



Prise en charge des problèmes de poids et de comportement alimentaire

La prise en charge explore les habitudes et le comportement alimentaires sans mettre en place de régime.

Les objectifs seront entre autres de ...

- Veiller à avoir une alimentation variée
- Reconnaître et apprendre à faire confiance à ses sensations corporelles
- Se connecter à ses émotions induites par l'alimentation
- Trouver un poids d'équilibre
- Garder le plaisir de manger et partager ses repas
- ...