

Patiente : elle n'a pas beaucoup d'énergie et a beaucoup grossi depuis l'année dernière, elle a commencé à travailler cette année.

MA JOURNEE D'HIER

- **LE MATIN : Je n'ai pas faim...**

Un café avec 4 sucres car je trouve cela très amère.

Je suis allée au travail en vélo (15 minutes), je suis secrétaire médicale.

- **LE MIDI : Je n'ai pas beaucoup de temps pour manger**

Un sandwich jambon-beurre que j'ai acheté dans le super-marché à côté de mon travail et un paquet de gâteaux.

L'après-midi je grignote car j'ai déjà faim à 15 heures ! J'achète un coca-cola et une barre de céréale au distributeur.

Puis je suis revenue à la maison en vélo (15 min).

- **LE SOIR : J'ai en général très faim**

Je mange de la viande et des pâtes à la sauce tomate ou une pizza et je me ressert tant que j'ai faim. Puis un yaourt nature avec de la confiture.

Ensuite je regarde la télé en digérant et souvent, je m'endors devant.



Association PASS
Maison Des Habitants 3
68bis rue A. France
38100 Grenoble
04 76 49 28 87

1/ Donnez 5 conseils par rapport au quotidien de la patiente :

2/ En utilisant les étiquettes mises à votre disposition, proposez à la personne un petit déjeuner équilibré

PASS *Promotion par l'Accompagnement Scolaire et Social,*
Association reconnue d'intérêt général

association_pass@hotmail.com

<http://passblogsolidaires.org/> Site web : <http://associationpass.fr/>



C'PRO