

Santé

Les camps de vacances pour enfants obèses ont la cote

Genève lance des séjours Fourchette et baskets pour les jeunes en surpoids. Tour d'horizon de l'offre dans le canton de Vaud

Laurence Bron

A Pâques, Genève lancera son premier camp de vacances pour les enfants de 8 à 12 ans en surcharge pondérale. Il ne s'agit pas de faire du sport à outrance, mais surtout d'apprendre à mieux manger. «L'objectif est qu'ils prennent conscience qu'une meilleure alimentation est possible et qu'ils ramènent leurs nouvelles habitudes à la maison, par exemple en prenant part à la préparation des repas», précise Elena Santiago, responsable du secteur vacances au Département de l'instruction publique genevois.

Cette initiative a du succès puisque, sur les 12 places offertes, il n'en reste que quelques-unes de disponibles. L'expérience sera d'ailleurs réitérée en juillet. Cette offre est d'autant plus précieuse qu'en vingt ans le nombre de personnes en surpoids a triplé en Europe. En Suisse, 37% de la population adulte et 20% des enfants seraient concernés, selon l'Office fédéral de la statistique.

Offres privées

Face à de tels chiffres, que propose-t-on aux jeunes Vaudois concernés? A Nyon et à Morges, la Fondation Sportsmile organise depuis 2006 un camp d'une semaine, en automne, pour les Vaudois et les Genevois de 12 à 15 ans en surpoids. Il est remboursé par les caisses maladie.

Le succès semble moins fulgurant qu'à Genève. «Les 12 places n'ont pas encore toutes trouvé preneur», déplore Raphaël Ehram, responsable des activités de la Fondation. Pour l'expliquer, il avance un manque d'information des familles et un suivi médical irrégulier. Le dépistage scolaire et l'orientation des jeunes vers des structures de prise en charge ne sont pas systématiques. De plus, selon Raphaël Ehram, il n'est pas toujours



En Suisse, 20% des enfants sont obèses. Avant Genève, Zurich a déjà proposé des camps pour les jeunes en surpoids. KEYSTONE

«Depuis ce camp, j'ai repris confiance»

Cassandra Veloso est fière d'avoir participé au camp de la Fondation Sportsmile, en octobre 2010. «Au début, j'étais obèse. Maintenant je suis en surpoids. J'ai perdu 7 kilos depuis octobre, c'est plus que ce que j'espérais», avoue, très heureuse du résultat, l'adolescente de 15 ans, qui habite à Etoy. Avant de commencer le programme, Cassandra aimait beaucoup les agrès et suivait quatre heures de cours par semaine. Mais elle a arrêté car elle ne supportait plus les critiques.

«Depuis ce camp, j'ai repris confiance en moi et j'ai pu créer des amitiés. Cela a été une très bonne expérience! Bien sûr, il faut de la volonté pour continuer



Cassandra Veloso a participé à un camp de vacances pour ados en surpoids

à appliquer les conseils des experts. Maintenant, je mange beaucoup moins et plus lentement. Chaque semaine, j'ai un cours de hip-hop et je vais à l'aquagym.» Du coup, toute sa famille a pris de nouvelles habitudes. «Nous ne mangeons plus en regardant le téléjournal et, le dimanche, nous nous promenons ensemble. Depuis, j'ai perdu 4 kilos», témoigne ainsi son papa, Robson Veloso.

facile pour les parents d'aborder cette problématique. Ils doivent être prêts à changer certaines de leurs habitudes. Enfin, les programmes ne sont pas encore très nombreux en Suisse et impliquent parfois des déplacements. «Sur les 60 000 enfants touchés par l'obésité en Suisse, seuls 400 sont pris en charge par des programmes thérapeutiques. Ceux-ci permettent aux parents de s'impliquer davantage dans le suivi de l'enfant en prenant part aux activités et aux ateliers», explique-t-il.

Programme au long cours

A Vevey, la doctresse Dominique Durrer, spécialisée en obésité de l'adolescent et de l'adulte, dirige plusieurs cours Kiloados au sein de l'Association Eurobesitas, qu'elle préside en Suisse. A raison de trois heures le samedi pendant trente semaines, dix jeunes de 13 à 18 ans

participent aux ateliers et aux activités physiques. «Lors des cours de nutrition, nous analysons les étiquettes pour que les jeunes prennent conscience de la valeur énergétique des aliments et des graisses qui les composent.» La théorie s'accompagne d'activités physiques, d'ateliers pratiques sur l'estime de soi et sur la gestion des émotions qui poussent à manger.

Pour cette spécialiste, le camp de vacances est une bonne initiation, mais il doit être suivi d'un accompagnement sur le long terme. Un avis que partage le Dr Daniel Laufer, responsable au CHUV du programme Ça marche ados. L'institution propose une approche psychopédagogique, diététique, ainsi que des activités physiques. Pendant six mois, l'adolescent a droit à une séance d'activités par semaine. Selon lui, le camp peut être un bon complément à cette offre. Encore faut-il trouver

L'offre pour les Vaudois

Fondation Sportsmile,

Nyon et Morges: camp d'automne destiné aux jeunes de 12 à 15 ans. Prix: 420 fr. la semaine. Dates exactes à fixer. Les inscriptions seront ouvertes en avril. Sportsmile propose aussi des programmes à l'année à Nyon pour les 8-12 ans dès mai, et pour les 12-15 ans dès septembre. A Morges pour les 12-15 ans dès mai (www.sportsmile.ch).

