

CLAMART

Poids plume, l'association qui prévient l'obésité

PEU DE PASSAGE, samedi après-midi, dans le hall de l'hôpital Béchère, à Clamart. Mais les adhérentes de l'association Poids plume, elles, étaient au rendez-vous pour participer aux cours de tai Chi, de sophrologie ou encore de zumba. Des animations organisées par l'association de l'hôpital, dans le cadre de la journée européenne de l'obésité : « Le surpoids, aujourd'hui considéré comme une maladie, est la cause de décès prématurés, de diabète, d'hypertension, de problèmes respiratoires ou d'insomnies », explique Claudine, présidente de l'association.

« Même avec 50 kg de moins, certains se voient toujours gros »

Claudine, présidente de l'association

Une personne est considérée obèse quand son indice de masse corporelle (IMC) dépasse 30. Au-delà de 40, l'obésité est morbide. Dans ces cas-là, des poses de ballons gastriques ou une chirurgie de réduction de l'estomac sont conseillées. « Nous sommes là pour conseiller et accompagner les patients », explique Claudine.



Clamart, samedi. Au sein de l'hôpital Béchère, cette association assure notamment un accompagnement auprès des personnes obèses qui ont subi une opération. (L.P./A.V.)

A quelques pas, dans une des salles du rez-de-chaussée, cinq adhérentes se décontractent avec une séance de découverte de la sophrologie. Toutes ont subi une « sleeve gastrique », c'est-à-dire l'ablation d'une partie de la poche réservoir de leur estomac, après de longues années de régime et de tentatives avortées de perte de poids : « Je suis obèse depuis

l'âge de 7 ans alors que j'ai toujours mangé la même chose que mes frère et sœur, raconte Sarah 26 ans. J'ai tout essayé, les régimes, l'hospitalisation, etc. Rien n'a marché. Jusqu'à l'opération. En cinq mois, j'ai perdu presque 30 kg. »

Elles parlent aussi des angoisses « d'avoir à demander une rallonge pour boucler la ceinture de l'avion ».

NANTERRE

L'institut d'esthétique ouvre ses portes

■ L'Institut de formation aux métiers de la coiffure et de l'esthétique (IFPM) de Nanterre accueille certains mercredis après-midi les élèves qui souhaitent s'informer sur les formations qu'il dispense et mieux faire connaître les métiers qui recrutent. Les formations en apprentissage proposées sont le CAP coiffure ou esthétique (possible en un an), le bac professionnel coiffure ou esthétique et le BTS esthétique. *Journées portes ouvertes les mercredis 28 mai, 11 et 25 juin de 14 heures à 17 heures, Institut de formation professionnelle des métiers (IFPM), 4, boulevard du Levant, à Nanterre.*

ISSY-LES-MOULINEAUX

538 participants au City-raid

■ C'est devenu une tradition du printemps. Samedi, le city-raid Andros se déroulait à Issy-les-Moulineaux. Cette manifestation qui mêle épreuves sportives et découverte du civisme et du patrimoine local a attiré cette année 538 bambins.

racontent les terrasses de café qu'elles ne choisissent pas pour le prix de la carte, « mais pour leurs chaises. Si elles ont des accoudoirs ou sont très serrées, on ne pourra pas s'asseoir », poursuit Armelle.

L'opération leur a permis de perdre plusieurs dizaines de kilos, « mais il est important d'accompagner les gens qui ont été opérés. Pour qu'ils réapprennent à manger. Et puis parce que même avec 50 kg de moins, certains — qui n'ont plus osé se regarder dans un miroir depuis des années — se voient toujours gros. » « Tout est à réapprendre. Par exemple, on a beaucoup moins d'appétit, mais mentalement, on cuisine les mêmes quantités », sourit Claudine.

« C'est pour cela que nous encourageons les personnes en surpoids à se prendre en main et à bouger. Et que nous avons créé l'association, poursuit-elle. Nous proposons des marches, des pique-niques, des soirées dansantes entre nous. Parce que personne ne nous juge. »

JILA VAROQUIER
L'association est tous les vendredis, de 9 h 30 à 15 heures, dans le hall de l'hôpital Béchère de Clamart. Informations au 07.810.842.12