



Nom atelier	Objectif général	Objectifs détaillés	Critères d'évaluation
OB1 et OB1 @ L'obésité, parlons-en	Comprendre les mécanismes de la maladie, s'exprimer sur ses croyances et ses représentations avec ses pairs	<ul style="list-style-type: none"><li>• Exprimer ses représentations de l'obésité</li><li>• Définir ce qu'est l'obésité (mécanismes, facteurs de risques, facteurs favorisants...) et identifier l'obésité comme une maladie</li><li>• Identifier les risques de complications associés</li><li>• Repérer les enjeux du parcours de soin de l'obésité</li></ul>	<b>Quand je dois expliquer ma maladie :</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. J'ai des difficultés pour la nommer</li><li>2. J'en connais le nom mais sans en comprendre les mécanismes</li><li>3. J'en comprends les notions principales</li><li>4. Je suis capable de l'expliquer de façon simplifiée</li><li>5. Je suis capable d'exprimer des connaissances approfondies à son sujet</li></ol>
OB2 Pour vous, c'est quoi manger ?	Discuter et analyser ses représentations de l'alimentation	<ul style="list-style-type: none"><li>• Exprimer ses représentations de l'alimentation</li><li>• Préciser ses schémas comportementaux alimentaires</li></ul>	<b>Concernant mon comportement alimentaire :</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Je n'ai pas conscience de mon comportement alimentaire</li><li>2. J'ai conscience de mon comportement alimentaire mais je ne pense pas qu'il ait un impact sur ma santé</li><li>3. J'ai conscience que mon comportement alimentaire peut avoir un impact sur ma santé</li><li>4. Je suis capable d'identifier mon comportement alimentaire et j'envisage des stratégies pour qu'il soit adapté à ma santé</li><li>5. J'ai mis en place des stratégies pour que mon comportement alimentaire soit adapté à ma santé</li></ol>
OB3 Alimentation et sensations	Envisager un comportement alimentaire à l'écoute de son corps	<ul style="list-style-type: none"><li>• Exprimer verbalement ses sensations</li><li>• Expérimenter le concept de manger en « pleine conscience »</li><li>• Intégrer l'expérience de la pleine conscience dans son quotidien</li></ul>	<b>Concernant mes sensations pour adapter mon alimentation</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Je ne ressens pas de sensations corporelles lors d'une prise alimentaire</li><li>2. Je ressens ses sensations corporelles mais ne les identifie pas</li><li>3. J'identifie des sensations corporelles mais je ne les prends pas compte pour adapter mon alimentation</li><li>4. J'identifie mes sensations corporelles et adapte partiellement mon alimentation.</li><li>5. Je suis capable d'être à l'écoute de mon corps pour adapter mon alimentation.</li></ol>

Nom atelier	Objectif général	Objectifs détaillés	Critères d'évaluation
OB4 Alimentation et émotions	Être capable de repérer son alimentation émotionnelle dans son quotidien	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbaliser ses émotions</li> <li>• Identifier l'alimentation émotionnelle</li> <li>• Identifier des stratégies de gestion des émotions</li> </ul>	<b>Concernant l'impact de mes émotions sur mes prises alimentaires</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Je ne fais pas de lien entre émotions et prises alimentaires</li> <li>2. Je comprends que les émotions peuvent influencer mes prises alimentaires.</li> <li>3. J'identifie des émotions qui influencent mes prises alimentaires, sans pour autant envisager de stratégies d'adaptation</li> <li>4. J'identifie des émotions qui influencent mes prises alimentaires, et envisage des stratégies d'adaptation</li> <li>5. Je peux mettre en place des stratégies pour adapter mon comportement et mon alimentation en fonction de mes émotions.</li> </ol>
OB5 Image de soi et regards sur l'obésité	Avoir conscience de soi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exprimer l'image que l'on a de soi</li> <li>• Repérer les conséquences d'une faible estime</li> </ul>	<b>Concernant le regard que j'ai sur moi :</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Je me cache, je ne supporte pas le regard des autres, j'ai choisi la solitude</li> <li>2. Je sors dans des endroits choisis où je peux rester discret.</li> <li>3. J'accepte le regard d'un cercle relationnel restreint (proches, collègues de travail...)</li> <li>4. Des ressources me permettent de mieux accepter mon image</li> <li>5. J'accepte pleinement mon image (je fais du sport, je vais au restaurant, je m'habille comme je le souhaite...)</li> </ol>
<b>Parcours chirurgie bariatrique</b>			
OB6 et OB6 @ La chirurgie bariatrique, c'est quoi ?	Mieux se préparer à son projet de chirurgie bariatrique	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir expliquer son projet de chirurgie bariatrique</li> <li>• Bien comprendre l'intérêt du recours à la chirurgie bariatrique</li> <li>• Identifier les complications éventuelles à la suite d'une chirurgie bariatrique</li> <li>• Repérer les enjeux à court terme du parcours de soin bariatrique</li> </ul>	<b>Concernant la chirurgie bariatrique :</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Je connais son existence.</li> <li>2. Je l'envisage pour traiter mon obésité, mais sans savoir précisément en quoi cela consiste.</li> <li>3. J'ai commencé à me renseigner de façon active à ce sujet</li> <li>4. J'ai le projet de me faire opérer / ou suis déjà dans un parcours bariatrique</li> <li>5. Je suis capable d'expliquer, de manière argumentée, mon parcours de chirurgie bariatrique</li> </ol>
OB7 La chirurgie bariatrique, au quotidien	Appréhender la stratégie de soin après la chirurgie bariatrique	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se préparer à faire face aux changements consécutifs à la chirurgie bariatrique</li> <li>• Identifier les complications éventuelles suite à une chirurgie bariatrique</li> <li>• Repérer les enjeux à long terme du parcours de soin bariatrique</li> <li>• Adapter son quotidien aux conséquences de la chirurgie bariatrique</li> </ul>	<b>Concernant la vie après la chirurgie bariatrique :</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Je n'envisage pas les changements qui découleront de cette chirurgie (autres que la perte de poids)</li> <li>2. Je suis informé que l'opération peut avoir des répercussions sans me les approprier</li> <li>3. Je m'interroge sur les répercussions que la chirurgie aura sur mon quotidien</li> <li>4. J'ai identifié des stratégies pour gérer certaines répercussions de la chirurgie</li> <li>5. J'appréhende une stratégie globale pour gérer mon quotidien après la chirurgie</li> </ol>