

Santé obésité Solidarité

Notre Programme 2016 - 2017

Réunions Thématiques - OUVERT à tous ! (opérés, futurs opérés, famille, amis/le...)

Chaque réunion se déroulera de 19h30 à 20h30 à la polyclinique de Dinan.

Dates des réunions :

28 Octobre 2016 - 24 Février 2017 - 19 Mai 2017.

Sujets libres :

ex : Pourquoi le suivi pré-opération ?
Relation de couple, après l'opération
Pourquoi le sport ?
Comment l'annoncer à l'entourage (Famille, amis, collègues...)
Chirurgie réparatrice
Comment préparer l'été ? (repas, sport, sorties...)

Activités Physiques

Gym. exercices sportifs

Tous les mardis et jeudis de 20h30 à 21h30 - Salle Omnisport petit Dojo de DINAN

Tarif 3 euros la séance - Certificat médical obligatoire
(gymnastique cardio et renforcement musculaire)
Valérie : 06 50 63 19 28

Vie associative

Afin de faire vivre notre association, chaque membre doit s'acquitter d'une participation de 35€/an (Sept à Juin), incluant notamment l'assurance lors des manifestations.

Ateliers de Cuisine

avec intervenant diplômé.

Lieu : Centre Social de Dinan.

Prochaines dates prévues :

- samedi 26 novembre 2016
- samedi 28 janvier 2017
- samedi 25 mars 2017
- samedi 27 mai 2017

Horaires : 9h à 14h

Tarif : 10€/adulte

Repas Fin d'année : 1er juillet 2017

Visite après l'opération

D'anciens opérés, à votre demande, peuvent venir vous rencontrer, vous soutenir lors de votre séjour à la polyclinique après votre opération.
N'hésitez pas à contacter Nathalie au 02 96 88 07 51.

Maguy : 06 70 72 64 65

Nathalie : 02 96 88 07 51

Valérie : 06 50 63 19 28

