Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport

Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école

Band: 7 (2005)

Heft: 6

Artikel: Un poids, des mesures

Autor: Bao, Miguel

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-995846

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

En cette année du sport et de l'éducation physique, le Service des sports du canton de Neuchâtel a organisé début octobre un camp polysportif pour les enfants en surpoids. Objectif de la semaine: leur faire découvrir un mode de vie basé sur l'activité physique et une alimentation équilibrée. *Miguel Bao*

Un poids, des mesures

Véritable fléau, l'obésité ne cesse de voir sa courbe augmenter d'année en année. Un récent rapport de l'Office fédéral de la statistique (OFS) indique que 37% des plus de 15 ans, soit 2,2 millions de la population suisse, accusent un excès de poids. Cette part a même atteint 41% chez les 25 à 74 ans en 2002, contre 33% en 1992 (!), entraînant du même coup une explosion des coûts de la santé, soit 2,6 milliards de francs (voir numéro 1/05 de «mobile»). Médecin scolaire à La Chaux-de-Fonds, Souhaïl Latrèche est l'un des instigateurs de la campagne «Eq'kilo» (cf. encadré). Il estime que l'on compte 20 à 25% d'enfants en surcharge pondérale, dont 5 à 10% d'obèses. Afin de lutter contre cette «épidémie», le service des sports neuchâtelois, en collaboration avec différents centres du canton, a mis sur pied pendant les vacances d'automne un camp destiné aux enfants «lourds». Cette première à Neuchâtel a connu un tel succès (21 inscriptions) que les organisateurs ont dû refuser une dizaine d'enfants.

Donner les bonnes impulsions

Responsable du centre Jeunesse + Sport de Neuchâtel, Gisèle Augsburger pense que cette expérience sera renouvelée. «Logés et nourris, les enfants ont notamment pu pratiquer le tir à l'arc, le VTT, le curling et la natation. Nous avons tenté de leur donner l'envie de faire du sport, sans souci de performance. Parents et enfants ont aussi bénéficié d'une soirée axée sur le thème de l'alimentation.» Même si, pour ces jeunes, le but était de perdre du poids, il en était tout autre pour les instigateurs du camp. «On ne fait pas de miracle en une semaine. Nous avons voulu leur prouver qu'eux aussi peuvent faire du sport et qu'ils doivent réduire les boissons et les aliments sucrés ou riches en graisses», explique le Dr Souhaïl Latrèche.

Rôle clé des parents et des clubs

En plus des évidentes conséquences médicales – diabète, problèmes articulaires, cardio-vasculaires, etc. – Souhaïl Latrèche évoque d'autres aspects néfastes: «Exclus et isolés en raison de leur différence, ces enfants ne sont pas toujours aidés à la maison. Certaines familles ont jusqu'à quatre postes de télévision chez elles. Les parents portent une certaine part de responsabilité, même si l'on peut admettre qu'ils subissent la tendance de la société.»

Le médecin de La Chaux-de-Fonds préconise plusieurs éléments afin d'aider ces enfants: «Les parents doivent lutter contre les mauvaises habitudes alimentaires et, dans la mesure du possible, commencer par manger ensemble dans la cuisine et non devant le téléviseur. Si les enfants parviennent à stabiliser leur poids, celui-ci se normalisera en grandissant.»

Le sport joue quant à lui un rôle intégrateur important. Ainsi, Souhaïl Latrèche ne comprend pas pourquoi les sociétés sportives sont aussi sélectives et qu'elles ne constituent pas des équipes «B», moins compétitives, pour des enfants en surpoids, asthmatiques ou simplement désireux de se faire plaisir. m

Campagne pour l'équilibre

«éq'kilo»? Ce terme fait bien sûr référence à équilibre, à kilo et aussi à équipe. S'adressant aux enfants souffrant de surpoids et à leurs familles, cette campagne a commencé en mai 2005 et se terminera en mai 2006 dans le canton de Neuchâtel. Alternant activités physiques, séances sur l'alimentation, soutien psychologique, «éq'kilo» est notamment chapeauté par la psychologue Stéphanie Fournier, la diététicienne Florence Authier, les maîtres de sport Francis Portner et Jean-Claude Perroud et le médecin scolaire Souhaïl Latrèche.

Voici l'adresse de quelques centres prenant en compte les enfants en surpoids:

- NE: «éq'kilo», centre.sante.vch@ne.ch, 032 967 61 91
- FR: «Fri-move», centre.education@croix-rouge-fr.ch, 026 347 39 65
- GE: projet d'activités physiques pour enfants obèses, Dr Keller, 022 382 45 93
- JU: «Am Stram Grammes», daniel.brosy@jura.ch, 032 4205410
- VD: programme USCADE, info@uscade.org, 021 907 67 12.
- VS: projet à l'étude, Mme Tristan, 027 721 26 80