

de l'obésité

J'ai alors réalisé que je devais me soigner et me prendre en charge. J'ai grossi en tant d'années, comment maigrir avant qu'il ne soit trop tard? Avec l'aide de mon médecin, j'ai suivi un traitement et nous avons réussi un premier palier de 40 kilos dont 33 kilos de graisse! C'est donc possible! Moins 40 kilos, c'est un message d'espoir: Bien entourée, l'équipe gagne, l'aide fuse, les encouragements aussi (...)?

Outre cette tranche de vie, les internautes pourront accéder à une multitude d'infos sur ce qu'est l'obésité et les manières de l'aborder. Un sondage est également proposé chaque trimestre. La recette est quant à elle aussi trimestrielle. Elle a pour but de rééduquer les gourmands dans leurs habitudes alimentaires en leur proposant des petits plats qui allient diététique et saveur.

L'espace réservé aux membres de Bold leur permet notamment de prendre contact gratuitement

avec des diététiciennes mais aussi de consulter les dates des groupes d'entraide. Ces derniers ont pour but de rassembler des membres qui souhaitent s'in-

former sur la pratique concrète de l'approche multidisciplinaire ou sur l'une de ses disciplines. Bien qu'accompagnés par un spécialiste, les groupes laissent

principalement la parole aux participants.

Signalons encore pour terminer que boldnet.be est parrainé par deux députées flamandes,

Yolande Avontroodt et Margriet Hermans.

Julie Gueulette

www.boldnet.be