateliers parents

Des séances destinées aux parents ont pour objectif d'aider les parents dans leur quotidien :

- Quels produits choisir quand je fais mes courses
- Comment réaliser un repas de fêtes ?
- (Ré)apprendre à cuisiner des légumes
- Soutenir mon enfant dans sa démarche.

COMPLÉMENTARITÉ ENTRE LE MÉDECIN, LA PSYCHOLOGUE ET LA DIÉTÉTICIENNE



PARCE QUE L'OBÉSITÉ N'EST PAS QU'UNE QUESTION DE POIDS...

La clinique Nutri'Kids propose une prise en charge innovante des problèmes de poids de l'enfant et de l'adolescent par la mise en place d'ateliers didactiques et ludiques combinés à une approche comportementale.



EN PRATIQUE

- 1 Contact avec la coordinatrice Mme Bouteiller Sonia pour un premier rendez-vous chez la diététicienne.

☎ 02/434 72 18

- 2 À l'issue de ce RDV et en fonction de chaque situation, elle décidera de vous diriger vers un suivi personnalisé :

- Suivi diététique
- Suivi diététique + accompagnement psychologique
- Suivi pluridisciplinaire et bilan médical complet avec une hospitalisation si nécessaire (diététicienne, psychologue, pédiatre, infirmières référentes, éducateurs et instituteurs).

- 3 Un rapport sera transmis au pédiatre ou médecin traitant de l'enfant.

L'ÉQUIPE DE SUIVI EN AMBULATOIRE



Dr Emmanuel LENGA

Gastro-entérologue pédiatrique



Mme Caroline DE LONGUEVILLE

Diététicienne



Mme Laurence WAUTHIER

Psychologue