Kiloados

offre des programmes à l'année remboursés par les caisses maladie. Dix places sont disponibles pour tous les jeunes romands de 13 à 18 ans. Début en septembre. Les inscriptions sont ouvertes (www.eurobesitas.ch).

Les camps **Fourchette et baskets** sont aussi ouverts aux Vaudois: 25-29 avril à Ovronnaz (VS), 4-8 juillet à Planachaux (VS). Participation: 470 fr. (www.geneve.ch/loisirs_jeunes/camps).

comment aider les parents à le financer.

Lausanne pas favorable

Du côté du canton de Vaud, on n'exclut pas la possibilité de tels camps: «Mais c'est une thématique complexe qui nécessite une réflexion et une concertation avec l'ensemble des partenaires du réseau», souligne Alexia Fournier, responsable du programme Ça marche! Bouger plus, manger mieux!

La ville de Lausanne, par contre, n'est pour l'instant pas favorable au concept. Elle prône l'intégration. «En évoluant au sein de groupes mixtes, le jeune peut mieux progresser, car on lui renvoie une bonne image de lui-même», estime Jean-Marc Petrequin, du Service de la jeunesse et des loisirs. Lausanne a donc choisi d'autres options, comme l'obtention du label Fourchette verte pour ses restaurants scolaires.

Un nouveau réseau social pour prévoir le futur

Internet

Futurise-moi propose à l'internaute curieux de découvrir des destinées similaires à la sienne à travers le monde. Pour voir, peut-être, à quoi ressemblera sa vie un jour...

Tout le monde a un sosie quelque part. Pas forcément une copie conforme au niveau physique, mais quelqu'un dont la trajectoire ressemble, ou a ressemblé, curieusement, à la nôtre. C'est sur ce présumé que se base le nouveau réseau social français Futurise-moi.

Après les plates-formes pour se faire des amis, pour flirter ou pour échanger des connaissances pointues, voilà celle qui vous dit votre avenir. Le principe: le site permet de croiser son parcours avec celui



Pour les concepteurs de Futurise-moi, «nous ne sommes pas devenus ce que nous sommes par hasard». DR

d'autres personnes afin de découvrir d'autres trajectoires similaires. Dans un premier temps, les membres répondent à une série de questions détaillées. Les données, traitées de manière confidentielle, sont ensuite soumises à

un algorithme destiné à repérer chez les autres membres des profils et expériences similaires. On peut alors interroger ces «soses» pour comparer les expériences, et deviner ce qu'on va peut-être devenir un jour.

En ligne depuis début janvier, le site n'en est encore qu'à ses balbutiements, mais son objectif est de «multiplier de manière exponentielle le nombre d'abonnés afin d'accroître la probabilité de distinguer un profil «jumeau»». «Futurise-moi ne se fonde pas sur une philosophie, mais sur l'hypothèse que nous ne sommes pas devenus ce que nous sommes par hasard», notent ses concepteurs. Pour procéder à ces comparaisons, la plate-forme a besoin de nombreuses données sur la personne. Les inventeurs assurent une confidentialité absolue. Quant à la pertinence scientifique de l'algorithme utilisé, ils préfèrent inviter tous les curieux à venir le tester plutôt que de «polémiquer sur sa pertinence et son efficacité». **C.R.**

www.futurise-moi.com

Viril jusqu'à la pointe des cheveux

Beauté

Kérastase a élaboré toute une gamme de produits de styling réservés à l'homme

La moitié des hommes utilisent un produit pour discipliner leurs cheveux. Et, métrosexualité oblige, le pourcentage devrait plutôt aller en augmentant. Kérastase l'a compris et a développé une gamme de cosmétiques capillaires destinée au mâle. Elle s'appelle Capital Force et se décline en pas moins de neuf produits. Il y en a pour tous les goûts et toutes les textures. Du gel fixant sculptant au Capital Force Tonic, ils ont

tous trois points en commun: anti-gras et antipelliculaire, ils densifient la fibre capillaire grâce à la taurine, la D-biotine, les céramides et l'arginine. Un cocktail revigorant, et qui sent bon. En tout cas, la pâte modelante densifiante, que l'on a testée. On ne peut s'empêcher de penser au Kulfi, ce dessert indien à la cardamome. De texture agréable, la pâte se répartit aisément sur les cheveux, ne les alourdit pas et permet malgré tout une tenue tout ce qu'il y a de plus correcte. **J.Pi.**

Pâte modelante densifiante, Capital Force de Kérastase, 75 ml, 29 fr. (salons de coiffure)

www.kerastase.ch

