

## Excès de poids chez les enfants et adolescent-e-s

### Lancement des cours « Ça marche à fond les formes » à Bex

**Lausanne le 19 septembre 2017 – Déjà dispensés à Lausanne, Nyon, Vevey et Yverdon-les-Bains, les cours « Ça marche à fond les formes » débutent à Bex ! Destinée aux enfants et adolescent-e-s en excès de poids qui souhaitent se remettre en forme, cette prestation se compose de 36 séances hebdomadaires d'activités physiques adaptées et de 4 ateliers de nutrition répartis sur l'année scolaire.**

Le surpoids et l'obésité sont de nos jours un réel enjeu sanitaire. Selon les derniers chiffres cités par Promotion Santé Suisse, 15 à 20% des enfants en Suisse sont en surpoids, dont 2 à 5% sont obèses. Or, un fort surpoids peut avoir des impacts sur la santé, le bien-être et la qualité de vie.

#### Activité physique adaptée et ateliers nutrition

L'augmentation du volume d'activité physique est importante dans la prise en charge des jeunes en excès de poids. Sur la base du constat du manque d'offres de prise en charge dans le canton de Vaud pour les enfants et adolescent-e-s, le programme « Ça marche ! Bouger plus manger mieux » a développé en 2012 une prestation intitulée « Ça marche à fond les formes ». Ces cours ont été développés spécifiquement afin de leur offrir des moments pour se dépasser, se découvrir et s'étonner, avec un seul mot d'ordre : le plaisir !

Au travers de séances d'activités physiques adaptées, « Ça marche à fond les formes » vise à redonner goût au mouvement, à améliorer la condition physique et les qualités de coordination tout en favorisant l'intégration sociale et sportive des jeunes en excès de poids.

Destinés aux jeunes âgés de 6 à 18 ans en excès de poids, ces **36 cours hebdomadaires d'activité physique adaptée, combinés à 4 ateliers nutrition**, sont réparties tout au long de l'année scolaire et sont encadrés par des spécialistes.

Les cours étant subventionnés en grande partie par le programme cantonal « Ça marche ! », la cotisation annuelle des participant-e-s est de Fr. 180.-/an. **Information et inscription : 021 623 37 78, info@a-dispo.ch**

#### A DISPO – Dispositif vaudois de soutien aux enfants et adolescent-e-s en excès de poids

Les cours « Ça marche à fond les formes » – dispensés au Centre sportif de la Servanne – sont proposés dans le cadre du dispositif vaudois de soutien aux enfants et adolescent-e-s en excès de poids A DISPO avec le précieux soutien de la Commune de Bex.

Au travers d'une ligne téléphonique (021 623 37 78) et d'un site internet ([www.a-dispo.ch](http://www.a-dispo.ch)), A DISPO regroupe et rend visible l'ensemble des informations liées à la prise en charge des enfants et adolescent-e-s en excès de poids. Offrant écoute et conseils, il s'adresse aussi bien aux jeunes et à leurs parents qu'aux professionnel-le-s de la santé.

Le dispositif A DISPO est mis en œuvre par le Programme cantonal de promotion du mouvement et de l'alimentation favorables à la santé « Ça marche ! Bouger plus, manger mieux ! », mené par Promotion Santé Vaud. [www.ca-marche.ch](http://www.ca-marche.ch)

**Contact médias :** Programme cantonal « Ça marche ! », Oriana Villa, cheffe de projet, 021 623 37 53, info@a-dispo.ch

**Annexes :** [flyer promotionnel « Ça marche à fond les formes » BEX](#)