

## Une journée en faveur de la prévention

«Halte aux régimes!» Le mot d'ordre de la journée européenne de lutte contre l'obésité convient très bien à Sarah dos Santos, responsable du service de chirurgie digestive, et à Martine Mornay, infirmière cadre, qui pilotent, à Saint-Côme, des ateliers de prévention ce vendredi 23 mai. «Plus on fait des régimes tôt, plus on risque de devenir obèse. Il faut arrêter les régimes soupe aux choux, hyperprotéiné, etc. Pour éviter le surpoids, il faut manger de tout, en quantité raisonnable et privilégier l'activité physique», défend Sarah dos Santos. Des démonstrations, des dégustations, des quizz, mais aussi des mises en situation, seront l'occasion de sensibiliser les visiteurs, adultes comme adolescents. De 10 à 17 heures, dans le hall d'entrée de la polyclinique.