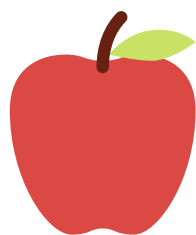


Mon corps, Mes choix, Ma santé!



**Programme
Grandir en forme**

**Proposé au
Centre Hospitalier
du Haut Bugey
à Oyonnax**



**Il s'adresse aux jeunes
de 5 à 16 ans**



**Jouer sur les habitudes
de vie et le bien-être
pour prendre soin de soi**



**ENCADRÉ
PAR UNE ÉQUIPE
PLURIDISCIPLINAIRE
À VOTRE ÉCOUTE**

**LE MERCREDI
UNE DEMI-JOURNÉE
PAR MOIS
6 RENCONTRES**

Programme

2 rencontres initiales

Je fais le point sur ma situation et mes besoins avec chaque professionnel

3 temps de groupe

Pour les enfants, selon l'âge :

Jeux et médiations pour mieux se connaître et mobiliser ses ressources

Pour les parents :

Écoute, partage et accompagnement

1 bilan

Temps d'échange et perspectives pour la suite du parcours

Equipe pluridisciplinaire : Pédiatres/ Psychologue / Diététicienne / Enseignante en activité physique adaptée / Infirmières



Centre hospitalier du Haut Bugey (Oyonnax)

1 Route de Veyziat

01117 Oyonnax cedex

<https://www.ch-hautbugey.fr/>

Secrétariat de pédiatrie : 04 74 73 10 61

Adresse @ : grandirenforme@ch-hautbugey.fr

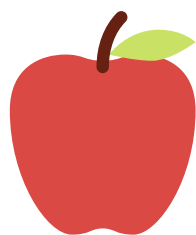


Mon corps, Mes choix, Ma santé !



**Programme
Grandir en forme**

**Proposé au
Centre Hospitalier
du Haut Bugey
à Oyonnax**



**Il s'adresse aux jeunes
de 5 à 16 ans**



**Jouer sur les habitudes
de vie et le bien-être
pour prendre soin de soi**



**ENCADRÉ
PAR UNE ÉQUIPE
PLURIDISCIPLINAIRE
À VOTRE ÉCOUTE**

**LE MERCREDI
UNE DEMI-JOURNÉE
PAR MOIS
6 RENCONTRES**

Programme

2 rencontres initiales

Je fais le point sur ma situation et mes besoins avec chaque professionnel

3 temps de groupe

Pour les enfants, selon l'âge :

Jeux et médiations pour mieux se connaître et mobiliser ses ressources

Pour les parents :

Écoute, partage et accompagnement

1 bilan

Temps d'échange et perspectives pour la suite du parcours

Equipe pluridisciplinaire : Pédiatres/ Psychologue / Diététicienne / Enseignante en activité physique adaptée / Infirmières



Centre hospitalier du Haut Bugey (Oyonnax)

1 Route de Veyziat

01117 Oyonnax cedex

<https://www.ch-hautbugey.fr/>

Secrétariat de pédiatrie : 04 74 73 10 61

Adresse @ : grandirenforme@ch-hautbugey.fr

