

Présentation du programme d'ETP du RéPPOP LyRRA

L'Education Thérapeutique du Patient (ETP) est un accompagnement réalisé par des **professionnels formés** (certification 40h). Il s'adresse aux **enfants et adolescents du RéPPOP LyRRA**, âgés de **8 à 18 ans**. Selon les formats, des **groupes d'âges** (enfants : 8-12 ans / adolescents : 12-18 ans) sont proposés.

L'ETP se réalise en **parallèle des suivis individuels** proposés aux enfants dans le cadre du parcours RéPPOP, et permet une **offre de soin complémentaire**, de type **groupal**. Les objectifs de ce programme d'ETP, pour l'enfant et sa famille, sont de :

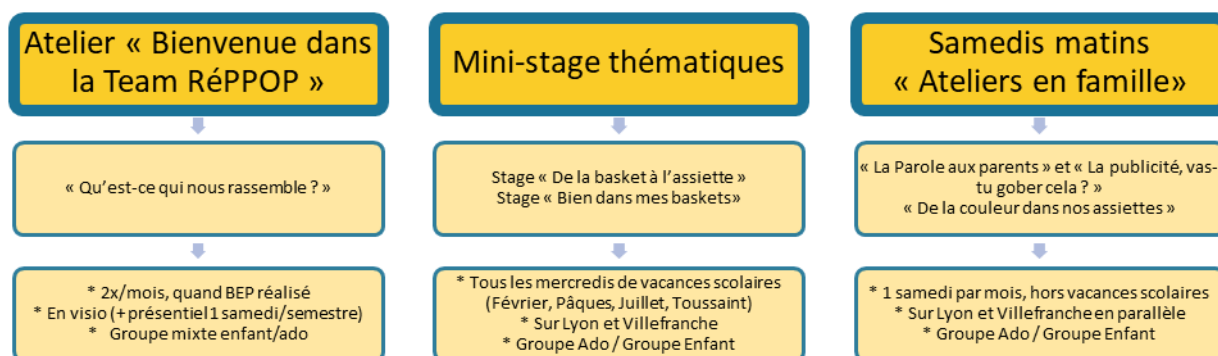
- **Améliorer sa corpulence et sa qualité de vie**
- **Comprendre l'obésité** en tant que **maladie**
- Être à **l'écoute de son corps** (sensations alimentaires, gestion des émotions ...)
- Avoir une **alimentation équilibrée**
- Améliorer son **hygiène de vie**
- Construire une **meilleure image de soi**
- Adopter un **style parental cadrant et bienveillant**

Le programme d'ETP se découpe en **3 étapes** :

- **Diagnostic éducatif** : évaluation **multidimensionnelle** qui s'appuie sur le **bilan médical d'inclusion** et le premier **appel de la référente parcours**
- **Séances éducatives groupales** (dont le contenu et l'organisation vous sont présentés ci-dessous)
- **Synthèse sommative** : **entretien individuel** réalisé en **aval des séances**, par la **référente parcours**

La **participation** à ces ateliers est **gratuite**, est **nullement obligatoire**. La **pré-inscription** peut être réalisée directement par la **famille**, par la **référente parcours** (après discussion avec la famille) ou par **vous** en passant par la conversation "Accompagnement RéPPOP LyRRA" sur MesPatients. En tant que professionnel suivant les enfants, **vous êtes aussi un relai pour présenter cette offre de soin complémentaire aux familles** (se référer au document joint pour le calendrier semestriel).

Le programme d'ETP du RéPPOP LyRRA se découpe en **trois formats différents** :



Format « Bienvenue dans la Team RéPPPOP »

 Quand ? - Un samedi matin par mois de 10h30-12h - Un mardi soir par mois de 18h-19h30	 Pour qui ? Enfants et adolescents (8-18 ans) et leur parent
 Par qui ? Un binôme d'intervenants : - Un médecin ou infirmier - Un autre professionnel	 Où ? - En visioconférence - 2 séances par an en présentiel sur Lyon
Quoi ? Atelier « Qu'est-ce qui nous rassemble » dont les objectifs pédagogiques sont : - Définir le surpoids et l'obésité (à décliner en fonction de l'âge : IMC, zone de la courbe etc...) - Identifier les principaux déterminants et le caractère multifactoriel de l'excès de poids - Expliquer les retentissements de l'obésité sur la santé globale - Comprendre les objectifs de la prise en charge	
 Objectifs annexes : - Compléter le Bilan Educatif Partagé et repérer les besoins - Répondre aux questions en lien avec le parcours RéPPPOP - Présenter les autres ateliers existants et donner envie d'y participer	

Format Mini-stage « Bien dans tes baskets »

Quand ?



