

NOTRE OBJECTIF

Partir de notre vécu,
de notre expérience
concernant le surpoids et
apporter une aide,
un soutien aux personnes qui
font face aux mêmes difficultés



NOUS SOUHAITONS :

- **Mettre notre expérience, notre vécu, nos connaissances et notre réseau au service des personnes en surpoids ou en obésité** et /ou toute personne qui a souhaité ou a été opérée dans le cadre d'une chirurgie bariatrique (anneau, Bypass, Sleeve...).
- **Soutenir, conseiller, orienter** dans une démarche d'amélioration de la qualité de vie.
- **Etre un relais** des professionnels de santé et des membres du réseau para médical et travailler en coopération avec eux. Se mettre à leur disposition afin de **témoigner**, animer ou participer à des actions.



COMMENT ?

- Etre à l'écoute des personnes et de leurs besoins,
- Partager, échanger, Informer et orienter,
- Permettre à chacun d'aller vers du mieux-être au travers d'activité physique, de marches, d'ateliers cuisine, d'ateliers estime de soi ...
- Faire connaître les professionnels, les lieux vers lesquels les personnes peuvent se tourner pour être aidés, accompagnés dans leurs démarches,
- Se mettre au service des professionnels qui ont le même objectif de lutte contre le surpoids que ce soit médical ou chirurgical,
- Mener des actions avec les partenaires : cliniques, CH, Maison de réadaptation, centres socio, espace santé active ...
- Participer à différentes actions, manifestations

NOS ADRESSES :

- **Siège social**
58 avenue du Général de Gaulle
Résidence Mermoz 3eme étage
Maison de la réadaptation
72000 Le Mans
- **Une antenne**
13 Hameau de Savoie
72700 Allonnes

Les-zestomakes@gmail.com

☎ : 07.82.95.06.74

Site : les-zestomakes.weebly.com

Facebook : Les Zest'O'makés



58 avenue du Général de Gaulle
Résidence Mermoz - 3e étage
Maison de la Réadaptation
72000 Le Mans

☎ : 07.82.95.06.74
✉ les.zestomakes@gmail.com
Site: les-zestomakes.weebly.com
Facebook: Les Zest'O'makés