Tous les **mercredis de vacances scolaires** (Février, Pâques, Juillet, Toussaint), de **9h à 16h**



Pour qui ?

- Enfants (**8-12 ans**)
- Adolescents (**12-18 ans**)



Par qui ?

- Un binôme d'intervenants :
- Un **enseignant APA**
 - Un **psychologue**



Où ?

En **présentiel**



Quoi ?

Atelier « Mieux dormir pour être au top » dont les objectifs pédagogiques sont :

- Prendre conscience de **l'importance d'un sommeil adapté en qualité et en quantité**
- Identifier des **stratégies pour trouver un bon sommeil**

Atelier « Love Yourself » dont les objectifs pédagogiques sont :

- Prendre conscience du **lien entre surpoids et émotions**
- **Repérer les situations difficiles** les plus fréquentes générant des émotions fortes
- **Décrypter les émotions vécues** face à ces difficultés
- Identifier des **stratégies adaptées**
- Utiliser des **stratégies d'adaptation face aux situations problèmes**

Atelier « Relax Max » dont les objectifs pédagogiques sont :

- Identifier des **pratiques de relaxation adaptées** en cas de stress
- Pratiquer la **relaxation**

Découverte d'activités physiques en lien avec la thématique (confiance en soi et aux autres, relaxation ...)



Objectifs annexes :

- Faire **découvrir des activités physiques**
- Observer les enfants sur les **temps hors ateliers** (repas ...)

Format Mini-stage « De la basket à l'assiette »

Quand ?  Tous les mercredis de vacances scolaires (Février, Pâques, Juillet, Toussaint), de 9h à 16h	Pour qui ?  - Enfants (8-12 ans) - Adolescents (12-18 ans)
 Par qui ? Un binôme d'intervenants: - Un enseignant APA - Un diététicien	 Où ? En présentiel
Quoi ?  Atelier « #TousEnBaskets » dont les objectifs pédagogiques sont : - Identifier les différents loisirs quotidiens, et repérer ce qui relève de l'activité de loisirs, de l'activité structurée ou de loisirs sédentaires - Evaluer son niveau de pratique d'activité physique - Identifier et comprendre les bienfaits de l'activité physique - Identifier des pistes d'action pour être plus actif et/ou moins sédentaire dans sa vie quotidienne - Identifier les freins et leviers à sa pratique d'activité physique (ou à la réduction de sa sédentarité) - Repérer des activités physiques susceptibles de plaire, pour se donner des perspectives de pratique Atelier « A l'écoute de mes sens » dont les objectifs pédagogiques sont : - Reconnaître les sensations procurées par un aliment * Se concentrer sur les différentes textures, formes, odeurs, saveurs * Comprendre en quoi les sens participent à la détermination de nos choix alimentaires - Distinguer ses perceptions alimentaires de faim et de rassasiement Atelier « A vos plateaux » dont les objectifs pédagogiques sont : - Identifier les différentes familles d'aliments et comprendre pourquoi les aliments sont regroupés ainsi - Equilibrer son repas tout en gardant la notion de plaisir et sans culpabilité - Comprendre l'intérêt d'intégrer certaines familles d'aliments à son repas notamment pour le rassasiement Découverte d'activités physiques	
 Objectifs annexes : - Faire découvrir des activités physiques - Observer les enfants sur les temps hors ateliers (repas ...)	

Format « Atelier en famille »

Quand ?  Un samedi matin par mois, de 9h à 13h30	Pour qui ?  - Enfants (8-12 ans) et leur parent - Adolescents (12-18 ans) et leur parent
 Par qui ? Un binôme d'intervenants : - Un diététicien - Un autre professionnel	 Où ? En présentiel
Quoi ?  Atelier « La parole aux parents » - Pour les parents , dont les objectifs pédagogiques sont : - Repérer les situations éducatives dans lesquelles les parents et les enfants sont en difficulté - Identifier les postures parentales adaptées - Restaurer le sentiment d'auto-efficacité parentale Atelier « La publicité, vas-tu gober cela ? » - Pour les enfants , dont les objectifs pédagogiques sont : - Décrypter les stratégies du marketing alimentaire - Faire face aux influences du marketing en choisissant des aliments adaptés Atelier « De la couleur dans nos assiettes » - Pour les parents et les enfants, dont les objectifs pédagogiques sont : S'initier aux techniques culinaires pour élaborer des plats moins onéreux et adaptés aux enfants du point de vue nutritionnel et gustatif (produits frais, de saison ...) Repas partagé	
 Objectifs annexes : - Offrir des espaces de parole différenciés parents et enfants - Observer les enfants et les familles sur les temps hors ateliers (prise du repas ...)	